

社会保険 とっとり

vol.591

2020
7

今月の記事

- 「算定基礎届」の提出はお済みですか
- 給与からの保険料控除額は正しいですか
- 「わたしと年金」エッセイ募集中
- 病気やケガで仕事を休み、給料が出ないときは？
- 教授の「職場の健康づくり研究室」

第74回 ～新型コロナウイルス感染症の第2波の流行に備えて～

- 健康づくりDVD貸出のご案内



小河内

河原町 小河内

6号・水彩画

(鳥取県美術家協会会員 福田典高氏)

年金事務所からのお知らせ

「算定基礎届」の提出はお済みですか

毎年7月は、算定基礎届の提出月となっています。

提出がお済みでない場合は、岡山広域事務センターまたは管轄の年金事務所へ、速やかにご提出をお願いします。

算定基礎届の提出が必要な方

◆7月1日現在で勤務されている全被保険者（次の①から③のいずれかに該当する方を除く）

① 6月1日以降に資格取得された方

② 7月の随時改定に該当された方

※7月改定の月額変更届の提出がお済みでない場合は、速やかにご提出ください。

③ 8月または9月に随時改定が予定されている旨の申出を行った方

※8月または9月の随時改定の要件に該当した場合は、月額変更届をご提出ください。また、随時改定に該当しないことが判明した場合は、速やかに算定基礎届をご提出ください。

給与からの保険料控除額は正しいですか

健康保険、厚生年金保険料の額は、事業主と被保険者で半分ずつ負担し、被保険者分については給与から控除することができるとされていますが、その控除額が誤っているものが見受けられることがあります。

保険料額が変更されるのは、次の3つの場合ですのでご注意ください。

- ① 算定基礎届により標準報酬月額が変更されたとき
- ② 月額変更届により標準報酬月額が変更されたとき
- ③ 保険料率が改定されたとき

このように、標準報酬月額または保険料率が改定された時は、給与から控除する保険料額の見直しが必要となります。保険料額の確認や見直しには、日本年金機構のホームページをご利用ください。詳しくは、管轄の年金事務所へお問い合わせください。



ご相談・
お問合せ先

鳥取年金事務所
鳥取市扇町176
電話 0857-27-8311

倉吉年金事務所
倉吉市山根619-1
電話 0858-26-5311

米子年金事務所
米子市西福原2-1-34
電話 0859-34-6111

世代を超える。今だからこそ、伝えたい。

「わたしと年金」

エッセイ 募集中

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」と位置付け、国民の皆さまに年金制度に対する理解を深めていただくため、公的年金制度の普及や啓発活動を展開する予定です。

この取組の一環として、広く皆さまから公的年金をテーマにしたエッセイを募集します。公的年金の大切さや意義を、皆さまと一緒に考えていきたいと思いますので、ふるってご応募ください。

■ 応募締切

令和2年9月11日(金) 消印有効

■ 応募作品

- 公的年金制度をテーマにしたエッセイ。
- 公的年金の大切さ、応募者ご自身や身近な方と公的年金とのかかわり、公的年金についてのあなたの考えなど、なんでも結構です。
- 日本語で1,000～2,000文字以内。
- 氏名、ふりがな、年齢、性別、住所、電話番号、職業または所属(会社名、学校名等)を明記してください。
- 内容は応募者本人が創作したもので、未発表のものに限ります。
- 応募作品は返却しません。

■ 発表

- 受賞作品は日本年金機構ホームページに全文を掲載する(11月下旬予定)他、日本年金機構が発行する刊行物への掲載等を行います。
- 受賞作品の著作権は日本年金機構に帰属します。
- 受賞者の氏名、年代、性別、住所地の都道府県を公表します。

■ 賞

厚生労働大臣賞、日本年金機構理事長賞、優秀賞、入選
賞状の授与並びに記念品を贈呈します。

■ 応募資格

中学生以上の方

■ 提出先

日本年金機構 相談・サービス推進部
サービス推進グループわたしと年金 担当
〒168-8505
東京都杉並区高井戸西3-5-24

■ お問い合わせ先

日本年金機構 相談・サービス推進部
サービス推進グループわたしと年金 担当
電話番号 03-5344-1100(代表)

■ 主催

日本年金機構

■ 後援

厚生労働省、文部科学省、
全国高等学校長協会、
全国都道府県教育委員会連合会



詳しくは日本年金機構ホームページをご覧ください。

わたしと年金エッセイ

検索

協会けんぽ鳥取支部からのお知らせ

病気やケガで仕事を休み、給料が出ないときは？

Q 先日、趣味のスポーツをしていて骨折してしまいました。
体を使う仕事のため、1か月ほど休職して自宅療養していますが、収入がなく困っています。
健康保険の傷病手当金の対象になりますか？

A 傷病手当金は、次の①～④をすべて満たした時に支給されます。

① 業務外の病気やケガで療養中であること

- 業務災害・通勤災害によるものや、病気とみなされないもの（美容整形など）は支給対象外です。
- 入院期間だけでなく、自宅療養の期間についても対象になります。

② それまでに就いていた仕事に就くことができないこと

- 医師等の意見をもとに判断します。

③ 連続する3日間を含み4日以上仕事を休んでいること

- 病気やケガの療養のため休み始めた日から連続して休んだ3日間を“待期期間”とし、待期期間が完成した後の休職日（4日目）から傷病手当金が支給されます。

④ 給与の支給がない、または傷病手当金の額より少ないこと

- 給与の支払い額が傷病手当金の額より少ない場合は、差額分が支給されます。

●待期が完成するイメージ図●



- 待期期間には有給休暇、土日祝等の公休日を含みます。
- 就業時間中に急病となり、受診するために早退した場合は、その日を待期期間の1日目とすることができます。

Q のケースの場合

業務上・通勤途中のケガ（労災）ではなく趣味のスポーツ中のケガであり、休職中に給与の支給がないため、医師が労務不能と認めた期間のうち、待期期間完成後の休職日について、傷病手当金の支給対象となります。支給期間は支給開始日から最長1年6か月間です。なお、ケガの場合、労災や第三者行為（交通事故など）でないことの確認のため、申請の際に「負傷原因届」の添付が必要です。

支給される金額

$$\text{支給金額} = \left(\frac{\text{支給開始日以前12か月間の各標準報酬月額を平均した額}^{\ast}}{30} \right) \times \frac{2}{3} \times \text{支給日数}$$

※支給開始日以前の被保険者期間が12か月に満たないときは

- 支給開始日の属する月以前の継続した各月の標準報酬月額の平均額
- 30万円（当該年度の前年度9月30日における全被保険者の同月の標準報酬月額を平均した額）

を比べて少ない方の額を使用して計算します。

申請書類

傷病手当金支給申請書

郵送による提出にご協力ください！

必要事項を記入のうえ、事業主証明および担当医師の証明を受けてください。申請書提出後、約2週間後に支給されます。

《添付書類》

- （ケガの場合のみ）負傷原因届
- （支給開始日以前の12か月以内に事業所に変更があった場合のみ）変更前の事業所の名称・所在地・使用されていた期間がわかる書類

その他、内容に応じて添付書類が必要となる場合があります。

お問合せ先

全国健康保険協会鳥取支部 業務グループ

☎ 0857-25-0052

〒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

すべての申請書は郵送可能です。

各種申請書はこちらからダウンロードできます！

協会けんぽ 鳥取 検索 
<https://www.kyoukaikenpo.or.jp>



第74回 新型コロナウイルス感染症の第2波の流行に備えて

▼第2波は必ず起こる

わが国では、新型コロナウイルス感染症が、世界各国に比べると比較的小さな流行で終えようとしています。都市部での抗体検査結果をみても、一部の人の感染でいったん終息しそうです。従って、多くの未感染者が残っているので2回目の流行は、必ずくると考えられます。緊急事態が解除になれば、未発症者からも感染が起こりえる限り、必ず流行します。

▼新しい生活様式

政府は、コロナ後の社会へ、「新しい生活様式」を求めています。一人ひとりの基本的感染対策である、身体的距離の確保、マスクの着用、手洗いの3つの基本と移動に関する注意が含まれます。基本として、3密（密集、密接、密閉）の回避を強調しています。外出控え、換気、咳エチケットも入っています。買い物、娯楽・スポーツ、公共交通機関の利用、食事、冠婚葬祭などの親族行事における注意事項があり、最後に「働き方の新しいスタイル」があり、テレワーク、時差通勤、オンライン会議、広いオフィス、対面では換気とマスクという基本はありますが、詳細は関係団体が別途作成するとあります。中小企業ではどのように対応すればいいのでしょうか？

▼職場での新型コロナウイルス感染症への感染予防と健康管理の強化

厚生労働省は、職場での感染防止策として、労働者一人一人の行動変容が重要だとしています。換気、手洗い、労働衛生教育、体調管理です。特に手洗い習慣の浸透は重要です。手洗いは流水で十分です。ウイルスが付着しやすい場所・物の消毒、消毒液の設置、フェイスガード、換気方法、座席の配置、対面面談場面でのアクリル板等の仕切り等の工夫は、できる範囲で工夫すればよいです。産業医と産業保健スタッフによる健康管理業務は、医学的に妥当な助言、衛生教育、職員の健康状態管理、感染者が出た場合の対応への準備などを含み、重要です。今後は風邪様症状をもつ労働者が無理に出勤することは控えてもらわねばならず、浸透させるには日頃の自分の体調に気を配り、検温等をするという家での習慣を促さねばなりません。山陰においては、夏季はコロナ感染症より熱中症の確率の方が高いので、熱中症職場で働く人は無理にマスクを着用する必要はありません。トイレ後の手洗いを十分

に行えば、不特定多数が便座を使うことを過度に怖がる必要はありません。

▼重症になりやすい人の健康管理

重症になりやすい人の健康管理も重要です。高齢労働者（50歳以上の者）、肥満、糖尿病、喫煙、心臓病など危険因子が明らかになりつつあるので、それらを併せ持つ人への注意喚起が重要です。これを機に、疾病の管理状態の改善、生活習慣の改善、禁煙などが進むように働きかけるべきです。自粛生活により運動不足や食べすぎによる肥満や血糖値の悪化、自宅でのアルコール多飲による肝機能の悪化、精神的圧迫感・不安感によるメンタルヘルスの悪化が起きている。これらの対策の強化は必要です。

▼感染者が出た場合の準備

予防対策を講じて、いつ、だれが感染者になるかわからない状況です。感染者が出た場合の濃厚接触者の定義・把握法、休ませる範囲と日数、業務の縮小方法と継続方法、必要な手続きと連絡先および必要書類、対応に必要な最新の情報収集などが事前に検討しておく必要があります。

発生状況に応じた対応ルールを持っておくことが大切です。PCR検査が必要だと思われる事態を把握したら、所属長に連絡し、結果がわかるまでは自宅待機です。現在結果は数時間でわかるので、結果は迅速に知らせてもらうことです。この場合、情報を知っていてよい範囲を決めておきます。陽性の場合の連絡先（保健所）、担当者・窓口、消毒場所・方法、使用保護具等を決めて準備しておきます。動揺する一般職員への提供情報内容も決めておくといよいでしょう。就業中に感染した可能性があれば、労働基準監督署へ報告が必要です。詳しい対応方法は、「職域のための新型コロナウイルス感染症対策ガイド：日本渡航医学会・日本産業衛生学会」が参考になるでしょう。



鳥取大学医学部
環境予防医学分野
教授

尾崎 米厚
(おさき よねあつ)



(一財)鳥取県社会保険協会からのお知らせ

電話 0857-27-1859 FAX 0857-30-7133

ホームページ

鳥取県社会保険協会

検索

健康づくりDVD貸出のご案内

会員事業所用

- ① はじめてのウォーキング&ジョギング
- ② 若々しい体をキープ!
エクササイズ&ダイエット
- ③ Good-bye ストレス
- ④ 正しく知れば怖くない がんのお話
- ⑤ メタボリックシンドロームあなたは大丈夫?

NEW

- ⑥ 夏の熱中症・
冬のヒートショックに気をつけよう!

NEW

- ⑦ ちょちょいのちょいトレ 毎日筋活部
筋肉を育ててメタボを予防しよう!

NEW

- ⑧ トータルヘルスプロモーションの
ための健康サポート体操

NEW

- ⑨ 自分でできるストレスコントロール
～セルフケアのための10の方法～

NEW

- ⑩ ストレス・コーピングによるセルフケア
～ストレスに上手に対処する方法～

NEW

- ⑪ ストレスチェックを活用したセルフケア

NEW

- ⑫ 部下が休職する前にできること
～ラインケアに活かそう!

ストレスチェック制度～

- 貸出期間:10日間以内
- 貸出本数:1回5本まで
- 貸出対象:協会会員事業所

会員事業所の 被保険者・家族用

- ① ためしてガッテン
がん
- ② ためしてガッテン
糖尿病・脳卒中
- ③ ためしてガッテン
メタボリック
- ④ ためしてガッテン
ギックリ腰・ひざ痛

- 貸出期間:10日間以内
- 貸出本数:1回2本まで
- 貸出対象:協会会員事業所の
被保険者と被扶養者

(注) このDVDは、個人が
家庭内で視聴することを
目的としています。

※詳しい内容は、当協会のホームページをご覧ください。