

けんぽ便り とっとり

第64号

令和6年1月

鳥取支部 健康保険委員

2,821 名

(令和5年10月末現在)

鳥取支部統計情報 (令和5年8月現在)

事業所数	10,693(10,598)
被保険者数	122,056人(128,124人)
被扶養者数	69,776人(73,623人)
標準報酬月額	263,771円(255,171円)
()	=前年同月

健康保険委員の皆さまには、協会けんぽと加入者のパイプ役として次の4つの役割をお願いしています。

従業員の相談

従業員とその家族の
各種申請書に関する
相談・案内

広 報

協会けんぽがお送り
しているお知らせの
周知(回覧・掲示)

健康づくり

・従業員やその家族の健診
受診に関する相談や案内
・健診後の保健指導の受入

モニター

健康保険事業に関する
アンケート・署名への
協力トピックス
今号の

- ・協会けんぽ鳥取支部長新年のご挨拶
- ・年金委員・健康保険委員研修会を開催しました
- ・健康保険制度 レベルアップ講座 ～出産に関する給付金について～
- ・医療費のお知らせをお送りします
- ・ヘルシーとっとりレシピ ～牛肉ときくらげのオイスターソース炒め～

支部長
吉田 和徳

協会けんぽ鳥取支部長新年のご挨拶

新年あけましておめでとうございます。

健康保険委員の皆様方には、日頃より協会けんぽの実施いたします事業に対しまして、格別のご理解ご協力を賜り感謝申し上げます。あわせまして、各事業所及びその従業員様と協会けんぽをつなぐ大切な役割を果たしていただいておりますことに対し厚くお礼申し上げます。

新年の協会けんぽの活動の柱といたしましては、地域特性を踏まえた保健事業を引き続き実施していくこととしており、皆様の健康の維持増進に貢献していく所存であります。

また、鳥取県と協働で展開しております「健康経営マイレージ事業」が、医療費抑制や健康保険料率の低下に加え、離職率の低下でも効果を上げておりますが、より大きな効果を得るべく、昨年より「ステップアップ方式」を導入いたしました。

これは、現状の課題である健康リスクや生活習慣の改善を行うことで、将来の医療費の抑制につなげ、ひいては健康保険料率の上昇を抑えることにつなげていこうとするもので、健康保険委員表彰及び経産省の健康経営優良法人認定の基準ともなります。健康経営マイレージ事業参加事業所様のステップアップ方式への登録を是非ともお願いいたします。

引き続き、当協会の事業に対しましてご支援ご協力を賜りますようお願い申し上げますとともに、本年の皆様方のご活躍ご発展を心よりご祈念いたしまして年頭のご挨拶とさせていただきます。

全国健康保険協会 鳥取支部
協会けんぽ

年金委員・健康保険委員研修会を開催しました

11月22日に「年金委員・健康保険委員研修会」を開催しました。オンラインでの開催で多くの委員の皆さまにご参加いただきました。お忙しい中、ご参加いただき、ありがとうございました。
研修会の内容を少しだけご紹介いたします！



日本年金機構

研修内容 「働きながら受け取る年金について」、「事業所調査における誤りの多い事例について」



70歳未満の方が会社に就職し厚生年金保険に加入した場合や、70歳以上の方が厚生年金保険の適用事業所にお勤めになった場合には、老齢厚生年金の額と給与や賞与の額(総報酬月額相当額)に応じて、年金の一部または全額が支給停止となる場合があります。これを「在職老齢年金」といいます。日本年金機構からは、働きながら受け取る年金の計算方法や年金額の改定についてお話をいたしました。

また、事業所調査の際によくある誤り等について、「被保険者資格取得届」で報酬への算入が漏れている場合や「被保険者月額変更届」で同一月に複数の固定的賃金の変動した場合など届出ごとに事例と正しい知識をあわせてご説明いたしました。

皆さまの感想 (アンケート抜粋)

- ・事例についてわかりやすく記載されていてよかったです。
- ・うっかりミスしそうな事例ばかりで気を付けようと思いました。



協会けんぽ鳥取支部

研修内容 「健康保険制度の仕組みと申請のポイント」



被保険者が病気やケガで仕事を休み、その間の給与を受けられないときに支給される給付金「傷病手当金」について、その制度内容や支給の条件をお話をいたしました。また、協会けんぽでは令和5年1月より申請書の様式を変更しております。研修会では、お問い合わせの多い、「傷病手当金支給申請書」の記入の際のポイントについて、例をあげて解説いたしました。

皆さまの感想 (アンケート抜粋)

- ・傷病手当金支給申請書の記入で間違いやすい点などよくわかりました。
- ・傷病手当金の対象になる案件とならない案件の説明も参考になりました。



鳥取労働局

研修内容 「雇用保険の被保険者の範囲等について」、「副業・兼業における労働関係法令について」



鳥取労働局からは、雇用保険における被保険者の範囲について注意が必要な点や具体的な例をあげ、ご説明いたしました。

また、事業所事務ご担当者が気になる副業・兼業について、就業規則等の整備や労働者が副業・兼業を行える環境づくりが必要になってくる点などをポイントにまとめてお話をいたしました。

皆さまの感想 (アンケート抜粋)

- ・副業・兼業について、就業規則の整備がまだなので、今後の課題です。
- ・疑問に思っている点がちょうど研修内容としてあり、よかったです。



メールマガジン登録募集中！

協会けんぽ鳥取支部では、健康保険制度に関する最新情報をいち早くお届けするため、毎月1回、メールマガジンを配信しています。事務ご担当者様にとってお役立ちの情報をたくさんお届けしていますので、ぜひご登録ください！

ご登録はこちら！



～こんな内容を配信しています～

- ・健康保険制度の最新の情報
- ・各種研修会などイベント開催のお知らせ
- ・鳥取支部管理栄養士考案のヘルシーレシピなど



健康保険制度レベルアップ講座

出産に関する給付金について

被保険者や被扶養者が出産した際に支給される給付金について解説いたします。



出産手当金

出産手当金とは、被保険者が出産のために仕事を休み、その間の給与を受けられないときに支給される給付金です。

支給の要件

出産手当金は、次の①～③をすべて満たした時に支給されます。

- ① 被保険者(ご本人)が**出産した(する)こと**
 - ・被扶養者(ご家族)の出産は対象外です。
- ② **妊娠4か月(85日)以上の出産であること**
 - ・早産・死産(流産)・人工妊娠中絶も含まれます。
- ③ **出産のため仕事を休み、事業主から給与の支払いがないこと**
 - ・休んだ期間についての給与の支払いがあってもその給与の日額が、出産手当金の日額より少ない場合は、その差額が支給されます。

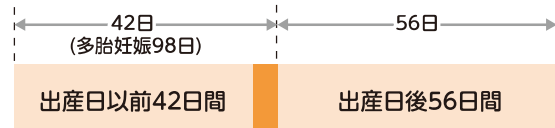
出産手当金の計算方法

$$\text{支給金額} = \frac{\text{直近1年間の標準報酬月額}^{(*)}}{\text{平均額}} \div 30 \times \frac{2}{3} \times \text{支給日数}$$

(※)被保険者期間が1年に満たない場合は、資格取得後の平均額が、協会けんぽ全被保険者の平均額のいずれかが低い額が基礎となります

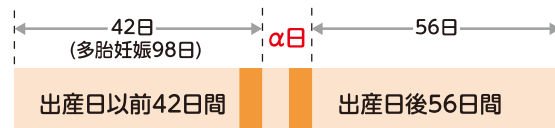
申請できる期間

- 出産予定日に出産した場合または出産予定日より早く出産した場合



申請可能期間 = 42日(多胎妊娠98日) + 56日

- 出産予定日より遅れて出産した場合



申請可能期間 = 42日(多胎妊娠98日) + α日 + 56日

申請書はこちら!



申請の流れ

出産手当金支給申請書に「医師・助産師の証明」、「事業主の証明」を受ける

出産手当金支給申請書を協会けんぽへ提出

内容を審査し、約2週間程度*で支給

※必要に応じて添付書類が必要になることがあります。また、不備等があるとお支払いまでお時間をいただくことがあります。

出産育児一時金

被保険者が出産したときは「出産育児一時金」が、被扶養者が出産したときは「家族出産育児一時金」が支給されます。

◎出産とは、妊娠4か月(85日)以降の早産、死産(流産)、人工妊娠中絶も含まれます。

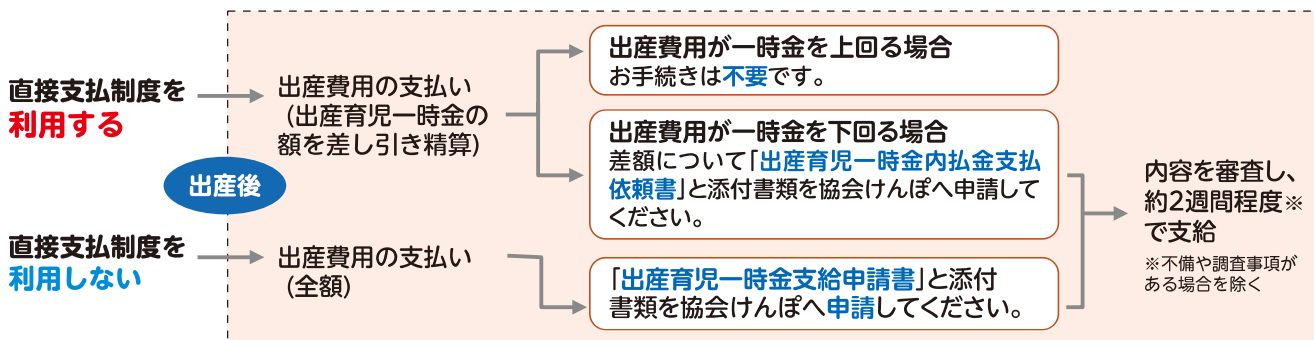


支給金額

出産にかかる費用に出産育児一時金を充てることができるよう、協会けんぽから出産育児一時金を医療機関等に直接支払う仕組み(直接支払制度)となっています。なお、直接、医療機関に出産育児一時金が支払われることを希望しない方は、出産後に被保険者の方から協会けんぽに申請いただいた上で、出産育児一時金を支給する方法をご利用いただくことも可能です。

	2023年 3月31日 以前の出産	2023年 4月1日 以降の出産
産科医療補償制度加入機関で 在胎週数22週以降の出産	1児につき 42万円	1児につき 50万円
産科医療補償制度加入機関で 在胎週数22週に達しなかった出産	1児につき 40.8万円	1児につき 48.8万円
産科医療補償制度未加入の 機関で出産		

支給の手順



医療費のお知らせをお送りします

詳しくはこちら!



協会けんぽでは健康保険で診療を受けた方に、年に一度“医療費のお知らせ”をお送りしています。
どのくらい医療費がかかったのか確認できますので、医療費や健康についての振り返りにご活用ください。

送付時期 令和6年1月中旬～下旬

送付先 事業所宛にお送りします
(お手数ですが、**未開封のまま**対象の従業員様にお渡しください)

対象期間 令和4年10月～令和5年8月診療分

注意

“医療費のお知らせ”の送付時期を早め、可能な限り1月中に事業所へ到着できるようにするため、**記載している診療期間を昨年より短縮しています。**

医療費控除の申告手続きに使用可能です

確定申告の際に、“医療費のお知らせ”を添付すると、「医療費控除の明細書」の記入を省略できます。ただし、“医療費のお知らせ”に記載されていない診療分(**令和5年9月～12月に受診された分**など)については、医療機関等からの領収書に基づき「医療費控除の明細書」を自身で作成する必要があります。



マイナポータル連携が便利!

マイナンバーカードとマイナンバーカード読取対応のスマートフォン(又はICカードリーダライタ)をお持ちの方は「マイナポータル連携」が便利です。医療費の情報を取得でき、「医療費控除の明細書」に自動入力することができます。

「医療費控除のお手続き」、「マイナポータル連携」については、**国税庁のホームページまたは税務署**にてご確認ください。



ホームページ
掲載
レシピ!

ヘルシーとっとりレシピ

協会けんぽ鳥取支部の管理栄養士と助手がおいしくてヘルシー、そして簡単なお役立ちレシピをご紹介します!!



牛肉ときくらげのオイスターソース炒め

材料
(2人分)

- ・牛薄切り肉 …… 250g
- ・黒きくらげ …… 5g
- ・長ネギ …… 10cm(50g)
- ・ショウガ(千切り)… 大さじ1
- ・オイスターソース …… 大さじ1
- ・しょうゆ …… 小さじ1
- ・塩コショウ …… 少々
- ・油 …… 大さじ1

!とっても簡単! /

調理
時間 **25分**

1人分
エネルギー: 460kcal
食塩相当量: 2.1g
タンパク質: 22.6g



**460
kcal**

作り方

- ① 牛薄切り肉は食べやすい大きさに切り、軽く塩、コショウをふる。
- ② 黒きくらげは水で戻し、食べやすい大きさに切る。
- ③ 長ネギは7～8mm幅の斜め切りにする。
- ④ フライパンに油を熱し、しょうがと長ネギを炒め、黒きくらげを加えてよく炒める。
- ⑤ 牛肉を加えて軽く両面を焼き、オイスターソースとしょうゆを加えて手早く炒める。

ポイント

乾燥きくらげはたっぷりの水でじっくり時間をかけて戻すのが基本ですが、忙しいときはぬるま湯で戻すと時短になります。
※水でじっくり戻したほうが栄養や風味が逃げにくくコリコリとした歯ごたえが存分に楽しめます。

協会けんぽ鳥取支部
ホームページ



申請書の提出など
お手続きは
すべて郵送で!

最新情報をチェック!

協会けんぽ鳥取

検索



全国健康保険協会 鳥取支部
協会けんぽ

〒680-8560 鳥取市今町2丁目112番地
アクティ日ノ丸総本社ビル 5階
TEL:0857-25-0050(代表)