

回覧!! 職場内での回覧は席にいらっしゃる方優先でお願いします



奈良公園の鹿

最新情報や詳しい内容は
各ホームページでご確認ください

奈良県社会保険協会

奈良 社会保険協会

検索

日本年金機構

日本年金機構

検索

全国健康保険協会奈良支部

協会けんぽ 奈良

検索

CONTENTS

- 令和4年度 事業・収支決算報告
- プール優待割引のご案内
- 「社会保険事務講習会」開催のお知らせ
- 「はしご受診」には3つのソンがあります
- 算定基礎届等の提出のお願い
- 算定基礎届(7月)、賞与支払届の提出は電子申請をご利用ください

令和4年度 事業・収支決算報告

令和4年度における「事業報告案」「収支決算報告案」については、去る6月13日に開催の理事会及び評議員会において、どちらも可決承認されました。

事業報告概要

1 普及・啓発事業

- (1) 機関紙「社会保険なら」の発行・配付(年6回)
- (2) 事務講習会の開催
 - ・「社会保険事務講習会」 5月と9月：計4か所 172名参加
- (3) 図書・冊子の配付
 - ・図書「社会保険の事務手続」、冊子「お家でできる 簡単エクササイズ」(5月)
- (4) 社会保険事業の振興助成
 - ・社会保険に関する円滑な事務手続きや最新情報提供の観点から、県内社会保険委員会加入の健康保険委員及び年金委員様あてに毎月配付している冊子、「月刊 社会保険」の費用の約7割を負担
- (5) 加入促進事業
 - ・日本年金機構への情報開示請求に基づく社会保険新規適用事業所への加入案内を送付(6月・11月・3月)。11月からは加入再案内を開始。
 - ・会報誌やホームページ、関係団体の機関紙における本会の紹介及び加入案内を実施

2 健康増進事業

- (1) 体育奨励事業：社会保険「歴史探訪健康ウォーキング」5/28 平城宮跡：6名参加
※奈良県年金受給者協会(29名参加)との共催イベントとして実施
- (2) 健康づくり事業
 - ・健康保持増進の補助「まほろば健康パークファミリープール」利用者220名
 - ・健康保持増進の補助「海遊館」利用者38名
 - ・講師派遣、健康器具の貸出 各1事業所

3 施設優待事業

- 「施設利用会員証」利用による全国社会保険協会連合会との提携施設の優待
 - ・施設利用会員証の更新。保管事業所様に配付

4 会 議

- 評議員会・理事会 6月10日、3月14日 開催
- 全国社会保険協会連合会総会 6月23日開催

5 関係機関等との連携による事業の推進

- 全国社会保険協会連合会、日本年金機構、全国健康保険協会、県内社会保険委員会等

決算報告(事業活動収支)概要表

収 入		支 出		
科 目	決算額(千円)	科 目	決算額(千円)	
事業活動収入		事業活動支出		* 当期収支差額
会費収入	18,728	事業費支出	12,916	964(千円)
事業収入	550	管理費支出	5,398	* 前期繰越収支差額
計	19,278	計	18,314	11,977(千円)
				* 次期繰越収支差額
				12,941(千円)

施設利用会員証
一般社団法人 全国社会保険協会連合会
一般財団法人 奈良県社会保険協会
〒630-0192 奈良県奈良市大宮2-2-2
奈良県社会保険協会ビル3F
TEL 0742-20-6710
奈良県事務所

キリトリ線

開園期間：2023年 7月15日～2023年 8月31日

割引券		会員事業所名	
氏 名		氏 名	
氏 名		氏 名	

- ・本券は、会員事業所の健康保険に加入中の被保険者・被扶養者の方がご利用いただけます。
- ・入場受付窓口にて利用料金（消費税等含む）を添えて本券を提出し「施設利用会員証」を提示してください。
- ・本券での払戻し、他のサービスへの振替は不可です。
- ・第三者への転売禁止です。
- ・開園時間は9:00から16:30までです。

＊ご利用前に枠内を必ず記入のうえ提出してください。

対 象 者 利用料金	対 象 者	大 人 中学生以上	小 人 4歳以上小学生まで ＊3歳以下は無料
	利用料金	500 円	200 円
	通常料金	860 円	420 円
利 用 人 数		人	人
		合 計 人 数	人

一般財団法人 奈良県社会保険協会



まほろば健康パークファミリープール TEL 0743-59-0036



上手な
医療の
かかり方

「はしご受診」には3つのソソがあります

医師の紹介で別の医療機関を受診するのとは異なり、**同じ病気やケガで複数の医療機関を受診すること**

ソソ① 医療費がかさむ



同じ医療機関を3回受診した場合と、はしご受診で3回受診した場合の医療費を比較すると、右表のように初診料・再診料だけでも約2倍、検査料は約3倍になります。

	同じ医療機関を 3回受診したとき	3つの医療機関を はしご受診したとき
1回目	初診料2,880円 + 検査料等	初診料2,880円 + 検査料等
2回目	再診料 730円	初診料2,880円 + 検査料等
3回目	再診料 730円	初診料2,880円 + 検査料等
初診料・再診料の 合計額	4,340円 + 検査料等	8,640円 + 検査料等 × 3

※地域包括診療加算等を届け出ている診療所や200床未満の病院の初診料には「機能強化加算800円」が加算されます。
※上記の金額には健康保険が適用されます。

ソソ② 同じような検査や投薬が繰り返され、体に負担がかかってしまう

医療機関をかえる度に問診をはじめ、同じような検査や薬の処方がくり返されることになります。CT検査やMRI検査などの画像診断では、検査料が高額になるだけでなく、くり返し受けることで体への負担も大きくなります。また、同じような作用の薬を毎回処方されることにより、薬代がムダになるだけでなく、薬の重複や複数の薬の飲み合わせ等により、副作用などを引き起こすリスクもあります。



ソソ③ 治療法が確立されず、治療期間が長引く

医療機関をかえる度に、治療がスタート地点に戻ってしまうため、治療法が確立されないまま時間が経過してしまい、結果的に症状の回復が遅れたり、治療期間が長引いてしまう恐れがあります。

「はしご受診」をしないために

- ✓ 医師の診断や治療の方針などに不安や疑問点があれば、**まずはその医師に不安や疑問点を伝えてみましょう。**医師とコミュニケーションをとり、信頼関係を築くことが最適な診断や治療に役立ちます。
- ✓ 日ごろから信頼できる「**かかりつけ医**」を見つけておきましょう。
- ✓ がんなどの重篤な病気の治療で、患者と主治医の双方が最善だと納得して治療するために、主治医以外の医師の意見を求める「**セカンドオピニオン**」があります。必要に応じて利用しましょう。

※セカンドオピニオンを利用するときは主治医などの医療スタッフにその旨を伝え、紹介状や検査結果等の必要な情報を提供してもらい、別の医療機関を受診します。
※セカンドオピニオンの紹介状を作成してもらう際は、「診療情報提供料」として5,000円（健康保険が適用されるため3割負担の場合は自己負担額1,500円）がかかります（セカンドオピニオン先の費用は別途発生）。

お近くの
医療機関を
お探しの方へ

厚生労働省の「医療情報ネット」では、地域のほか、診療科目や診療日、対応可能な疾患・治療内容等の医療機関の詳細を確認することができます。詳しくは、厚生労働省のホームページをご覧ください。

医療情報ネット 検索



事業主の皆様へ

算定基礎届等の提出のお願い

事業主の皆様には、毎年1回、7月1日現在におけるすべての被保険者の標準報酬月額を決定するために、「算定基礎届」を提出いただいています。

この「算定基礎届」により決定された標準報酬月額は、原則として1年間（9月から翌年8月まで）固定され、納めていただく保険料の計算や、将来受け取る年金額等の計算の基礎となるものです。

※令和5年6月1日以降の資格取得者、令和5年6月30日以前の退職者、令和5年7月、8月、9月随時改定の月額変更届対象者のいずれかに該当する方については、今年度の算定基礎届の提出は不要です。

つきましては、算定基礎届およびその他必要となる届書を、提出期間内にご提出いただきますようお願いします。

提出期間：令和5年7月1日(土)から7月10日(月)まで

提出方法：電子申請または郵送※

照会先：ねんきん加入者ダイヤル

※【郵送先】〒541-8533 日本年金機構 大阪広域事務センター
郵便番号と事務センター名の記入のみで届きます。

ご不明な点がございましたら、「ねんきん加入者ダイヤル」へお問い合わせください。

お問い合わせは『ねんきん加入者ダイヤル』へ！

ねんきん加入者ダイヤル（事業所、厚生年金加入者向け）



0570-007-123

050から始まる電話でおかけになる場合は（東京）03-6837-2913

＜受付時間＞ 月～金曜日 午前8:30～午後7:00
第2土曜日 午前9:30～午後4:00

※祝日（第2土曜日を除く）、12月29日～1月3日はご利用いただけません。

- ナビダイヤルは、一般の固定電話からおかけになる場合は全国どこからでも、市内通話料金でご利用いただけます。ただし、一般の固定電話以外（携帯電話等）からおかけになる場合は、通常の通話料金がかかります。
- 「03-6837-2913」の電話番号におかけになる場合は、通常の通話料金がかかります。
- 「0570」の最初の「0」を省略したり、市外局番をつけて間違い電話になっているケースが発生していますので、おかけ間違いにはご注意ください。
- 月曜日など休日明けや、お客様のお手元に通知書が届いた直後（5日程度）は電話がつながりにくくなっております。週の後半と月の後半は、つながりやすくなっておりますので、どうぞご利用ください。



日本年金機構
Japan Pension Service



算定基礎届(7月)

賞与支払届

の提出は **電子申請** をご利用ください

電子申請のメリット



いつでもどこでも申請可能

オンラインで24時間365日申請ができます



コスト削減

郵送費・交通費の削減ができます



処理が早い

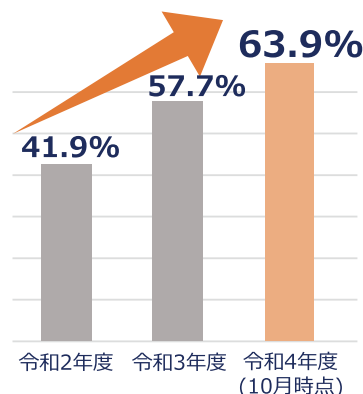
例えば健康保険証は、紙で申請するより3~4日早く届きます



安全なネットワーク

セキュリティに配慮し、安全な仕組みを構築しています

主要な届出※1の電子申請割合



※1 資格取得届・資格喪失届・算定基礎届・月額変更届・賞与支払届・被扶養者(異動)届・国民年金第3号被保険者関係届

ご利用のソフトウェア別の電子申請方法

**市販の労務管理ソフトや
自社システム**の場合
(電子申請に対応しているもの)



GビズID※2または**電子証明書※3**
で電子申請

届書作成プログラムの場合

- 届書作成プログラムとは、届書を簡易に作成し、電子申請できるソフトウェアです。
- 日本年金機構のホームページから無料でダウンロードできます。



GビズID※2で電子申請

すでにGビズIDをお持ちの方は、**届書作成プログラム**のご利用により、算定基礎届・夏の賞与支払届をオンラインで簡単に申請することができます。この機会にぜひ電子申請をご利用ください。

※2 GビズIDとは、デジタル庁が運営している認証システムです。
1つのアカウント(ID・パスワード)で複数の行政手続きが可能となるサービスで、無料で利用することができます。
GビズIDには、2種類のアカウントがありますが、電子申請をご利用いただく場合、GビズIDプライムの取得が必要になります。
なお、GビズIDプライムの取得には2週間程度を要します。
GビズIDの詳細内容、手続きはGビズIDのホームページをご覧ください。



GビズID

検索

<https://gbiz-id.go.jp>

※3 電子証明書とは、電子申請の際、申請者が送信するデータが原本であること、改変されていないことを証明するためのもので実印に相当するものです。取得方法等は、電子証明書を発行する認証局(官公庁または民間)のホームページをご確認ください。



日本年金機構

Japan Pension Service

図書「歴史探訪 健康ウォーキング」を 希望会員事業所様に**無料配付**します！

当会報誌の「歴史探訪ウォーキングスポット」に掲載中の図書「歴史探訪健康ウォーキング（ワンセット5冊、B5版1冊約60p）」について、無料配付（要別途送料）いたします。

ご希望の会員事業所様は、次の①～⑤により郵送にてお申込みください。

①郵便切手370円分を同封

※返信用封筒不用（封筒に貼付しないでください。）

②会員事業所名 ③所在地 ④お申込者名 ⑤お申込者の電話番号 ②～⑤を明記

【お申込先】

〒630-8241

奈良市高天町22-2 明治安田生命奈良ビル3F
奈良県社会保険協会 図書係あて

※冊数に限りがありますので、先着順で無くなり次第終了とさせていただきます。

終了の場合はホームページに掲載します。



奈良県社会保険協会

【問題】

次の記述が正しいか、○か×でお答えください。

主要な届出（資格取得届・資格喪失届・算定基礎届・月額変更届・賞与支払届等）の電子申請割合は、令和4年10月時点で63.9%となっている。

「7pを見てネ!!」ポン太より

ポン太くんの
社会保険クイズ



【応募方法】

ハガキに①～⑤を必ず記入のうえお送りください。

①答え ②会員事業所名 ③事業所所在地 ④応募者氏名 ⑤今月号で最も良かった記事。

個人情報目的以外に使用しません。

正解者の中から1名様に「ガラスフロート温度計」をさしあげます。



【宛先】

〒630-8241

奈良市高天町22-2 明治安田生命奈良ビル3F
（一財）奈良県社会保険協会
奈良県社会保険協会クイズ7月号係

【締切】 7月25日当日消印有効

【5月号の答え】 ①

【5月号当選者】 四分谷 千秋様

7月の運勢

五行易占い		ラッキーカラー	吉方位	健康運	金運	仕事運
1月生	思わぬ喜び事が舞い降りて来る幸福感も続け	紫	北西	◎	○	△
2月生	飲み会に誘われる事多し またには休肝日大事	黄	北東	△	○	○
3月生	お城を見る旅行は最高 歴史も学べりセット	黒	北	◎	△	△
4月生	いろいろやりたい事有る も静かに時間の流れ	赤	南	△	△	○
5月生	忙しい時と暇な時間の 繰り返し先ずは深呼吸	黒	北	○	△	△
6月生	囚われていた事が消え そうイメージチェンジ	白	西	○	○	△
7月生	懐かしい友人とバツッ り嬉しい時間の流れ	赤	南	△	◎	○
8月生	チャンスが目の前を通る 好奇心のアンテナを	赤	南	○	◎	△
9月生	やる気の無い時こそ自 分に投資を元は取れる	紫	北西	◎	△	△
10月生	対人運に注意の月自分 のイライラが原因かも	青	東北	○	△	△
11月生	小さな思い込みがミス に発展しそう確認大事	赤	南	△	△	△
12月生	熱中症には注意が必要 早めの水分補給と果物	赤	南	△	○	○

占 テルテル・如亜（天理市指柳町） 泰 如亜

歴史探訪

ウォーキング スポット

22 石仏に出会う道 岩船寺と浄瑠璃寺

当尾に出かけよう。加茂町に編入されるまでは当尾村であった。塔の並ぶ尾根「塔尾」から「当尾」になったという。緑いつぱいの自然環境とみごとにマッチする浄土信仰霊場。石仏と古寺の歴史遺産に出会う道である。徒歩約6km。



モデルコース

- JR・近鉄奈良駅
- (バス)
- 「岩船寺口」バス停
- ミロクの辻
- 岩船寺
- わらい仏
- カラスの壺
- 大門仏谷
- 浄瑠璃寺
- (バス)
- 近鉄・JR奈良駅

長田光男氏著書「山里・古社寺探訪健康ウォーキングV」より抜粋 オールカラー／56頁