

■———職場内で回覧しましょう

被保険者が退職したときは、健康保険被保険者証(カード)を確実に回収して返納してください



山茶花

- 11月はねんきん月間です
- 電話自動音声案内のお知らせ
- 知っていますか?
- 奈良県疾病対策課からのお知らせ

● 次のホームページにおいても、社会保険に関する情報を掲載しております。

[奈良県社会保険協会ホームページ](#)

[日本年金機構ホームページ](#)

[協会けんぽ奈良支部ホームページ](#)

健康保険被保険者証(カード)は、受診の都度保険医療機関に提出しましょう

11月は

ねんきん月間 です

年金保険料、納めていますか？

この機会に年金加入状況の確認を！

日本年金機構は厚生労働省と協力して11月を「ねんきん月間」と位置づけ、公的年金制度の普及・啓発活動を行います。



公的年金は、老後の支えとしての役割だけでなく、若い時に障害を負ってしまった場合や、家計の支え手を亡くした場合にも、もらうこと（障害年金、遺族年金）ができます。

「ねんきん月間」では、公的年金制度の趣旨や仕組みを分かりやすく伝えるさまざまな取組を行っています。この機会に、公的年金について考えてみませんか？

「ねんきん月間」の趣旨は、ホームページをご覧ください。

●日本年金機構ホームページ <https://www.nenkin.go.jp/>

「ねんきん月間」の取組内容

- 市区町村役場、大学、祭事会場、商業施設など、全国各地のさまざまな場所で、年金事務所職員などによる出張年金相談を行います。
- 大学や高校などで、学生向け年金セミナーを実施します。
- 「わたしと年金」エッセイの優秀作品を発表します。（日本年金機構ホームページ上）
- 国民年金保険料の納付案内を積極的に実施します。



⚠️ 年金保険料、納めていますか？

国民年金保険料を納めないまま放置すると・・・

年金を受け取ることができない場合があります!! 保険料は必ず納めましょう。

国民年金保険料を納めるのが難しい場合は・・・

所得が少ないなど、保険料を納めるのが難しい場合は、申請することにより、保険料の納付が免除、または猶予される制度があります。



この機会に、年金について考え、公的年金制度の趣旨や仕組みについてご理解いただきますようお願いします。

《協会けんぽ奈良支部からのお知らせ》
 事業主・加入者の皆様へ

電話自動音声案内のお知らせ



協会けんぽ奈良支部は、令和元年9月24日（火）より、電話でのお問い合わせを「自動音声案内」に変更しています。
 下記の内容に沿ってご希望の番号を押してください。

☎ 0742-30-3700（代表）

受付時間 午前8時30分～午後5時15分（土日祝・年末年始を除く）

1

（業務グループ）

- ・ 限度額適用認定証
- ・ 任意継続保険
- ・ 健康保険の各種給付金
 - ・ 傷病手当金
 - ・ 出産育児一時金
 - ・ 高額療養費
- ・ 健康保険証の発行
- ・ 出産手当金
- ・ 埋葬料（費）
- ・ 療養費

2

（保健グループ）

- ・ 生活習慣病予防健診
- ・ 特定健診
- ・ 特定保健指導
- ・ 健康づくり

3

（レセプトグループ）

- ・ 健康保険証の返却
- ・ 医療費のお知らせ
- ・ 第三者行為（交通事故等）
- ・ 返納金
- ・ 負傷原因届
- ・ レセプト

4

（企画総務グループ）

- ・ 健康保険委員
- ・ 調達
- ・ イベント、広報
- ・ 総務関係
- ・ 評議会

5

- ・ 上記以外
- ・ 担当が分からない

9

- ・ もう一度お聞きになりたい場合

音声案内の途中でも番号をご選択いただけます。番号の選択がない場合は最後に「5」に繋がります。
 ダイヤル回線の方は自動で繋がるまでお待ちください。

《協会けんぽ奈良支部からのお知らせ》
加入者の皆様へ

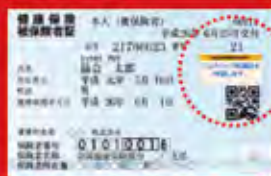
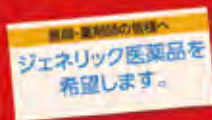
知っていますか？



安心・節約 / 安全性も品質も厚生労働省のお墨付き!

ジェネリック

ジェネリック医薬品の使用ご希望の場合は
かかりつけの医師・薬剤師にご相談のうえ、
保険証やお薬手帳に
シールを
貼るだけ!



パターン!

協会けんぽ奈良支部は、加入者の皆様のお薬代の負担軽減や健康保険財政の改善につながることから、ジェネリック医薬品の使用促進に努めています。

【お問い合わせ】企画総務グループ ☎0742-30-3700（自動音声案内が流れますので『4』をご選択ください）

奈良県疾病対策課からのお知らせ

マナーからルールへ

～受動喫煙のない社会をめざしましょう!～



2018年7月 健康増進法の一部を改正する法律が公布されました。
多くの人が利用するすべての施設において、**原則屋内禁煙**となります。

病院・診療所・助産所・薬局・介護老人保健施設
学校・認定こども園・児童福祉施設等・行政機関など

2019年7月1日から
敷地内禁煙※1

※1 特定屋外喫煙場所(屋外で受動喫煙を防止するために必要な措置がとられた場所)を設置することができます。

特定屋外喫煙場所の設置には、
・区画されていること
・喫煙場所である旨の標識を掲示していること
・通常、人が立ち入らないような場所に設置していること

が必要です。



飲食店※2・事業所・工場・ホテル・旅館など
多数の者が利用する施設、旅客運送事業船舶・鉄道

2020年4月1日から
原則屋内禁煙

(喫煙専用室(基準あり)内でのみ喫煙可)



※2 飲食店について(2020年4月以降、新規開店した飲食店は対象外です)
個人または中小企業(資本金または出資総額5,000万円以下)かつ客席面積が100㎡以下の場合には経過措置が適用されます



受動喫煙対策を行う際の支援策

事業者の皆様への財政・税制支援等について

●各喫煙室の設置等にかかる財政・税制上の制度

【財政支援】

・**受動喫煙防止対策助成金** 奈良県労働局健康安全課 TEL 0742-32-0205

喫煙室等の設置などにかかる工費、設備費、備品費、機械装置費などの経費に対して助成を行う制度

・「**受動喫煙防止対策助成金**」を受けられない事業者向けの補助金

受動喫煙対策を推進するため、生活衛生関係事業者であって、「受動喫煙防止対策助成金」を受けられない事業者(労働者災害補償保険の適用を受けない事業主(一人親方等))の場合 奈良県生活衛生営業指導センター TEL 0742-33-3140

【税制措置】特別償却または税額控除制度に関する問合せ お近くの税務署

●受動喫煙防止対策の技術的な相談窓口 相談ダイヤル 050-3537-0777

●喫煙室などの要件の確認や職場環境把握のための測定機器の貸出 受付ダイヤル 03-3635-5111

●受動喫煙防止対策に関する問合せ お近くの保健所

旅客運送事業自動車(タクシー等)・航空機

2020年4月1日から**禁煙**

(車内・機内)

注意

◎全ての施設で喫煙可能な部分は客・従業員ともに**20歳未満は立ち入ることができません**

◎喫煙禁止場所で喫煙した場合、不適切な喫煙器具・設備の設置をした場合等、義務違反があった場合は**罰則の対象**となります

年金相談・お手続きの際は

予約相談

をご利用ください。



ご予約いただくと…

- ①お客様のご都合にあわせて、スムーズに相談できます！
- ②相談内容にあったスタッフが事前に準備のうえ、丁寧に対応します！

予約相談の実施時間帯 **8:30～18:00 (月曜日)**
8:30～16:00 (火～金曜日)
9:30～15:00 (第2土曜日)

*月曜日が祝日の場合は、翌日以降の開所日初日に18:00まで予約相談を実施しています。

予約の申し込みは「予約受付専用電話」へ！

ゴ ヨ ヤ ク ヲ
0570-05-4890

<予約受付番号受付時間> 月～金(平日) 8:30～17:15

- 予約相談希望日の1カ月前から前日まで受付しています。
- ご連絡の際は、基礎年金番号の分かる年金手帳や年金証書をご準備ください。
- お近くの年金事務所でも受付しています。

【問題】

被保険者の方の実際の報酬と標準報酬月額に大きな差が出ないよう、事業主の方に毎年1度「被保険者報酬月額算定基礎届」を提出して頂き、標準報酬月額が決定します。その標準報酬月額の有効期間は何月から1年間でしようか。

- ①4月 ②7月 ③9月 ④12月

ポン太くんの社会保険クイズ



【応募方法】 個人情報 は 目的以外に 使用しません。

ハガキに答え、事業所名、事業所所在地、氏名、年齢を明記のうえ、どしどしご応募ください。

正解者の中から1人の方に「オムロン手首式血圧計」をさしあげます。

【宛先】

〒630-8241
 奈良市高天町2-2
 明治安田生命奈良ビル3F
 (一財) 奈良県社会保険協会
 「ポン太くんの社会保険クイズ 11月号」係

【締切】

11月30日当日消印有効

【9月号の答え】

① 87,430円

【9月号当選者】

安井 仁美さん



11月の運勢

五行易占い	吉方位	吉数	健康	金運	対人
1月生 気力空回り地道に過程重視	西	8	△	△	○
2月生 多忙も人に頼れず自力処理	西	8	○	△	×
3月生 人間関係に温度差静観の時	南	4	○	△	△
4月生 体調管理忘れがち飲酒注意	西	8	△	×	△
5月生 持病再発の怖れ休養時間を	西	8	△	△	△
6月生 出会いて嬉しい展開大切	東	2	○	△	◎
7月生 突然ライバル出現慌てずに	南	4	△	○	△
8月生 行き詰り事勝負に出好変化	西	8	△	○	○
9月生 雑用次々気分転換の時間を	北	9	△	○	△
10月生 仲間と共感視野を広げ自信に	東	2	○	△	◎
11月生 出だしゴタゴタも結果良し	北東	10	△	○	△
12月生 ゆったり今年反省来準備	西南	7	○	△	△

招福開運館 星都&東大阪五行易教室 入庵 榛日

歴史探訪

ウォーキング スポット

9 大和の祭りはじめ ちゃんちゃん祭り



「祭りはじめはちゃんちゃん祭り、祭りおさめはおん祭」。大和にこんな里謡がある。四月一日の大和神社の祭を一年の最初とし、二月十七日の春日若宮おん祭を、一年の最後の祭としている。多彩で大型の祭として古くから知られ、大勢の参拝者で賑わう。

大和神社から中山町のお旅所まで
 あちこち立ち寄りながら歩いて約3km。

長田光男氏著書「こころ爽やか からだイキイキ 歴史探訪 健康ウォーキングIII」より抜粋 オールカラー/62頁