

社会保険 とっとり

vol.624

2023
4

今月の記事

- 社会保険手続きは、電子申請をご利用ください
- 毎月の社会保険料額等の情報をオンラインで取得できる「オンライン事業所年金情報サービス」を開始しました
- 受けて安心！ 協会けんぽの特定健診
- 米子年金事務所内の協会けんぽ出張窓口は
令和5年3月10日(金)をもちまして、閉鎖しました。
- 教授の「職場の健康づくり研究室」
第107回 ～車の安全機能の功罪～
- 社会保険協会「令和5年度の事業と予算のご案内」
- アンケート調査にご協力をお願いします。



まぢトンネルの春(8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

社会保険手続き※は、電子申請をご利用ください

※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)届等の健康保険や厚生年金保険等に関わる手続き

◆ 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

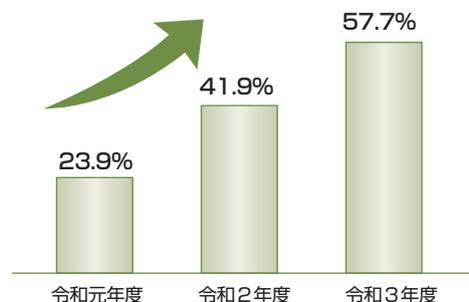
📄 処理が早い

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※の電子申請割合



※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

◆ 電子申請の利用方法はカンタン

STEP 1

GビズID を取得

STEP 2

申請データを作成

届書作成プログラム*1・労務管理ソフト
・自社システムで作成できます

STEP 3

申請

e-Gov*2または届書作成プログラム*1から
申請できます

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

※2 e-Gov電子申請サービスは、デジタル庁が運営し、国の行政機関に対する申請・届出等各種手続をオンラインで行うことができるものです。

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プライム*の発行には2週間程度を要しますので、ご準備ください。

「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>

※ GビズIDで取得できるアカウントの一つ。社会保険の手続きには「GビズIDプライム」を取得してください。

◆ 電子申請の利用方法等については、日本年金機構ホームページをご覧ください



日本年金機構 電子申請

検索

<https://www.nenkin.go.jp/denshibenri/index.html>

電子申請のご利用に関するお問い合わせはお電話でも承ります

《ねんきん加入者ダイヤル(日本年金機構「電子申請・電子媒体申請」照会窓口)》

- 0570-007-123(ナビダイヤル) → 「2番」をお選びください
- 050から始まる電話でおかけになる場合は、03-6837-2913 → 「2番」をお選びください
(受付時間)月～金曜日:午前8時30分～午後7時/第2土曜日:午前9時30分～午後4時
※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。

令和5年(2023年)1月から

毎月の社会保険料額等の情報※をオンラインで取得できる

オンライン事業所年金情報サービスを開始しました

利用いただくにはGビズIDを利用し、
e-Govのマイページから利用手続きが必要です

※社会保険料額情報、増減内訳書、算出内訳書、決定通知書、届出に必要な被保険者データ

メリット1

紙の通知書よりも早く
受け取り・確認が可能

納入告知書等の到着前に毎月の社会保険料額を確認できるなど、これまでよりも早く各種情報・通知書の受け取り・確認ができます。

メリット2

定期的に受け取りが可能

一度申し込みをいただければ、定期的にお送りします。
これまでのように随時、電話等でご連絡いただく必要はありません。

メリット3

データの活用が可能

電子データで受け取れるため、社内システムで取り込み、自社で保有するデータとの突合を行う等、業務の効率化を図ることができます。

◆ 利用方法はカンタン

GビズIDでe-Govから電子申請を利用されている方は、
すぐに利用申込みを行っていただけます！

STEP 1

GビズIDを取得

GビズIDの詳細は2ページをご覧ください

STEP 2

e-Govのマイページ
にログイン

GビズIDでe-Govのマイページにログインします

STEP 3

利用申込み

e-Govのマイページから
利用申込みを行います

e-Govの
マイページに
届きます



◆ オンライン事業所年金情報サービスの利用方法等については、
日本年金機構ホームページをご覧ください



日本年金機構 オンライン事業所年金情報サービス

検索

https://www.nenkin.go.jp/tokusetsu/online_jigyousho.html

「オンライン事業所年金情報サービス」のご利用に関するお問い合わせはお電話でも承ります
《ねんきん加入者ダイヤル(日本年金機構「オンライン事業所年金情報サービス」照会窓口)》

- 0570-007-123(ナビダイヤル) → 「2番」をお選びください
- 050から始まる電話でおかけになる場合は、03-6837-2913 → 「2番」をお選びください
〈受付時間〉月～金曜日:午前8時30分～午後7時/第2土曜日:午前9時30分～午後4時
※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。

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

協会けんぽ鳥取支部からのお知らせ

受けて安心!協会けんぽの特定健診



協会けんぽに加入している会社員です。私は会社で定期健診を受けていますが、扶養家族の妻は健診を受けていません。妻にも健診を受けてもらいたいと思うのですが、協会けんぽから費用補助はありますか？



協会けんぽでは、40歳から74歳までの被扶養者の方を対象とした特定健診で費用補助があります。基本的な健診の場合は7,150円、詳細な健診の場合は3,400円の補助があります(年度内に1回限り)。お得に受診できますので、対象になっている方はぜひご利用ください。



健診対象者

(加入者ご家族の方)

40歳～74歳の被扶養者

健診受診時に協会けんぽの被扶養者であることが必要です。

費用補助が受けられるのは年度内に1回限り!

(令和5年度であれば、令和5年4月1日～令和6年3月31日の間に受診した分が対象)



健診受診後の健康サポート(特定保健指導)が受けられます!



健診の種類	検査の内容			
基本的な健診	●診察、問診等	●身体計測	●血圧測定	●尿検査
	●血中脂質検査*	●血糖検査*	●肝機能検査*	
詳細な健診 (健診結果等に基づいて、医師の判断により実施)	●心電図検査	●眼底検査	●貧血検査*	
	●血清クレアチニン(eGFR)*			

◎「特定健診」と、お住まいの市町村が実施する「がん検診」のダブル受診がおススメです!
◎鳥取県内の健診機関で受診する場合の自己負担金額は、健診機関によって異なります。

※=採血による検査

》特定健診を受けるまでの流れ



米子年金事務所内の協会けんぽ出張窓口は 令和5年3月10日(金)をもちまして、閉鎖しました。

ご利用されていたお客様にはご不便をおかけいたしますが、何卒ご理解・ご協力いただきますようお願いいたします。
なお、協会けんぽへの各種申請・届出はすべて郵送でお手続きいただけます。申請書・届出書が必要な場合は協会けんぽホームページからダウンロードしていただくか、鳥取支部へ郵送をご依頼いただくことでも入手いただけます。

※米子年金事務所へ協会けんぽ出張窓口の閉鎖についてのお問い合わせはご遠慮ください。

お問合せ先

全国健康保険協会 鳥取支部

保健グループ

☎0857-25-0054

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で提出してください。

↓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>





車を買いかえることにした。以前は荷物がたくさん積めるミニバン型が便利だったが、子供たちが独立すると、大容量の車はいらない。コンパクトで手ごろな大きさのものを選んだ。新車をみて一番驚いたのは安全機能の充実ぶりである。バックモニター、サイドモニター、ヘッドライト自動点灯、追突回避。とくに、高速道路で使うオートクルーズでは、定常速度でセットすると、道路のアップダウンに関わらず速度は一定で、先行車に近づくと勝手に減速する、道路両側の白線ラインを読み取りハンドル操作までしてくれる。これってほとんど自動運転じゃないのか。でも、ちょっと待てよ。これらの機能は安全走行のための技術だったはず。でも使っているうちに、「頼って当たり前」になりはすまいか。安全機能に頼りきりになると、自分の運転技術や反射神経が退化していくような気がする。安全機能という道具が、使う側の人間の反応を規定してくるのだ。

▼ゴンドラ猫の実験

1960年代に通称「ゴンドラ猫」という実験が行われた。歩けるようになったばかりの二匹の子猫を毎日ある装置の中に入れる。片方の猫は自分の足で歩けるが、もう片方の猫はゴンドラ(吊り上げ足場)に固定され、自分で歩くことができない。二匹は棒の両端に繋がれ、棒の中央は固定されグルグル回る。歩ける猫とゴンドラ猫は、互いに点対称の回転運動をするような仕掛けになっている。つまり、二匹の猫の見ている景色は全く同じで、唯一の違いは、自分の意思で歩けるかどうかだけである。その後二匹の猫はどうなったのか。自分の足で歩ける猫は装置からはずしても自分でちゃんと歩けた。だが自分で歩けなかった「ゴンドラ猫」は、ものにぶつかったり、障害物を避けられなかったり、ちゃんと歩けないのである。この実験から次のようなことがわかる。動物が空間を認識する能力というのは、視覚情報だけではダメで、身体を使った能動的運動とセットではじめて完成する。視覚と運動という、一見関係のない二つの機能は、互いに切り離すことができないのだ。ゴンドラ猫の実験は、「世界は、自ら能動的に働きかけることで、はじめて認識できる」ということを示している。

▼自動運転の危うさ

このゴンドラ猫は、どこか車の安全機能に頼る人間と似ていないだろうか。多くの情報が自動処理されより安全になる。その一方で、安全装置に任せることで、人間が本来身体を能動的に使って体験する感覚が鈍くなり、大事な身体感覚が忘れられていく。禅では、言葉や情報でなく、身体そのものを使うことが勧められる。ブルース・リーが、燃えよドラゴンで「Don't Think, Feel.(考えるな、感じよ)」と言うのは、たぶん当たっている。「身体知」のようなものが人間には確かにあるのだ。車の安全機能の進化、その先にある自動運転は、そういう身体知の経験を奪ってしまう恐れがある。もしかすると、あえて過剰な安全装置を使わない処し方もあっていいのではないか。



鳥取大学医学部
地域医療学講座
教授

谷口 晋一
(たにぐち しんいち)



(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](#)



(一財)鳥取県社会保険協会

令和5年度の事業と予算のご案内

令和5年度の事業計画の内容と収支予算を次のとおりご報告いたします。

令和5年度事業計画

1. 社会保険振興事業
 - (1) 広報紙「社会保険とっとり」の発行（毎月）
 - (2) 冊子等の配布
 - (3) 年金委員・健康保険委員へ参考資料等の提供及び研修会等に協力支援
2. 健康保持増進事業
 - (1) 職場の健康づくりの支援
 - ① 事業所内健康づくり講習会への講師派遣
 - ② 健康づくりカレンダーの作成、配布
 - ③ 健康づくりDVDの貸出
 - ④ 生活習慣病予防及び健康づくり等の広報
 - ⑤ 健康づくりのための各種大会の開催
 - ⑥ 家庭常備薬の斡旋
 - (2) 契約保養施設を設け利用料補助・優待利用

令和5年度予算

(単位：千円)	
経常収益	
受取会費	24,812
特定資産運用益	2
受取寄付金	1
雑収益	2
計	24,817
経常費用	
社会保険振興事業費	13,365
健康保持増進事業費	7,521
管理費	6,620
計	27,506
当期経常増減額	△2,689

アンケート調査にご協力をお願いします。

鳥取県社会保険協会では、今後の事業に反映させるため、会員事業所の皆様方のご意見・ご要望をお聞きかせいただきたくアンケート調査を実施しております。

3月号に「アンケート調査のお願い」を同封しておりますので、お忙しいところ恐縮ですが、4月末までにFAXまたはメールでご回答いただきますようお願い申し上げます。

なお、当協会のホームページのお知らせ欄の「アンケート調査にご協力をお願いします。」に、リンク先(URL)を掲載しておりますので、メールでご回答いただく際にご利用ください。



ウォーキングで楽しい健康づくり
 第22回 **SUN-IN 未来ウォーク** 開催日 6/3(土)・4(日)
 詳しい内容は、公式ホームページをご覧ください。 [SUN-IN 未来ウォーク](#)