

社会保険 とっとり

vol.643

2024
11

今月の記事

- CDによる被保険者データの提供は、令和7年3月末で終了します。
- 公的年金制度普及・啓発動画のご案内
- 協会けんぽと健康づくりのサイクル
～健康づくりのサイクルを回して、元気で健康な暮らしを!～
- 教授の「職場の健康づくり研究室」
第126回 ～孤独死について～
- 広報紙のネット配信先のご登録をお願いします
- 鳥取支部「イキイキ健康づくりゴルフ大会」の結果



江府町 御机 (水彩画8号)
(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

被保険者データをCDでお受け取りの事業主様へ

CDによる被保険者データの提供は、令和7年3月末で終了します。

- 被保険者データを収録したCDの提供については、郵便事故による個人情報の漏えい防止や環境負荷の軽減を図る観点から、令和7年3月末をもって終了します。
- 令和7年4月以降の被保険者データの受け取りは、オンライン事業所年金情報サービスをご利用ください。



オンライン事業所年金情報サービスとは？

- 事業主の方が被保険者データ等の電子データをe-Govのマイページで受け取れるサービスです。利用申込みから各種情報・通知書の受け取りまでがオンラインで完結し、初回の申込み以降は定期的に受け取れます。
- 利用するためにはGビズID*が必要です。

*[GビズID]とは、デジタル庁が運営する認証システムで、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す。

オンライン事業所年金情報サービスから受け取れる主な情報

名称	内容
被保険者データ	届書作成プログラム*で簡単に届書を作成するための事業所と被保険者の情報です。(CDで受け取ることができたデータと同一です。)
決定通知書	提出された届書に基づき日本年金機構で処理を行った結果を通知するものです。
社会保険料額情報	月末に納付する社会保険料の見込額をお知らせするものです。
保険料納入告知額・領収済額通知書	社会保険料を口座振替で納付している事業主の方に、当月の口座振替額と前月の領収額をお知らせする通知書です。

*届書作成プログラムは、日本年金機構がホームページ上で無料で提供している、届書の作成・申請を簡単にできるプログラムです。

オンライン事業所年金情報サービスの利用対象者の拡大

オンライン事業所年金情報サービスは、現在GビズIDをお持ちの事業主の方のみ利用可能ですが、令和7年1月から電子証明書をお持ちの事業主の方や、社会保険事務を受託している社会保険労務士の方も利用可能とする予定です。

ご利用方法の詳細は、日本の年金機構ホームページをご覧ください

オンライン事業所
年金情報サービス



社会保険料額情報
保険料増減内訳書
基本保険料算出内訳書
賞与保険料算出内訳書
被保険者データ
決定通知書



ご利用方法等は動画でも案内しておりますので、あわせてご覧ください。

オンライン事業所年金情報サービス

検索

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

電子申請・オンライン事業所年金情報サービスの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

※通知書に表示されている内容については、管轄の年金事務所へお問い合わせください。

公的年金制度普及・啓発動画のご案内

日本年金機構では、将来の被保険者・受給権者である若年層を対象に、適切な年金知識の提供と理解を促進することを目的として、公的年金制度の周知用動画を作成しています。

日本年金機構ホームページには、それぞれの動画のページを設置しておりますので、ぜひご覧ください。



〈動画の視聴方法について〉



1 パソコンの場合

日本年金機構のホームページよりご視聴ください。

年金について学ぼう

検索

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



2 スマートフォンの場合

このページに掲載されている二次元コードを読み取り、ご視聴ください。
(日本年金機構ホームページからもご視聴いただけます。)

日本の公的年金制度は、老後の暮らしをはじめ、事故や病気などで障害を負ったときや、一家の働き手がなくなったときに、みんなで支え合うという社会保険の考え方で作られた仕組みです。公的年金制度について、知っておいていただきたい内容を動画にしました。(24分28秒)

▶ 詳しくはこちらから

「知っておきたい年金のはなし」

特設案内ページ



知っておきたい年金のはなし



日本年金機構

公的年金制度のメリット、国民年金保険料の納付方法や免除・猶予制度について、わかりやすく説明した全3話のアニメーション動画です。動画でわかりやすく伝えることで、年金を身近に感じて、制度の理解を深めていただくことを目的としています。(16分11秒)

▶ 詳しくはこちらから

「公的年金はみんなの強い味方」

特設案内ページ



公的年金はみんなの強い味方!



日本年金機構

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

協会けんぽと健康づくりのサイクル

健康づくりのサイクルを回して、元気で健康な暮らしを!



step 01 健診の受診

健康状態を確認するために健診を毎年受けましょう!

35歳~74歳の被保険者の方は協会けんぽの「生活習慣病予防健診」をご利用ください。

血圧測定、血液検査、尿検査、心電図検査、胸部レントゲン検査、胃部レントゲン検査、便潜血反応検査

➕ 5大がん(肺、胃、大腸、子宮、乳房)までカバー!

●生活習慣病予防健診等の自己負担を軽減しています。

一般健診 → 自己負担額 最高5,282円で受けられる! (総額最高18,865円の場合)

付加健診 → 自己負担額 最高2,689円で受けられる!

●付加健診の対象年齢について、40歳、45歳、50歳、55歳、60歳、65歳、70歳も対象になります

※付加健診とは、節目の年齢において、肝臓、胆のう、腎臓といった腹部の臓器の様子を調べるための腹部超音波検査や、高血圧・動脈硬化などを見つける手がかりとなる眼底検査といった、より詳細な健診です。

対象▼
35歳~74歳の被保険者(ご本人)

step 02 健診後の行動

健診を受けた後の行動こそが大切です!

健診

生活習慣の改善が必要



特定保健指導を利用しましょう!
特定保健指導を利用して、**生活習慣の改善**に取り組んでください。

医療機関への受診が必要



医療機関に早期受診を!
治療が必要と判断された場合は、**早期に医療機関を受診**してください。

特定保健指導とは

健診を受けた結果、メタボリックシンドロームのリスクのある40~74歳までの方を対象に行う健康サポートです。健康に関するセルフケア(自己管理)ができるように、健康づくりの専門家である保健師または管理栄養士が寄り添ってサポートします。

step 03 日々の健康づくり

日々の健康づくりも忘れずに!

適度な運動



バランスの良い食生活



禁煙等



協会けんぽのサポートを活用して健康状態を確認・改善・維持しましょう!

お問合せ先

全国健康保険協会鳥取支部 保健グループ

☎ 0857-25-0050 **音声案内②** を選択

〒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



健康づくりサイクルについての特設サイトはこちら



健康づくりのサイクル



第126回 孤独死について

▼孤独死とはなにか

孤独死は、孤立死、無縁死、独居死などとも呼ばれます。孤独死に合意された1つの定義はないが、孤立死は、1人暮らしの人が、社会からも地域からも孤立した状態で死亡すること、孤独死は、家族がいても、誰にも看取られずに亡くなることを指すという見解もあります。孤立は物理的に社会との関係が少ない独りぼっちなニュアンスがあり、孤独は、家族や周りの人との交流があったとしても本人が感じる孤独感を示しているニュアンスがあります。厚生労働省は孤立死を使っていますが、2024年4月に施行された孤独・孤立対策推進法という法律では、孤独と孤立を同列に扱っています。この法律では、日常生活若しくは社会生活において孤独を覚えることにより、又は社会から孤立していることにより心身に有害な影響を受けている状態にある者に対する対策をするとしています。孤独死は、発見まで長時間を要することも多く、厚生労働省は「人の尊厳を傷つけるような悲惨な死、社会から孤立した結果、死後長期間放置されるような死」と認識しており、その発生を防止しようとしています。

▼孤独・孤立が問題になってきた背景

孤独死・孤立死が問題視されるようになったきっかけに阪神・淡路大震災があります。仮設住宅等で誰にも看取られずに亡くなっている人が見つかり、盛んに報道されたからです。2008年には広辞苑に初めて孤独死という新語が追加されたそうです。孤独死・孤立死が社会問題化してきたのは、社会構造の変化に伴い、その発生可能性が高まっているからです。雇用の在り方や企業の福利厚生が変わることによる会社とのつながりの希薄化、地域の互助組織の衰退等による地域とのつながりの希薄化、少子高齢化、単身世帯の増加、家族の生活の多様化等にもなる家族とのつながりの希薄化などが関係しています。これらが新型コロナウイルス感染症のパンデミック期にさらに加速されました。対面での交流が減り、生活困窮等の不安や悩みが増え、自殺者数やDV（家庭内暴力）相談件数、児童虐待相談件数、不登校児童生徒数が増えたと報道されました。今後、単身世帯や単身高齢者世帯割合が増加すると推定されているので、今後ますます対策が重要になってきます。

▼まだはっきりしない実態

対策の推進のためには実態を明らかにする必要がありますが、その定義が確定していないこともあり、実態はいまだにはっきりしないのが実情です。

2024年の春の警察庁発の報道では、2024年の1月から3月に一人暮らしの自宅で亡くなった高

齢者が約1万7千人だったとされました。1年換算では、7万人弱の数字になります。自宅で亡くなった人の数は2万1716人だったそうなので、2023年のわが国の死因別の死亡数と比べれば、第5位の死因となるくらい多いのです。自宅で亡くなった人の78%が65歳以上だったことになりませんが、22%の若くして自宅で亡くなった人も気になります。東京の監察医務院の統計では、年々孤独死が増えているとの報告もあります。

最近では同居孤独死（同居者がいるが孤独死として発見された例）が増加しているとの報告もあります。親が亡くなっても、ひきこもりの子が死体を放置していた例なども報道されることもあり、今後このような事例もますます増えていく恐れがあります。いずれにしても、無視できないほどの数の孤独死・孤立死があり、増加傾向にあると推察されるので、その対策は重要となります。

▼孤独・孤立の状況と対応

令和5年に内閣府が実施した「孤独・孤立の実態把握に関する全国調査」によると、孤独感がしばしばある人が4.8%、時々あるが14.8%と合わせて20%弱存在しました。女より男で頻度が高く、20歳代、30歳代、40歳代の順に頻度が高かったです。未婚の人、配偶者と離別した人、同居者がいない人で頻度が高く、学生や収入が低い人でも高い傾向にありました。頼れる人や相談相手がない人、健康状態が良くない人、経済的な暮らし向きが大変苦しいと感じている人での頻度はとても高かったです。これらを踏まえた対策として、支援を求める声を上げやすい社会づくり、状況に合わせた相談支援体制、見守り・交流の場・居場所づくりを通じた人と人の交流促進、NPO活動を支援し、官・民・NPO等の連携強化が考えられています。内閣府の資料にはその取り組み例として、鳥取市の活動が紹介されています。広域連携孤独・孤立対策官民連携プラットフォームの形成により、情報や資源を共有するための連携会議での事例検討、つながりサポーター養成、市民参加型つながりミーティング等を行うと紹介されています。今後、この取り組みの成果を注視していきたいものです。



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](#)

「社会保険とっとり」は、ホームページに過去1年分を掲載しております。

広報紙のネット配信先のご登録をお願いします。

令和6年度から広報紙「社会保険とっとり」のネット配信をスタートしております。

令和8年4月から完全ネット化(広報紙の郵送廃止)を計画しておりますが、10月からは郵便料金も値上げされましたので、**早期にネット配信のメールアドレスのご登録をお願いいたします。**

なお、広報紙のネット配信は、毎月20日頃に配信いたしますので、よろしくごお願いいたします。



ネット配信先はホームページから簡単に登録できます!



当協会ホームページのトップ画面右上に掲載しております「**広報紙のネット配信先登録のお願い**」から、「メールで登録」又は「FAXで登録」をクリックして頂くと、メール登録画面又はFAX登録用紙に移行しますので、是非ご利用ください。
なお、登録番号がご不明の場合はお問い合わせください。

ご登録の方法 (どちらかの登録方法をクリック)

メールで登録

入力フォームに必要事項を入力 ➡ 送信ボタン (完了)

FAXで登録

様式を印刷して必要事項を記入 ➡ FAXで送付 (完了)

※アドレス間違いを防ぐため、なるべくメールでの登録をお願いします。

第39回
鳥取地区



健康づくりゴルフ大会の結果

10月27日(日)、旭国際浜村温泉ゴルフ倶楽部において29名の参加により開催し、結果は次のとおりでした。

👑 優勝 平井 耕司【(株)鳥取銀行】

👑 準優勝 小谷 和義【三洋製紙(株)】

👑 第3位 高田 拓也【日段(株)】

