

■———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



沈丁花

- 令和2年3月分(4月納付分)～の協会けんぽの保険料率についてお知らせします。
- 退職後の健康保険のご案内
- 海遊館入館補助券
- 資格喪失届は速やかに提出しましょう
- 社会保険事務講習会のご案内
- 社会保険協会からのお知らせ

● 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
奈良県社会保険協会 検索

日本年金機構ホームページ
日本年金機構 検索

協会けんぽ奈良支部ホームページ
協会けんぽ 奈良 検索

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

奈良支部の加入者・事業主の皆さまへ

令和2年3月分（4月納付分）～の 協会けんぽの保険料率について お知らせします。

奈良支部の健康保険料率は変更となります。
介護保険料率も変更となります。
皆さまのご理解をお願い申し上げます。



令和2年2月分（3月納付分）まで 給与・賞与の 10.07%	健康保険料率	令和2年3月分（4月納付分）から 給与・賞与の 10.14%
令和2年2月分（3月納付分）まで 給与・賞与の 1.73%	介護保険料率	令和2年3月分（4月納付分）から 給与・賞与の 1.79%

※40歳から64歳までの方（介護保険第2号被保険者）には、健康保険料率に全国一律の介護保険料率が加わります。
※賞与については、支給日が3月1日分から変更後の保険料率が適用されます。

なお、令和2年度の都道府県ごとの健康保険料率は、支部別に「引上げ」「据え置き」「引下げ」に分かれます。

特定保険料率・ 基本保険料率とは

健康保険料率（10.14%）のうち、6.71%分は加入者の皆さまの医療費等に充てられる基本保険料率となり、3.43%分は後期高齢者医療制度への支援金等に充てられる特定保険料率となります。

介護保険制度・ 介護保険料率とは

介護保険制度は、介護が必要な方を社会全体で支える仕組みであり、公費（税金）や高齢者の介護保険料のほか、40歳から64歳までの健康保険の加入者（介護保険第2号被保険者）の介護保険料（労使折半）等により支えられています。

- ★保険料は、納付期限までに納めていただくようお願いします。
- ★健康保険組合における保険料率等については、ご加入の健康保険組合へお問い合わせください。

加入者の皆さま、お一人おひとりの健康の積み重ねが
保険料率の上昇を抑える大きな力になります。

資格喪失届は速やかに提出しましょう

健康保険・厚生年金保険の被保険者は退職・死亡などの翌日にその資格がなくなります。

事業主の方は、**事実発生日から5日以内**に「被保険者資格喪失届」(以下、「資格喪失届」)を管轄の年金事務所(郵送の場合は事務センター)に提出してください。

◎「資格喪失届」に記入する被保険者の「資格喪失年月日」は、次の表のとおりとなっています。提出される際に、改めて確認、記入誤りのないようお届け下さい。

資格がなくなる事由	資格喪失年月日
退職・死亡により資格を喪失する場合	退職日または死亡日の 翌日
70歳到達により、厚生年金保険の資格を喪失する場合 (・あらかじめ情報が印刷された資格喪失届(被用者該当届)が事業主あてに送付されます。 ・70歳到達の前後で標準報酬月額(相当額)が同額である場合は、届出の必要はありません。)	70歳の誕生日の 前日
75歳到達により、後期高齢者医療制度の被保険者資格を取得して健康保険の資格を喪失する場合 (・あらかじめ情報が印刷された資格喪失届又は被扶養者異動届が事業主あてに送付されます。)	75歳の誕生日の 当日

資格喪失届の添付書類

●健康保険被保険者証(被保険者・被扶養者とも)

添付できないときは次の①又は②のいずれかの方法によりご対応ください。

①「健康保険被保険者証 回収不能届」を提出する

※上記届書には、電話番号または携帯電話番号を必ず記入してください。

②「資格喪失届」の備考欄に添付できない理由を記入する

※70歳に達したことにより厚生年金保険の被保険者資格を喪失する場合は、健康保険被保険者証を添付する必要はありません。

●健康保険高齢受給者証

70歳から74歳の被保険者・被扶養者には「健康保険高齢受給者証」が交付されていますので、忘れずに添付してください。



加入者・事業主の皆さまへ 退職後の健康保険のご案内

ご退職される方へ

ご退職後に加入する健康保険には**3つの選択肢**があります。保険料などを比較いただき、加入条件をご確認のうえ、選択された健康保険へ加入手続きをしてください。

加入先	① 協会けんぽの任意継続	② 国民健康保険	③ ご家族の被扶養者
手続き先	■お住まいの都道府県の協会けんぽ支部（郵送可）	■お住まいの市区町村の国民健康保険担当課	■ご家族の勤務先
加入条件	<ul style="list-style-type: none"> ■退職日までに被保険者期間が、継続して2か月以上あること。（共済組合・任意継続・日雇特例の加入期間は除きます。） ■退職日の翌日から20日以内に申請すること。 	<ul style="list-style-type: none"> ■加入条件、保険料等の詳細はお住まいの市区町村の担当部署へお問い合わせください。 ■倒産・解雇等の離職の場合、保険料が軽減されることがあります。 	■加入条件等の詳細は、ご家族の勤務先の社会保険事務ご担当者様にお問い合わせください。

「任意継続申請セット」をご利用ください

退職後の健康保険は、上記の①②③のいずれかの中から、ご自身で検討・選択し、加入の手続きを行うこととなります。

このため、当支部では退職後の健康保険の手続きをスムーズに行っていただくことを目的として、「退職後の健康保険に関するご案内（リーフレット）」と「任意継続資格取得申出書」及び「返信用封筒（切手必要）」などをセットにした**「任意継続申請セット」**を配布しています。



『任意継続申請セット』をご希望の場合は、
FAX (0742-30-3670) 又は電話 (0742-30-3700 自動音声「1」を選択してください。)
 にてご連絡ください。

※『任意継続申請セット』送付依頼書（FAX送付票）は協会けんぽ奈良支部のホームページからダウンロードできます。

協会けんぽの加入事業所のご担当者様へ

- ・「任意継続申請セット」を事前にお取り寄せいただき、ご退職予定の加入者様へお渡しください。
- ・退職される方へ「**退職日の確認ができる書類（※）**」をお渡しください。
 任意継続の資格取得申出時に「退職日の確認ができる書類（※）」を添付いただくことで、保険証の交付が早くなります。
 ※退職証明書、雇用保険被保険者離職票、資格喪失届など、事業主または公的機関の証明印が押印された資格喪失の事実が確認できる書類の写し
- ・各種申請・手続きはすべて郵送で行うことができます。**郵送による申請にご協力をお願いします。**
（協会けんぽ奈良支部に駐車場はありません。）

退職後（資格喪失後）の健康保険証の取り扱いについて

健康保険証が使えるのは、「**退職日**」までです。退職日の翌日からは使用できませんのでご注意ください。

万が一、退職後に誤って今までの保険証を使ってしまった場合…

後日、医療費を返していただくための余計な手続きが必要になります！

事業所様へお願い

退職する従業員様がいましたら、すみやかに保険証の回収を行なっていただくようご協力をお願いします。
 有給休暇等で退職日に出勤されない場合でも、郵送で会社に送ってもらう等のご指導をお願いします。

2020年度 社会保険事務講習会のご案内

(一財)奈良県社会保険協会では、健康保険及び厚生年金保険制度の普及発展を目的として、新たに社会保険に加入された事業所の事務担当者、及び新しく事務担当になられた方を対象に社会保険事務講習会を下記の日程で開催いたします。

なお、説明会場には駐車場の確保をいたしておりませんので、車でのご来場はご遠慮ください。

内 容

健康保険・厚生年金保険制度のしくみ

(事務手続き及び給付事務を含む)

日時・場所

奈良会場 <定員100名>

令和2年5月22日(金)
午後1時30分～4時00分

奈良商工会議所
5F 大ホール
(奈良市登大路町36-2)
TEL 0742-26-6222

橿原会場 <定員100名>

令和2年5月19日(火)
午後1時30分～4時00分

奈良県社会福祉総合センター
5階 大会議室
(橿原市大久保町320-11)
TEL 0744-29-0111

* 定員になり次第締切らせていただきます。

講 師

日本年金機構職員・全国健康保険協会奈良支部職員

応募方法

「社会保険事務講習会」に参加ご希望の方は4月20日(月)まで「社会保険事務講習会参加申込書」に必要事項を記入の上、下記まで官製ハガキ又はファックスでお申し込みください。

参加費用

無 料

申込及び お問合せ

(一財)奈良県社会保険協会

〒630-8241 奈良市高天町22-2 明治安田生命奈良ビル3階
TEL 0742-20-6710 FAX 0742-20-6711



✕ き り と り 線

「社会保険事務講習会」参加申込書

ふりがな		
参加者氏名	参加者 1	参加者 2
事業所名		
所在地	〒	
電話番号		
希望会場		月 日 ()
備考		

*参加希望者ごとにご記入ください。*上記情報は、申込・受付事務及び当協会加入勧奨業務以外には使用いたしません。



海遊館入館補助券

会員事業所に勤務されている被保険者の方とそのご家族を対象に、入館補助券による助成を行います。

- **場 所** **海遊館** <https://www.kaiyukan.com/>
大阪市港区海岸通り1-1-10（地下鉄中央線「大阪港」駅下車、徒歩約5分）
- **申 込 資 格** 奈良県社会保険協会の **令和2年度会員事業所** の被保険者とその家族
- **定 員** **先着1,500名**（※定員に達し次第締め切ります）
- **割 引 料 金**

おとな （16歳以上又は高校生以上）	1,800円 （※一般料金 2,400円）
こども （小・中学生）	800円 （※一般料金 1,200円）
幼 児 （3歳以上小学生未満）	400円 （※一般料金 600円）

・入館券購入窓口で、入館補助券を添えて（割引）料金をお支払いください。
- **申 込 方 法**
 - ① **海遊館入館補助券申込書**（コピー可）
 - ② **令和元年度の協会年会費**（令和2年6月以降の申込については令和2年度協会年会費）をお支払いいただいた**受領証（控）のコピー**
 - ③ 宛先を明記した返信用封筒（※切手貼付のこと）

①～③を**同封**のうえ、「（一財）奈良県社会保険協会」へ必ず郵送にてお申し込みください。

⑨ 申込書に記入もれや、返信用封筒が同封されていない場合、又、FAXでのお申込みの受付はできませんのでご注意ください。
- **補助券有効期間** **令和2年4月1日(水)から令和3年3月31日(水)まで有効** <令和2年3月末までは利用不可>
(休館日: 令和3年1月13日(水)・14日(木))

----- キ リ ト リ 線 -----

海遊館入館補助券申込書

事業所名称			
事業所所在地	〒	-	
電話番号			
希望枚数	枚	大人・子供・幼児分を合計して記入してください	
協会年会費の受領証(控)コピーが添付できない場合、右の欄にご記入ください。	月	日に	郵便局 銀行にて 振込予定 振込済み

◎年会費のご入金確認後「海遊館入館補助券」を送付いたします。

※この申込書にご記入いただきました個人情報、本事業の運営およびそれに関するご連絡・ご案内以外には使用いたしません。

「施設利用会員証」申込受付しています

現在配布しております「施設利用会員証」の有効期限が2020年3月31日となっております。
新しい「施設利用会員証」をご希望の会員の皆様は、（一財）奈良県社会保険協会のホームページ「優待利用施設」に掲げております「施設利用会員証」申込書に必要事項を記入のうえ切手を貼った返信用封筒とともに（一財）奈良県社会保険協会あてお申し込みください。

社会保険協会からのお知らせ

優待割引のご案内

関西サイクルスポーツセンター

(大阪府河内長野市天野町1304)

【対象者】 会員事業所に勤務されている被保険者及びその家族

【入場券】 ※ご利用の際は、窓口にて会員証を提示ください。



利用区分	一般料金	割引	割引料金
大人(中学生以上)	800円	2割引	640円
子供(3歳~小学生)	500円	2割引	400円
シルバー(60歳以上)	400円	対象外	400円

【入場券付きフリーパス(1日フリー券)】

利用区分	一般料金	割引	割引料金
大人(中学生以上)	3,000円	400円引き	2,600円
子供A(3歳~小学生) <身長110cm以上>	2,700円	400円引き	2,300円
子供B(3歳~小学生) <身長110cm未満>	1,900円	400円引き	1,500円
シルバー(60歳以上)	2,200円	100円引き	2,100円

※プール営業時はフリーパスにてプール利用可

【駐車場1日】普通車・軽自動車：1,000円

利用される場合、当協会が発行します「施設利用会員証」が必要となります。
利用方法等詳細につきましては、「奈良県社会保険協会ホームページ」にて確認をお願い致します。

講座いろいろ 個性いろいろ **奈良県最大級のカルチャー施設**

公益社団法人 ソーシャル・サイエンス・ラボ運営
厚生労働大臣認定 健康増進施設

奈良ウェルネス倶楽部

入会金不要

お得な受講料

TEL.0742-49-0123

奈良市西大寺国見町1丁目7番22号

受付時間 月~土 9:00-20:00
第1・3日 9:00-17:00

奈良ウェルネス 検索



nara-well.net

..... 詳しくは、奈良県社会保険協会のホームページよりご確認ください。

ご利用ください

優待契約施設に

「日本スキー場開発グループ」が
運営する施設が加まりました。

会員事業所の被保険者とそのご家族の方の健康増進のお手伝いとして、宿泊施設等が優待価格でご利用いただけるよう各施設と契約していますが、この度「日本スキー場開発グループ」が運営するスキー場などの施設を優待価格でご利用できるようになりました。

グリーンシーズンは、キャンプ場の入場料やゴンドラ利用料等の割引、ウインターシーズンは、各スキー場のリフト1日券やレンタル料金の割引など1年を通してご利用できます。

主な施設は、白馬八方尾根スキー場、白馬岩岳スキー場、鹿島槍スキー場、めいほうスキー場などです。詳しくは、奈良県社会保険協会ホームページよりご確認ください。



nippon-ski.jp/coupon/

インターネットでのお申込み

お申込をされる場合、パスワード等は以下を入力してください。
パスワード「gomountain」所属団体は「奈良県社会保険協会」

..... 詳しくは、奈良県社会保険協会のホームページよりご確認ください。

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】

健康保険・厚生年金保険の被保険者が、令和2年3月31日に退職する場合、資格喪失年月日は、次のいずれになるでしょうか。

- ①令和2年3月30日
- ②令和2年3月31日
- ③令和2年4月1日

ポン太くんの
社会保険クイズ



【応募方法】 個人情報以外の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3月号」係

【締切】

3月31日当日消印有効

【1月号の答え】

②限度額適用認定証の使用割合

【1月号当選者】

金子 裕志さん



3月の運勢

五行易占い	吉方位	吉数	健康	金運	対人	
1月生	スタートの月 趣味を極めて	西	8	◎	○	△
2月生	金運好調 食事での財産も	西南	7	○	○	△
3月生	出会い運あり 小旅行お勧め	北東 西南	6	○	○	○
4月生	体調無頓着に 癒しの時間を	東北	1	△	△	○
5月生	連絡事項多発 確認忘れずに	東	2	△	○	△
6月生	努力の結果空回り 充電の時	南	4	△	○	△
7月生	時間にゆとり やる気補充を	西南	7	○	△	○
8月生	心身充実自由に 五感磨きを	西南	7	○	◎	○
9月生	人脈恵まれ多忙 情報確実に	西	8	○	○	○
10月生	代謝停滞気味 早春の散策を	南	3	△	△	△
11月生	ライバルの陰口 引き際潔く	北	9	○	△	×
12月生	創造性豊か 出費は計画的に	北西	10	○	△	△

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

22 東吉野の山里

天誅組ゆかりの古社寺



文久三年(八六三)八月、幕府の改革をめざして五條で決起したが、改変により朝敵にされ幕府の追討を受け、ついに東吉野で潰滅した。その義士連ゆかりの古社寺があり、地元では今もその菩提を弔っている。
 若き義士連がその思想と行動に殉じた跡を辿ってみよう。
 鷺家小川周辺を巡り約10kmの行程。

長田光男氏著書「こころさわやか からだいキキキ 山里・古社寺探訪 健康ウォーキングTV」より抜粋 オールカラー / 62 頁