社会保険力ごしま

2022 No.801

令和3年度 事業報告



- 2 令和3年度事業報告
- 3 事務担当者研修会ご案内
- 4 賞与支払届のご提出について
- 5 移動年金相談所ご案内
- ⑥ 巡回健診スケジュール(8月~11月)

- 8 給付金申請書で記入漏れが多い箇所について
- ② かごしま健康企業宣言を始めましょう!
- 保険料の免除要件の見直しについて/バレーボールあまみ大会のご案内
- 11 かごしま水族館入館補助券のご案内
- ② 元気のヒントお届けします!

適用関係届書 送付先

日本年金機構 福岡広域事務センター 厚生年金適用グループ

〒812-8579 福岡県福岡市博多区榎田1-2-55 AP榎田ビル

※郵送の際は、切手貼付後、送付先宛名と郵便番号を記載するだけで宛先に届きます。

※福岡広域事務センターにはお客様窓口はなく郵送のみでの受付になります。 届書作成や制度についての相談は年金事務所へお問い合わせください。



令和3年度事業報告

令和3年度の事業につきまして次のとおりご報告いたします。

1. 広報に関する事業

(1) 広報誌「社会保険かごしま」を奇数月に年6回発行。

会員事業所に送付するとともに、県内の日本年金機構各年金事務所(以下、「年金事務所」という。)、全国健康保険協会鹿児島支部(以下、「協会けんぽ」という。)の窓口に備え置きました。併せて当協会のホームページに掲載し、広く社会保険制度の周知を図りました。

- (2) 会員事業所に対し、広報誌「協会だより」を4月に発行。 当協会事業等について周知し、当協会ホームページにも掲載して一般の方に対しても情報を提供しました。
- (3) 会員事業所の社会保険事務担当者が円滑に事務手続きを進めることが出来るよう、実務書「社会保険実務の手引き(鹿児島県版)」を作成し、会員事業所に配布しました。
- (4) 毎月、年金事務所及び協会けんぽとの連絡会議を開催し、協会事業の円滑な推進について協力・連携を図りながら取組みました。

2. 研修・相談事業

- (1) 社会保険事務担当者を対象に、社会保険制度やその事務手続き等について理解を深め知識の向上を目指すことを目的に、社会保険労務士等を講師として各地区で「事務研修会」を実施しました。
- (2) 初めて算定基礎届を提出する事業所を対象にした研修会は中止となりました。
- (3) 社会保険事務担当者を対象に、年金事務所・協会けんぽ及び社会保険委員会と合同で、年金事務所及び協会けんぽの職員を講師として「社会保険合同実務研修会」を実施しました。
 - · 社会保険合同実務研修会 ············ 6会場 参加者 643名
- (4) 社会保険労務士を講師として、社会保険制度の基礎(公的年金・健康保険・労働保険)についてテーマごとに学ぶ「社会保険事務基礎講座」を、6月から11月にかけて月2回(参加率向上のため同一内容)開講しました。
 - また、12月には、設問形式で再確認のまとめ研修を行いました。
 - ・社会保険事務基礎講座 …………14回 参加者 延444名
- (5) 要請のありました会員事業所に社会保険労務士を派遣し、公的年金制度に関するセミナーと年金加入記録の確認・年金見込額等について、個別相談を実施しました。
 - ・個別年金相談 ……………2事業所 参加者 8名

3. 福利厚生事業

(1) 医師・保健師等による講習会等

事業主及び被保険者の健康と健全な職場づくりを目的とした、医師・保健師等による生活習慣病予防・改善のための指導講 習会や実技指導を会員事業所で行う計画でしたが、要請はありませんでした。

(2) スポーツ大会

被保険者等の健康の保持増進を図ることを目的に、各種スポーツ大会を計画しましたが、コロナ禍で室内競技は密を避けられないため中止としました。

なお、屋外競技(ソフトボール)は実施しました。

- ・ソフトボール大会(11月: 鹿児島市) … 11チーム 参加者 約280名
- (3) 脳ドック検診助成

(4) 施設利用助成

被保険者等の健康増進及び福利厚生を図ることを目的に利用料の一部助成を行いました。

- ・契約施設利用料の一部助成………… 23名
- ・いおワールドかごしま水族館入館料の一部助成 利用申込者 ……… 5,234名

4. 育成事業

本県社会保険事業の円滑な推進に寄与している鹿児島県社会保険委員会連合会の事業活動に協力し、その活動を支援するとともに年金委員及び健康保険委員の育成を図り、被保険者並びに被扶養者などへの制度の普及と福利の増進に努めました。

5. 会議等の開催

会の運営に関する会議を開催いたしました。

- ・理事会、評議員会の開催
- 各種事業打合せ会等開催

社会保険事務担当者研修会のご案内

●次のとおり研修会を開催いたします。(複数受講も可能です。)

外国人雇用に関する手続き(健康保険・厚生年金保険・雇用保険) 内容 ①入社の手続き ②退職者の方、社会保障協定等 ③その他の留意点 日時 定 員 締切日 駐車場 8月 8日(月) 阿久根市民交流センター 50名 7月25日(月) 無 料 13時30分~16時00分 阿久根市塩鶴町二丁目2番地 ☎0996-72-1051 ふれあいプラザなのはな館 8月18日(木) 50名 8月 4日(木) 無 料 13時30分~16時00分 指宿市東方9300番1号 ☎0993-27-1221 8月25日(木) 日置市中央公民館 料 60名 8月12日(金) 無 13時30分~16時00分 日置市伊集院町郡一丁目100 ☎099-273-1919 9月 1日(木) 加音ホール 8月18日(木) 料 50名 無 13時30分~16時00分 姶良市加治木町木田5348番185号 ☎0995-62-6200 9月22日(木) 垂水市市民館 30名 9月 8日(木) 無 料 13時30分~16時00分 垂水市旭町61番2号 **2**0994-32-0224 10月 5日(水) 知覧文化会館 30名 9月21日(水) 料 無 13時30分~16時00分 南九州市知覧町郡17880番地 ☎0993-83-2111 10月 7日(金) 志布志市文化会館 9月22日(木) 50名 無 料 13時30分~16時00分 志布志町志布志2238番1号☎099-472-3050

標題 電子申請の解説

内容 e - G o v 申請の留意点(社会保険と労働保険の手続き)

		•		
日時	会場	定員	締切日	駐車場
8月19日(金) 13時30分~16時00分	かごしま県民交流センター ^{鹿児島市山下町14番50号} ☎ 099-221-6600	60名	8月 5日(金)	2時間以内は無料です。それ以上は 有料となります。

[※]会場は一般の方もご利用されます。

駐車場に限りがございますので満車の場合は他の駐車場をご利用ください。また、公共交通機関等でのお越しにご協力をお願いいたします。

参 加 料

会員事業所は無料。非会員事業所は実費を負担していただくことになります。(負担額: 4,000円)

申込方法

下記申込書を当協会あてに FAX 又は郵送してください。(定員になり次第締め切ります。) また、参加者には申込締切日後にご案内通知(ハガキ)を送付いたしますのでご確認ください。

社会保険事務担当者研修会 申込書

開催日・会場名			月		В				
(複数受講も可)			月		В				
事業所整理記号()事業所番号()	
	郵	便 番	号	₹					
事	事 所 在 地								
事業所	名		称						
				TEL				FAX	
参加者氏名									

お申込み・ お問い合わせは 〒890-0056 鹿児島市下荒田三丁目44番18号 のせビル3階301号

賞与支払届のご提出について

賞与支払届は忘れずに!

被保険者に賞与を支払ったときは、支給日から5日以内に「賞与支払届」の提出が必要となります。厚生年金保険料等の計算や将来受け取る年金額の計算の基礎となりますので、賞与の支給がある場合には、届出漏れがないようご注意願います。なお、賞与支払予定月に賞与が支払われなかった場合は、「賞与不支給報告書」をご提出いただくようお願いいたします。

届書・報告書

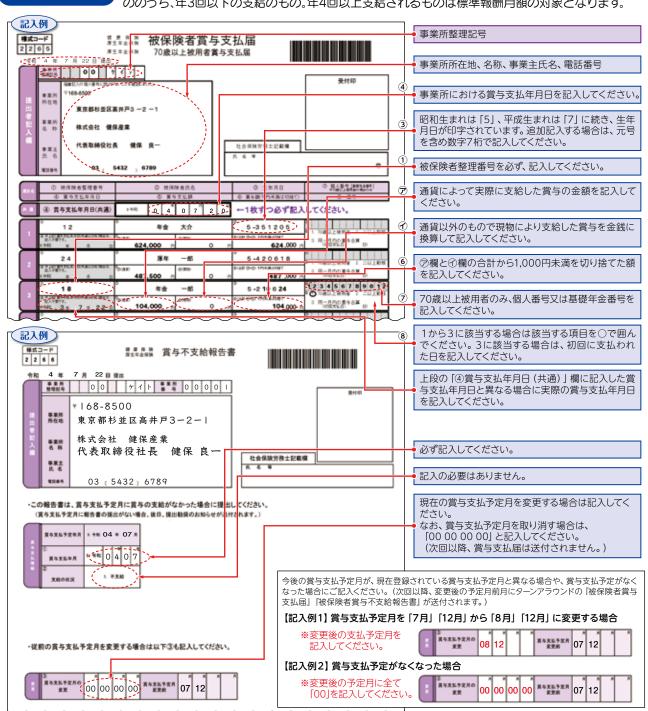
被保険者賞与支払届・70歳以上被用者賞与支払届または賞与不支給報告書

提出

日本年金機構福岡広域事務センター(〒812-8579 福岡市博多区榎田1-2-55 AP榎田ビル) ※届書作成や制度についてのご相談等は管轄の年金事務所までお問い合わせください。

対象となる賞与等

賞与、期末手当、決算手当などいかなる名称であるかを問わず、労働者が労働の対償として受けるもののうち、年3回以下の支給のもの。年4回以上支給されるものは標準報酬月額の対象となります。



移動年金相談所ご案内

各年金事務所では、移動年金相談所を開設しております。ぜひ、ご利用ください。

- ※新型コロナウイルス感染拡大予防を考慮し、開催が困難な場合がございますので、ご了承ください。
- 相談を受けられる方は、年金手帳・年金証書・認印・銀行□座の通帳等をご持参ください。
- 代理の方が相談を受けられる場合は、委任状及び本人確認ができるものが必要です。(運転免許証等)

鹿児島北年金事務	所	〒892-8577	鹿児島市住吉町6-8 ☎099-225-5311				
市町村名	日 程	時間	会場				
南種子町	8月 2日(火)	11 時 0 分 ~ 17 時 0 分	南種子町研修センター 2階会議室				
中種子町	8月 3日(水)	9時0 分~13時0 分	中種子町中央公民館 小会議室				
日置市伊集院町	8月18日(木)	10 時 0 分 ~ 15 時 0 分	日置市本庁中央公民館 1 階中ホール				
西之表市	8月23日(火)	10 時 0 分 ~ 17 時 0 分	西之表市役所 2階入札室				
西之表市	8月24日(水)	9時0 分~14時0 分	四尺衣门顶的 2 陷入他主				
屋久島町	9月 6日(火)	11 時 0 分 ~ 17 時 0 分	屋久島町役場 本庁 2 階小会議室				
屋久島町	9月 7日(水)	9 時 0 分 ~ 14 時 0 分	E人島町仅物 本川 Z 阳小云硪至				
日置市日吉町	9月14日(水)	10 時 0 分 ~ 15 時 0 分	日置市日吉支所 2 階会議室				
西之表市	9月27日(火)	10 時 0 分 ~ 17 時 0 分	西之表市役所 2階入札室				
西之表市	9月28日(水)	9時0分~14時0分	四尺衣印投机 2 陷入礼主				
《鹿児島北年金事務所からのる	《鹿児島北年金事務所からのお知らせ》 移動年金相談は完全予約制となっています。なお、予約申込みにつきましては市町役場の国民年金担当係へご連絡ください。						

鹿児島南年金事務	新	₹890-8533	鹿児島市鴨池新町5-25	☎099-251-3111		
市町村名	日 程	時間	会	場		
南九州市	8月 4日(木)	10 時 00 分 ~ 15 時 00 分	南九州市ちらん夢郷館 専	門技術研修室		
南さつま市	8月18日(木)	10 時 00 分 ~ 15 時 00 分	南さつま市民会館 第1会	議室		
指宿市	8月25日(木)	10 時 00 分 ~ 15 時 00 分	指宿市役所 第 1 会議室			
南九州市	9月 8日(木)	10 時 00 分 ~ 15 時 00 分	南九州市ちらん夢郷館 専	門技術研修室		
枕崎市	9月15日(木)	10 時 00 分 ~ 15 時 00 分	枕崎市市民会館 1階和室			
南さつま市	9月29日(木)	10 時 00 分 ~ 15 時 00 分	南さつま市民会館 第1会	議室		
《鹿児島南年金事務所からの》	《鹿児島南年金事務所からのお知らせ》、移動年金相談は完全予約制となっています。なお、予約申込みにつきましては鹿児島南年金事務所へご連絡ください。					

川内年金事務所		〒895-0012	薩摩川内市平佐町2223 ☎0996-22-5276					
市町村名	日 程	時間	会場					
いちき串木野市	8月 4日(木)	9 時 30 分 ~ 15 時 30 分	市来庁舎 1 階会議室					
出水郡長島町	8月12日(金)	9 時 30 分 ~ 15 時 30 分	指江支所 1 階住民相談室					
薩摩郡さつま町	8月18日(木)	9 時 30 分 ~ 15 時 30 分	本庁 会議室					
出水市	8月25日(木)	9 時 30 分 ~ 15 時 30 分	本庁 1 階 多目的ホール					
阿久根市	9月 8日(木)	9 時 30 分 ~ 15 時 30 分	市民交流センター					
薩摩川内市里町	9月15日(木)	10 時 00 分 ~ 16 時 00 分	薩摩川内市里サービスセンター 市民相談室					
出水市	9月22日(木)	9 時 30 分 ~ 15 時 30 分	本庁 1 階 多目的ホール					
《川内年金事務所からのお知ら	《川内年金事務所からのお知らせ》 移動年金相談は完全予約制となっています。なお、予約申込みにつきましては市町村役場の国民年金担当係へご連絡ください。							

加治木年金事務所		〒899-5292	姶良市加治木町諏訪町113	☎0995-62-3511
市町村名	日 程	時間	会	場
伊佐市	8月10日(水)	9 時 30 分 ~ 15 時 30 分	大口元気こころ館	
湧水町	8月18日(木)	9 時 30 分 ~ 15 時 30 分	栗野庁舎別館2 1 階小会議室	1
伊佐市	9月 8日(木)	9 時 30 分 ~ 15 時 30 分	菱刈まごし館	
《加治木年金事務所からのお知	flらせ》 移動年金相談は完全	全予約制となっています。なお、予約申込	入みにつきましては加治木年金事務所の	へご連絡ください。

鹿屋年金事務所		〒893-0014	鹿屋市寿3-8-19	☎ 0994-42-5121
市町村名	日 程	時間	会	場
曽於市	8月10日(水)	9 時 30 分 ~ 15 時 30 分	曾於市末吉本所 1階会議室	
志布志市	8月24日(水)	9 時 30 分 ~ 15 時 30 分	志布志市志布志本所 2階会	議室
曽於市	9月14日(水)	9 時 30 分 ~ 15 時 30 分	曾於市大隅支所別館 2階会	議室
志布志市	9月28日(水)	9 時 30 分 ~ 15 時 30 分	有明支所 有明公民館 小会	議室
《鹿屋年金事務所からのお知り	らせ》 移動年金相談の予約6	申込みにつきましては市町村役場の国民は	年金担当係へご連絡ください。	

奄美大島年金事務	所	奄美市名瀬塩浜町3-1	☎0997-52-4341			
市町村名	日 程	時 間	会	場		
徳之島町	8月17日(水)	13 時 00 分 ~ 17 時 00 分	徳之島町役場			
徳之島町	8月18日(木)	9 時 00 分 ~ 12 時 00 分	166人员则仅场			
知名町	8月24日(水)	13 時 30 分 ~ 17 時 00 分	知名町中央公民館			
知名町	8月25日(木)	9 時 00 分 ~ 12 時 00 分	1 知名可中央公氏館			
喜界町	9月 7日(水)	13 時 00 分 ~ 17 時 00 分	麦田町外担			
喜界町	9月 8日(木)	9 時 00 分 ~ 12 時 00 分	- 喜界町役場			
伊仙町	9月14日(水)	13 時 00 分 ~ 17 時 00 分	伊州町中中八尺線			
伊仙町	9月15日(木)	9 時 00 分 ~ 12 時 00 分	伊仙町中央公民館			
《奄美大島年金事務所からのお知らせ》 移動年金相談の予約申込みにつきましては市町村役場の国民年金担当係へご連絡ください。						

街角の年金相談セ	ンター鹿児島(オ	フィス)	〒892-0825	鹿児島市大黒町2-11-6F	☎099-295-3348	
市町村名	日 程	時	間	会	場	
霧島市	8月19日(金)	10 時 00 分 ~	15 時 00 分	国分シビックセンター国分公民	民館 3階	
鹿児島市	8月22日(月)	10 時 00 分 ~	16 時 00 分	谷山支所 3階		
霧島市	9月16日(金)	10 時 00 分 ~	15 時 00 分	国分シビックセンター国分公民	民館 3階	
鹿児島市	9月26日(月)	10 時 00 分 ~	16 時 00 分	谷山支所 3階		
《街角の年金相談センターからのお知らせ》霧島市役所での移動年金相談は予約制です。鹿児島 (オフィス) にご連絡ください。						

35~74歳までの 被保険者 (ご本人)さま対象

生活習慣病予防健診

巡回健診スケジュール (8月~11月分)



『巡回健診』のご案内

協会けんぽでは、加入者の皆さまの健康の保持・増進のため、健診と健康づくりの支援を行っています。 年に1回の健診を受け、ご自身のからだの状態を確認しましょう。

●● 協会けんぽからのお知らせです ●●●

ご都合の良い場所で♪お一人様から受診できる♪お近くに健診機関のなかった方など、 この機会に便利な検診車などによる「巡回健診」をぜひご利用ください♪



40~74歳までの 被扶養者 (ご家族)さま対象

特定健康診査(無料)

巡回健診スケジュール (8月~11月分)

生活	習慣病予防健	診~巡回	建診~	生活	習慣病予防健	診~巡回伽	≢診∼	生活	習慣病予防健	診~巡回伽	≇診∼
地域	会場	日程	申込先	地域	会場	日程	申込先	地域	会場	日程	申込先
		8月 12日 金 9月 7日 水 9月 29日 木		さつま町	宮之城ひまわり館	8月 24日 水 8月 25日 木 10月 6日 木	県民健クラ	南さつま市	ふれあいかせだ	8月 25日 木 11月 10日 木 11月 17日 木	ヘルサボ
	県民交流センター	10月 27日 木 11月 2日 水		阿久根市	宮之城文化センター 阿久根市民交流センター (風テラスあくね)	9月 14日 水 9月 21日 水 10月 12日 水	ヘルサポ	指宿市	金峰町文化センター 指宿市民会館	9月 15日 木 10月 26日 水	ヘルサポーヘルサポ
	市民文化ホール		E d d d d d d d d d d d d d d d d d d d	市 いちき 串木野市	市来地域公民館	11月 18日 金 9月 8日 木 10月 13日 木	健クラ	枕崎市	南薩地域地場 産業振興センター	8月 12日金 10月 4日火 11月 4日金	健クラ
鹿児島市	谷山サザンホール	11月 4日 金 8月 4日 木 8月 25日 木 9月 9日 金 9月 20日 从	はクラ		上名交流センター 御陵下公園 運動場会館	11月 9日 水 8月 9日 火 9月 15日 木 10月 7日 金 10月 28日 金	健クラ	志布志市	健康ふれあいプラザ	9月 16日金 11月 7日月 8月 19日金 8月 29日月 10月 14日金	
	城山ホテル鹿児島	10月 31日 月 11月 21日 月 9月 2日 金 10月 17日 月	1	薩摩川内市		11月 22日 火 8月 3日 水 8月 27日 土 9月 2日 金	ヘルサポ 県民	兽	末吉総合センター 財部保健福祉センター	11月 15日 火 9月 21日 水 9月 27日 火 10月 6日 木	・健クラ
	スパランド裸・楽・良 吉田文化体育センター	11月 16日 水 9月 21日 水 8月 17日 水	は健クラ		薩摩川内市 総合福祉会館	10月 7日 金 10月 27日 木 11月 29日 火	ヘルサポ	曽於市	財部中央公民館 大隅中央公民館 そお生きいき健康センター	8月 10日 水 10月 20日 木 8月 24日 水	ヘルサポ ヘルサポ
	前之浜公民館 姶良市公民館	10月 21日 金 8月 22日 月 10月 31日 月	ヘルサポ		入来町文化ホール	9月 22日 木 11月 8日 火 8月 31日 水		東串良町	保健センター	8月 26日 金 8月 1日 月 8月 10日 水	健クラ
姶良市	加音ホール	11月 28日 月 8月 8日 月 9月 7日 水 9月 16日 金 9月 29日 木	健クラ ヘルサポ	日置市	日置市中央公民館 妙円寺地区公民館 吹上町中央公民館	11月 1日 火 11月 24日 木 9月 6日 火 10月 24日 月 8月 26日 金	健クラ 健クラ ヘルサポ		農業研修センター	9月 9日金 9月 30日金 10月 25日火 10月 26日水 11月 30日水	健クラ
	MIEN /V		は県民は	南九州	東市来文化交流センター川辺保健センター	8月 10日 水 9月 13日 火 8月 23日 火 11月 29日 火	ヘルサポ 健クラ	鹿屋市	鹿屋市中央公民館	8月 31日 水 9月 22日 木 10月 4日 火 11月 10日 木	ヘルサポ
肝 付 町	肝付町文化センター 高山やぶさめ館	11月 18日 金		带	川辺文化会館	9月 30日 金8月 5日 金	県民			11月 29日 火 8月 19日 金	
錦江町長島町	第江町総合交流センター 総合町民体育館	11月 25日 金 11月 10日 木 8月 19日 金	健クラ			8月 17日 水 8月 19日 金 9月 8日 木	健クラー へルサポ		県民健康プラザ 健康増進センター	9月 30日 金 10月 14日 金 11月 8日 火	
出	出水市中央公民館		健クラ ヘルサポ	霧	サン・あもり	9月 14日 水 9月 22日 木 9月 26日 月	健クラ ヘルサポ	垂水市	鹿屋市武道館 垂水市市民館	11月 11日 金 8月 17日 水 8月 29日 月	ヘルサポ
 		10月 20日 木 11月 8日 以 11月 11日 金	健クラ	楊島市		10月 11日 火 10月 12日 水 10月 13日 木	ヘルサポ	大崎町	大崎町中央公民館	10月 13日 木 10月 21日 金 8月 18日 木	健クラ ヘルサポ
伊佐市	野田町農村環境改善センター 大口元気こころ館	10月 7日 金 9月 1日 木 10月 4日 火	/#/J=			11月 14日 月 11月 15日 火 11月 17日 木	随フノ	種子島	西之表市 保健センター	8月 19日 金 11月 14日 月 11月 15日 火	(性ノノ
湧水町	湧水町栗野 中央公民館 栗野保健センター	8月 2日 以 8月 18日 木 9月 29日 木			霧島市社会福祉協議会横川支所 牧園農村活性化センター		県民	屋久島	屋久島離島開発総合センター		

地域	会場	E	3程		申込先	
		8日	9日	<i>ب</i> لا		
			10日	-		
			14日	_		
			15日	_		
	鹿児島中央ビル 内	-	12日	-	キラメキ	
	6階会議室 (鹿児島市山之口町 1-10)			-		
			13日	-		
	,		9日	-		
			10日	-		
		-	22日	_	たかおた	
		_	24日	_		
			2日	_		
	城山ホテル鹿児島	-		_	健クラ	
			16⊟	-		
		8月	19⊟	金		
	市民文化ホール	10月	3⊟	月	健クラ	
鹿		11月	4⊟	金		
鹿児島市	スパランド裸・楽・良	9月	21⊟	水	健クラ	
芾	吉田文化体育センター	8月	17⊟	水	ヘルサ፣	
	前之浜公民館	10月	21⊟	金	ヘルサ፣	
		8月	12⊟	金		
		9月	7日	水		
		9月	29⊟	木		
	県民交流センター			-	健クラ	
		-	27日	_		
		11月		-		
			25日	-		
			48	_		
			25日	-		
				_	m ==	
	S(1,144,145,1+ 1)		98			
	谷山サザンホール		_		健クラ	
			31日	-		
		11月		-		
=	W/ A PT D 4		21日	-	//± C =	
長島町	総合町民体育館			-	健クラ	
		-		_	ヘルサ፣	
		9月			健クラ	
出	出水市中央公民館		16⊟	_	ヘルサ፣	
出水市	ELINIS I XALVAL	10月	20⊟	_		
1(1)		11月	8⊟	火	健クラ	
		11月	11⊟	金	ヘルサ፣	
	野田町農村環境改善センター	10月			ヘルサ፣	
伊	十口元与ファス統	9月	1⊟	木	ゆつニ	
佐市	大口元気こころ館	10月			健クラ	
	湧水町栗野	8月	2日	火	健クラ	
湧水町	中央公民館	8月			ヘルサ፣	
	宮之城文化センター	9月			ヘルサ፣	
さつま町	宮之城ひまわり館	10月		_	健クラ	
<u>Ko</u> T			21日	_		
久 根	阿久根市民交流センター	10月		_	ヘルサ፣	
	(風テラスあくね)	. 0, 1		2		

特定	建健康診査(無料	4)~巡回	健診~	特定	三健康診査(無料	斗)~巡回倒	鬱∼
地域	会場	日程	申込先	地域	会場	日程	申込先
いちき	市来地域公民館	9月 8日 オ 10月 13日 オ	健ソフ			8月 5日 金 8月 17日 水	健クラ
	上名交流センター	11月 9日 才 8月 22日 月	k 健クラ 引			8月 19日 金 9月 8日 木	ヘルサ፣
	姶良市公民館	10月 31日 月 11月 28日 月	健クラ			9月 14日 水 9月 22日 木	健クラ ヘルサ7
姶良市		8月 8日 月 9月 7日 才 9月 16日 新	くして	霧島市	サン・あもり	9月 26日 月 10月 11日 火 10月 12日 水	健クラ
	加音ホール	9月 29日 オ	く健クラ			10月 13日 木 11月 14日 月 11月 15日 火	ヘルサ7 健クラ
	(MOREST A) ER	8月 9日 火 9月 15日 オ	<		牧園農村活性化センター	11月 17日 木 8月 18日 木	ヘルサバ
	運動場会館	10月 7日 至 10月 28日 至	全 健クラ ÷	東串良町	保健センター	8月 26日 金 8月 1日 月	健クラ
薩摩川内市	薩摩川内市 総合福祉会館	11月 22日 以 8月 3日 3 9月 2日 3 10月 7日 3 10月 27日 7 11月 29日 以	く 章 へルサポ	鹿屋市	農業研修センター	8月 10日 水 9月 9日 金 9月 30日 金 10月 25日 火 10月 26日 水 11月 30日 水	健クラ
	入来町文化ホール	9月 22日オ	く 健クラ	帯	鹿屋市武道館	11月 11日金8月 31日水	健クラ
Я	日置市中央公民館	8月 31日 zl 11月 1日 yl 11月 24日 zl	く ヘルサポ		鹿屋市中央公民館	9月 22日 木 10月 4日 火 11月 10日 木	ヘルサ፣
日置市	妙円寺地区公民館	9月 6日 月 10月 24日 月	一健クラ	肝 付 町	肝付町文化センター	11月 29日 火 11月 18日 金	ヘルサ፣
	吹上町中央公民館	8月 26日 🕏		町	高山やぶさめ館	11月 1日火	健クラ
南	東市来文化交流センター	8月 10日 才 8月 25日 オ	Z 11.11.11	錦江町垂水	第江町総合交流センター 垂水市市民館	11月 25日 金 8月 17日 水	ヘルサ፣ ヘルサ፣
南さつま市	ふれあいかせだ	11月 10日 オ	7	水市 大崎町	大崎町中央公民館	8月 29日 月 10月 13日 木	健クラ 健クラ
	金峰町文化センター川辺保健センター		く ヘルサポ く 健クラ			10月 21日 金 9月 16日 金	ヘルサア
南 九 州 市	知覧保健センター	8月 23日 ソ	く ヘルサポ	志布志市	健康ふれあいプラザ	11月 7日月 8月 19日金	健クラ
指宿市	指宿市民会館	9月 15日 オ 10月 26日 オ	へルサポ	市	志布志市文化会館	10月 14日 金11月 15日 火	ヘルサァ
枕崎市	南薩地域地場 産業振興センター	8月 12日 会 10月 4日 以 11月 4日 会	く 健クラ 会 ヘルサポ	種子島	西之表市 保健センター	8月 18日 木 8月 19日 金 11月 14日 月	健クラ
	末吉総合センター	9月 21日 水 9月 27日 火	は健クラ	屋久島	屋久島離島開発総合センター	11月 15日 火 8月 22日 月	健クラ
曽於市	財部保健福祉センター 財部中央公民館 大隅中央公民館 そお生きいき健康センター	10月 6日 才 8月 10日 才 10月 20日 才 8月 24日 才	健クラヘルサポヘルサポ				

NUT.	(健康診質(無料	4),。加厄	علا ا		
地域 会場		日程		申込先	
		8月 5日	金	健クラ	
		8月 17日	水	ほンノ	
		8月 19日	金	ヘルサオ	
		9月 8日	木	ייעערי	
		9月 14日	水	健クラ	
		9月 22日	木	ヘルサ፣	
霧島市	サン・あもり	9月 26日	月	健クラ	
常		10月 11日	火		
		10月 12日	水		
		10月 13日	木	ヘルサ፣	
		11月 14日	月	健クラ	
		11月 15日	火	ほノノ	
		11月 17日	木	ヘルサポ	
	牧園農村活性化センター	8月 18日	木	ヘルサ፣	
東串良町	保健センター	8月 26日	金	健クラ	
		8月 1日	月		
		8月 10日	水	健クラ	
		9月 9日	金		
	農業研修センター	9月 30日	金		
		10月 25日	火		
廉		10月 26日	水		
鹿 屋 市		11月 30日	水		
ф	鹿屋市武道館	11月 11日	金	健クラ	
		8月 31日	水		
		9月 22日	木		
	鹿屋市中央公民館	10月 4日	火	ヘルサホ	
		11月 10日	木		
		11月 29日	火		
肝付	肝付町文化センター	11月 18日	金	ヘルサ፣	
町	高山やぶさめ館	11月 1日	火	健クラ	
錦江町	錦江町総合交流センター	11月 25日	金	ヘルサ፣	
垂水	垂水市市民館	8月 17日	水	ヘルサ፣	
水市	上	8月 29日	月	健クラ	
大崎	大崎町中央公民館		-	健クラ	
	> (mgm) > (TYT/ND	10月 21日		ヘルサ፣	
	健康ふれあいプラザ	9月 16日	-	健クラ	
麦		11月 7日	月	,	
志布志市		8月 19日	-		
市	志布志市文化会館	10月 14日	-	ヘルサ፣	
		11月 15日	-		
T		8月 18日			
種子島	種一西之表市	8月 19日	-	健クラ	
島	保健センター	11月 14日	月	W-1	
		11月 15日			
屋久島	屋久島離島開発総合センター	8月 22日	月	健クラ	

社会保険かごしま

巡回健診スケジュール(8月~11月)

申込から健診受診の流	記れ
受診を希	望する



「特定健診受診券」をお持ちでない 場合は、再交付の手続きが必要です。

「保険証」「(申込先から届く) 検査キット」「自己負担額」を 持参して健診を受けます。

被保険者様

- (「特定健診受診券」
- 1	「117に注め又の分」
- 1	「保険証」を持参して、
- 1	「休快証」で打多して、
- 1	健診を受けます。
- (姓砂で文リみり。)

申込先		ヘルサポ	公益社団法人 鹿児島県労働基準協会 ヘルスサポートセンター鹿児島	(直)099-267-6292
	申	健クラ	一般社団法人 日本健康倶楽部 鹿児島支部	(代)099-273-5591
	込 先	県民	公益財団法人 鹿児島県民総合保健センター 計画調整課	(直)099-220-2429
		キラメキ	医療法人 玉昌会 キラメキテラスヘルスケアホスピタル	(直)099-203-0250
		たかおか	医療法人 聖心会 かごしま高岡病院	(直)099-226-4091

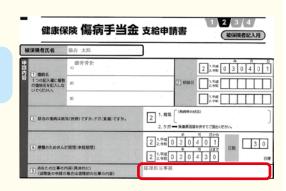
※日程・会場ともに変更に なる場合がございます。 申込及び日程等の詳細に つきましては、お電話に て左記の申込先に直接ご 確認ください。

給付金申請書のよくあるお問い合わせと 記入漏れが多い箇所のご案内です。

●「傷病手当金支給申請書」記入時

【被保険者が記入する欄(2ページ目)】

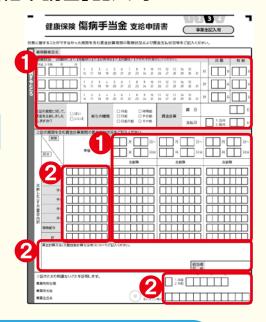
「あなたの仕事内容」の記入漏れが多く見受けられます。 休職前の仕事の内容を、忘れずにご記入ください。



●「傷病手当金支給申請書」「出産手当金支給申請書」記入時

【事業主が記入する欄(3ページ目)】

- ①事業主の証明欄は、申請期間を含む給与締日ごとの期間についてご記入ください。
- 例) 4/1~30分を申請し、給与の締日が20日の場合 ⇒3/21~4/20、4/21~5/20の2か月分の証明が必要です。
- ②単価、支給額計算式、証明日は特に記載漏れが多い箇所 です。忘れずにご記入ください。



傷病手当金・出産手当金の申請に以下の添付書類は<mark>不要</mark>です!!

賃金台帳(写)

出勤簿(写)

取締役会 議事録(写)

また、申請書は専用機器で読み込みを行いますので、糊付けはしないでください。 (記載欄が不足する場合は、申請書を追加してご記入ください) 迅速な審査事務にご協力をお願いします。



【お問い合わせ先】 業務グループ ☎099-219-1734 (自動音声案内)

(番)

かごしま健康企業宣言を始めましょう!

「健康経営優良法人 2022」 に鹿児島支部の多くの企業が認定!

このたび、経済産業省及び日本健康会議より「健康経 営優良法人2022」が発表されました。

協会けんぽ鹿児島支部の「健康企業宣言」にエントリーしている企業様528社のうち、大規模法人部門9社、中小規模法人部門159社、合計168社が認定されました。

認定数は、前年比150%以上増加しています。

- ※健康経営優良法人…認定を受けると、「従業員の健康管理を経営的な視点で考え、戦略的に取り組む企業」として社会的に評価されます。また、ロゴマークの使用が可能となり、企業 PRに活用できます。
- ※「健康経営®」は、NPO法人健康経営研究会の登録商標です。

〈健康経営優良法人数〉



健康経営優良法人認定のメリット

企業価値 の向上



優秀な 人材確保



生産性 の向上



選ばれるのは 「従業員を大切にする企業」です!

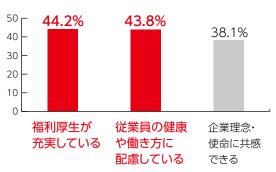
就活生・親が就職先に求めるもの、

それは「福利厚生」「健康や働き方への配慮」です。

健康経営に取り組むことにより、今いる従業員を守るだけでなく、**リクルート効果が期待できます**。

Q、将来、どんな企業に就職したいか?

※「就活生の回答」上位項目を抜粋



出所:「健康経営銘柄2018及び健康経営優良法人 (大規模法人) 2018に向けて」より

あなたの会社も「健康経営」始めてみませんか?

「健康企業宣言」へのエントリーはコチラから(無料)



【お問い合わせ先】 企画総務グループ ☎099-219-1734 (自動音声案内 4 番)

社会保険

保険料の免除要件の見直しについて

【育児休業等期間中の保険料の免除要件の見直し】

※新たな免除要件は施行日(令和4年10月1日)以後に開始する育児休業等について適用されます。

1. 同月内に短期間の育児休業等を取得した場合 同月内に14日以上の育児休業等を取得した場合、当月の保険料を免除します。



月途中に短期間の育児休業等を取得した場合でも期間が14日以上あれば12月分の保険料は免除されます。

2. 賞与月に育児休業等を取得している場合の取扱い

賞与に係る保険料については、育児休業等の期間が1か月超の場合に限り、免除の対象とします。



12月分の保険料は「月額」は免除される一方、「賞与」に係る保険料は免除されません。

3. 連続する二つ以上の育児休業等を取得している場合の取扱い 連続した育児休業等を取得している場合には、二つの育児休業等を一つの育児休業等とみなして保険料免除の規定を適用します。



連続した二つの育児休業 等は一つの育児休業等と みなすため、1月分の保険 料は免除されません。

健康づくりバレーボールあまみ大会のご案内

下記日程のとおりバレーボール大会を開催いたします。

※開催が困難な場合がございますが、ご了承ください。

大 会 名	第14回 健康づくりバレーボールあまみ大会
日時	令和4年9月11日(日) 午前8時30分~
場所	太陽が丘総合運動公園体育館(☎0997-63-1169)
定 員	24チーム
申込み期限	令和4年8月26日(金)
参 加 費	1チーム5,000円(スポーツ保険料含む)
参加資格	社会保険協会加入の事業所
申込み方法	●社会保険協会にご連絡ください。受付後に申込書・実施要領をご送付いたします。 (定員になり次第締め切りますのでご了承ください。)

~七ツ島サンライフプール休園のお知らせ~

七ツ島サンライフプールは、新型コロナウイルス感染症予防で、 今年もプールを休園されます。そのため、本年も半額割引券の ご提供はございませんので皆様にお知らせいたします。 お楽しみになさっていた方々には大変申し訳ございませんが、 ご了承ください。 よろしくお願い申し上げます。

ATIMA

いつでもお申し込みができます!



いおワールドかごしま水族館

(鹿児島市本港新町3番地1 ☎099-226-2233)



申込資格

会員事業所の被保険者とその被扶養者

割引料金

大 人(高校生以上) (一般料金1,500円)→ 1,000円 小 人(小・中学生) (一般料金 750円)→ 450円 幼 児(4歳以上) (一般料金 350円)→ 250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下記申込書に記入(当協会ホームページからもダウンロードできます。)

②宛名を明記した返信封筒(切手貼付)



①と②を同封のうえ「一般財団法人鹿児島県社会保険協会」へ必ず野送にてお申し込み下さい。

※FAXでのお申し込みの受付はできませんのでご注意ください。

かごしま水族館入館補助券申込書(コピー可

 事業所整理記号
 事業所番号

 所在地
 〒

 名称
 電話番号

 担当者名

※お申し込みされる方全員(被扶養者含む)のお名前をご記入ください。(事業所ごとの申請になります。) [大人(高校生以上の方)・小人(小・中学生)・幼児(4歳以上小学生未満)]

氏 名	券 種	本人·被扶養者別	氏	名	券種	本人·被扶養者別
10 11	いずれかに○をつけてください		10 11	いずれかに○をつけてください		
	大人·小人·幼児	本人·被扶養者			大人·小人·幼児	本人·被扶養者
	大人·小人·幼児	本人·被扶養者			大人·小人·幼児	本人·被扶養者
	大人·小人·幼児	本人·被扶養者			大人·小人·幼児	本人·被扶養者
	大人·小人·幼児	本人·被扶養者			大人·小人·幼児	本人·被扶養者
	大人·小人·幼児	本人·被扶養者			大人·小人·幼児	本人·被扶養者

1

[今月のテーマ] 筋肉づくりは、「朝ごはんのタンパク質|から始めましょう

元気に活動し健康的な生活を続けるために、身体を構成する「筋肉」はとても重要です。 筋肉の低下が気になる方、筋肉を太く丈夫にしたい方、朝食を食べていますか? 朝食でタンパク質を補給すると、筋肉が増えやすいという研究成果が報告されています。

研究グループ: 長崎大学医歯薬学総合研究科神経機能学、 早稲田大学理工学術院

全国健康保険協会鹿児島支部保健師 日髙幸子

今回は、朝ごはんのタンパク質の効能や気軽に摂れるコツをご紹介します。

筋肉の材料は、アミノ酸です。

筋肉の材料になるのは「アミノ酸」!

口から入ったタンパク質は、腸でアミノ酸に分解され て、筋肉などに供給されます。



アミノ酸は、食べ物の タンパク質から補給します。

朝は、筋肉のアミノ酸が不足しがち!

睡眠中は、タンパク質を補給できないので、不足を補う ために、筋肉を分解してアミノ酸を補っています。朝食 でタンパク質を補っておかないと、筋肉からアミノ酸が 奪われ続けます。

アミノ酸は、筋肉だけでなく、臓器や免 疫細胞、髪、肌を構成する材料です。

朝食で、上質なタンパク質を適量摂ると、良いことだらけ!

夜の間に減ってしまった筋肉を増強!

しかも朝のタンパク質が「体内時計」の乱れをリセットし

体内時計の乱れが続くと、糖尿病や肥満のリスクが上昇 します。

1日25時間の体内時計。

日中は「活動時間」、夜間は「休息時間」、 この周期に合わせて、内臓やホルモン等 の働きが調節されます。

朝タンのすすめ! <mark>朋</mark> 食に <mark>タン</mark> パク質を忘れずに加えましょう!

朝ごはんを食べている人は、タンパク質15~20g目指そう









卵1個と牛乳 コップ1杯を追加 タンパク質15g

タンパク質4g

タンパク質11 g







牛乳コップ1杯 を追加 タンパク質15 g

タンパク質5g

朝ごはんを食べない 習慣の人は、まずは タンパク質10g 月指そう



タンパク質6g





朝食で手軽に摂れる食品のタンパク質の目安です。







1ピース18 g タンパク質4g



無糖ヨーグルト 1カップ100 g タンパク質3g



焼き魚 さば1切れ20g タンパク質4g



焼き魚 サケ1切れ20g タンパク質3g

治療中で食事に制限のある方は、医師の指示に従ってください。