

社会保険

いわて

- 保険料が変わります
- 健康保険・厚生年金保険料の計算
- 保健指導の現場最前線「継続は力なり！」
- 「改正 育児・介護休業法」
- 退職月の保険料控除
- 退職者の保険証回収を

9月

September

2010 No.743

岩手のお話・第七話

「弘法さまと鮭」

宮古市



イラスト/千葉てるお

(財)岩手県社会保険協会ホームページ…………… [http:// www.syahokyo-iwate.com/](http://www.syahokyo-iwate.com/)
日本年金機構ホームページ…………… [http:// www.nenkin.go.jp/](http://www.nenkin.go.jp/)
協会けんぽホームページ…………… [http:// www.kyoukaikenpo.or.jp/](http://www.kyoukaikenpo.or.jp/)

保険料が変わります!!

● 9月分から新しい標準報酬月額で計算します

～9月分の保険料は10月に支給する給料から控除します～

◆ 算定基礎届によって決定された健康保険・厚生年金保険の標準報酬月額

- ◎ 毎年7月に提出している「算定基礎届」は、その年の9月に標準報酬月額を決定していることからこれを「定時決定」といいます。この定時決定による新しい標準報酬月額で9月分以降の保険料を計算します。
- ◎ 定時決定による標準報酬月額は、翌年の8月分(9月に支給する給料からの引去分)までの保険料計算に使用されるほか、保険給付や年金額計算の基礎になります。
- ◎ 決定された標準報酬月額は、給料明細等で被保険者の皆様にお知らせください。



● 厚生年金保険料の料率が改定されます

～9月分の保険料から「一般 16.058%」に～

◆ 厚生年金の保険料は、毎年9月分から0.354%ずつ引き上げられます。

平成16年の法律改正により、厚生年金保険の保険料率は、平成29年9月まで毎年改定されることになっています。

- ◎ 定時決定により標準報酬月額が変更になった方も含め、10月支払の給料からの保険料控除に注意しましょう。
- ◎ 一般以外の被保険者の料率は下表のとおりです。

事業所	22年9月改定
坑内員・船員	16.696%
日本たばこ産業(JT)	16.058%
旅客鉄道会社(JR)	16.058%
農林漁業団体等	16.058%
厚生年金基金	加入している基金により異なります

- ◎ 健康保険の料率は変わりません。
- ◎ 厚生年金保険料月額表は、日本年金機構のホームページでもご覧いただけます。



——— 厚生年金保険料率のお問い合わせは各年金事務所まで ———

会員事業所限定 社会保険FAX相談 (財)岩手県社会保険協会

社会保険制度の内容や事務手続きの問題で悩んだことはありませんか。「お役所に直接聞きにくいような制度の内容や事務手続きについて答えてくれるところはないだろうか。」という声にお答えするため、当協会では会員事業所様を対象に「社会保険FAX相談」を開設しております。

専門家が解決の糸口を早くみつけることができるようお手伝いをいたします。



(1) ご相談内容は次のものに限りません。(様式は問いません)

- 医療保険及び年金保険の社会保険制度全般
- 健康保険及び年金保険の事務手続きについて
- その他社会保険制度に要望したいこと等

※個人の特定に関するご相談(例:個人の給付金の額や年金見込額、被保険者期間等の照会)はお受けできません。その際は、直接所属する保険者(協会けんぽ、年金事務所、健康保険組合等)におたずね下さい。

(2) あて先 (財)岩手県社会保険協会「社会保険FAX相談」係 FAX番号 019-626-0252

- 送信者名、FAX番号のないご相談にはお答えいたしかねます。必ずご記入ください。
- FAXによるご相談に限りません。 ● 電話での回答はいたしません。

健康保険・厚生年金保険料の計算



保険料の決め方

資格取得届や算定基礎届、月額変更届などにより決定された標準報酬月額に下表の保険料率をかけた金額が保険料となります。この標準報酬月額は次回の改定が行われるまで、引き続き使用されます。

したがって、残業や勤務日数の違いなどにより月々の給与支払額に変動があっても、保険料額は変わることはありません。

なお、賞与を支払った月分については、毎月の保険料と標準賞与額によって計算した保険料の合算額となります。

保険料の計算方法

◆給与分については、被保険者ごとに標準報酬月額に保険料率をかけて算出します。

保険料率

- ◎健康保険 1000分の93.2 (介護保険該当者は1000分の108.2)
- ◎厚生年金保険 1000分の160.58 (平成22年9月分から)
- ◎児童手当拠出金1000分の1.3 (全額事業主負担)

◆賞与分については、各被保険者に支給した賞与の総額から千円未満を切り捨てた額を「標準賞与額」といいますが、この標準賞与額に上記の保険料率をかけます。(資格喪失月に支給された賞与は保険料の対象とはなりません。)

計算例(給与分)

(単位:円)

氏名	標準報酬月額	健康保険	厚生年金保険	児童手当拠出金
社保太郎(介護該当)	410,000	44,362.00	65,837.80	533.00
社保花子(介護該当)	200,000	21,640.00	32,116.00	260.00
社保次郎	126,000	11,743.20	20,233.08	163.80
合計	736,000	77,745.20	118,186.88	956.80

計算例(賞与分)

(単位:円)

氏名	標準報酬月額	健康保険	厚生年金保険	児童手当拠出金
社保太郎(介護該当)	328,000	35,489.60	52,670.24	426.40
社保花子(介護該当)	251,000	27,158.20	40,305.58	326.30
社保次郎	159,000	14,818.80	25,532.22	206.70
合計	738,000	77,466.60	118,508.04	959.40

★健康保険及び厚生年金保険は、上記の金額の半分为被保険者負担分となります。

◆端数処理の方法

1. 被保険者負担分に円未満の端数がある場合

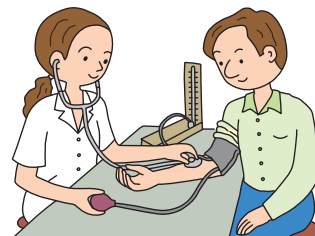
- ①事業主が、給与から被保険者負担分を控除する場合、被保険者負担分の端数が50銭以下の場合は切り捨て、50銭を超える場合は切り上げて1円となります。
- ②被保険者が、被保険者負担分を事業主へ現金で支払う場合、被保険者負担分の端数が50銭未満の場合は切り捨て、50銭以上の場合は切り上げて1円となります。

注) 上記①、②にかかわらず事業主と被保険者の間で特約がある場合には、特約に基づき端数処理をすることができます。

2. 納入告知書の保険料額について

納入告知書の保険料額は、被保険者個々の保険料額を合算した金額となります。ただし、その合算した金額に円未満の端数がある場合は、その端数を切り捨てた額となります。

保健指導の現場最前線



継続は力なり! 毎日の積み重ねで脱メタボ!!

保健指導を行っても、すぐに結果が出る方だけではありません。真面目に生活習慣改善に取り組まれている方でも、なかなか成果が現われず苦勞される方もいらっしゃいます。

Cさんの健診結果①

	体重	BMI	血圧	コレステロール
平成18年9月	61kg	26.7	132/71	200
平成19年9月	62kg	27.1	137/84	224

県内在住のCさん(60代/女性)も、長年保健指導を受けている方ですが、なかなか成果が現れない方でした。

普段から努力されているCさんですが…

Cさんは、普段からカロリーをとり過ぎないように、食べ過ぎないようにと気をつけながら食事をとられていました。

運動は週2回の卓球と、週5回のウォーキングを継続中。それなのに結果は…ほとんど変化のない状態が続いていました。

しかし、平成20年の健診結果では大きな変化が…



平成20年の健診

平成20年の健診結果では、今まであんなに努力しても減らなかった体重が、なんと**5Kg以上**も減少!

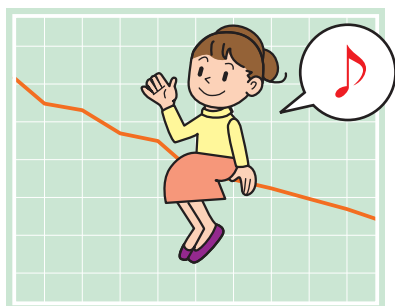
今までなかなか結果が出なかったのになぜ?と思い、Cさんにお話を伺うと、「書いただけダイエット」に挑戦しているとのこと。

Cさんの健診結果②

	体重	BMI	血圧	コレステロール
平成20年9月	56.7kg	25	137/73	220

Cさんは念願だったダイエットを見事に成功させました!

しかし、十分に成果が現われてきたCさんですが、あと一步のところまで特定保健指導の対象者となりました。Cさんには更なるメタボ解消を目指し次のようにアドバイスをしました。



- 運動の継続…筋力アップのための筋肉トレーニングの実施
- カロリー計算をしてみる
- 頑張りすぎないこと

保健師の視点 Eyes of Public health nurse

同じことをしても成果は人それぞれ違ってくるもの。その人に合った方法があるものです。きっとCさんにも自分に合った減量法があるはず…しかしなかなか良い方法を見つけられずにいました。

普段から努力されているCさんに対して、あれやこれや新たな改善策の提案ばかりしてもCさんの負担になるばかりと考え、継続の大切さ、いままでの頑張りが体重の増加を防いでいることをお話しし、モチベーションが低下しないことに気をつけ、励ましていました。

ちなみにCさんは書くだけダイエットをきっかけに体重が減少しはじめましたが、そんなCさんに筋力トレーニングをお勧めしました。運動には大きく分けて2つの種類があり、有酸素運動と無酸素運動があります。



有酸素運動…息が軽くはずむ程度で長く続けられる運動。
脂肪燃焼の効果が高い。
無酸素運動…息が切れる程の体にとってキツイ運動。
筋力アップの効果が高い。



一般的にメタボ対策には脂肪燃焼効果が高い有酸素運動が有効と言われています。しかし、無酸素運動に関しても筋肉が増えることで基礎代謝がアップし、よりカロリーを消費できる体になるため、こちらも有効と言えます。

こんなに痩せてきたところなのに厳しいな…と思われる方もいらっしゃると思いますが、Cさんは以前からウォーキングを通して有酸素運動を行っていたので、無酸素運動を加え基礎代謝を高めることで、さらに効果が出るのでは…?と考え、お勧めしてみました。

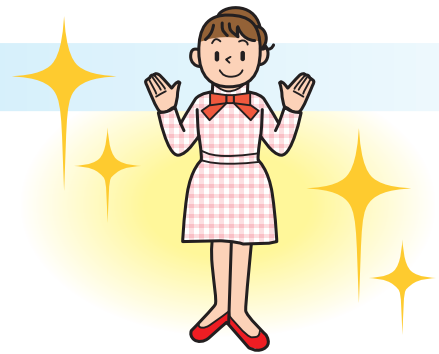
6ヶ月後

Cさんの6ヶ月後の状況は…

体重 **54kg (2.7kg減!)** BMI **23.6 (1.4減!)**

と、さらに減量に成功!

見事に「脱メタボ」に成功されました!!



担当保健師からのコメント



私がお手伝いしました。

協会けんぽ岩手支部
保健師 小山内 恵子

私はコーヒー（もちろんデザート付）片手に推理小説を読むのが大好き。そんな生活を続けていたら、な〜んとメタボの一手前。「やりなおし」はできないが、「取り返し」はできる!という言葉信じて日々精進しています。

Cさんは長年努力しておられましたが、なかなか成果が出ずに苦労されていました。

努力はしているつもりなのになかなか成果が…という方も、いずれは自分に合ったメタボ解消法が見つかるかもしれませんよ。

Cさんは、今でも卓球・ウォーキングを継続しておられます。私は諦めずに努力することの大切さを学びました。

健診を受けたら 特定保健指導 を受けましょう!

特定保健指導とは

保健師との個別面談または会社内でのグループ学習によって、対象者と共にこれまでの生活習慣を振り返り、ライフスタイルに合った目標を設定し、実行に移せるようなきっかけ作りをお手伝いします。

個別面談のほかに、電話、e-mail、FAX、手紙なども利用して、継続的に3~6ヶ月間の支援を行います。

特定保健指導の費用

加入者ご本人 **無 料** 加入者ご家族 **補助あり**

— お申し込み・お問い合わせ —

協会けんぽ岩手支部 保健グループ ☎ **019-604-9089**

『改正 育児・介護休業法』

父母がともに子育てや介護をしながら働き続けることができる社会を目指して、今年6月30日から、育児・介護休業法が改正されました。
この改正に伴うよくある質問にお答えします。

Q

「パパ・ママ育休プラス」とは？

A

父、母がともに育児休業を利用した場合の育児休業の特例が創設されました。

この特例は、労働者の配偶者が子の1歳到達日以前のいずれかの日に育児休業をしていることを要件として、取得可能期間を2か月間延長するというものです。



Q

「パパ・ママ育休プラス」と1歳6か月までの育児休業との関係は？

A

1歳2か月までの育児休業を取得している場合でも、保育所に入れないなど一定の要件を満たせば1歳6か月まで育児休業を延長できます。

Q

常時雇用する労働者が100人以下の中小企業についての取り扱いの違いは？

A

常時雇用する労働者が100人以下の中小企業については、

- ① 3歳までの子を育てる労働者が利用できる短時間勤務制度(1日6時間)
- ② 3歳までの子を育てる労働者が求めた場合、所定外労働を免除する制度
- ③ 介護休暇の新設

この3点については、2年間の猶予措置がとられ、平成24年6月30日施行予定です。しかし子の看護休暇の日数拡充や「パパ・ママ育休プラス」等は平成22年6月30日より施行されていますので、就業規則等の変更が必要になります。



Q

労使協定の見直しや、新たな締結の必要は？

A

育児休業制度において、配偶者が専業主婦(夫)であれば育児休業を取得できないとする労使協定を結んでいる場合は、その規定を削除する必要があります。

また、短時間勤務制度、所定外労働免除制度、子の看護休暇・介護休暇制度について、労使協定を結ぶことにより一定の労働者を制度の適用対象から除外することができます。除外できる労働者の範囲は制度によって異なりますので注意が必要です。



【提供-岩手県社会保険労務士会】

*** 育児・介護休業法の改正による就業規則の変更等**
詳しくは、お近くの社会保険労務士にご相談下さい。



岩手県社会保険労務士会

〒020-0821 盛岡市山王町1-1
TEL 019-651-2373 FAX 019-651-7841

URL <http://www.iwate-sr.jp/>

●●● 退職月の保険料控除 ●●●

月末退職者は翌月1日が資格喪失年月日となるため、退職した月の保険料は納めなければならないと思いますが、翌月に支払う給与がないので退職時に精算する給与から前月分と合わせて当月分(退職月)の保険料を控除できるでしょうか。

このケースは、退職時に支払う給与から、前月分の保険料と退職月分(当月分)を合わせて控除できるか、というご質問です。

結論を先にいいますと、従業員が月末に退職したときは、前月分の保険料のほかに当月分の保険料も給与から控除することができます。

健康保険法第167条(保険料の源泉控除)では、被保険者の報酬から控除できる保険料は原則として前月分に限られています。ただし、被保険者が月末に退職する場合には被保険者が負担すべき保険料の前月分と当月分を報酬から控除することができますとされています。

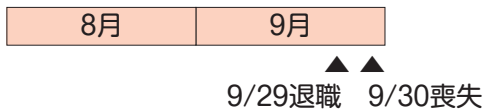
(例)被保険者が喪失した場合の保険料控除

- ①9月29日退職(9月30日資格喪失)の場合は、9月分(当月分)の保険料は不用のため控除せず、8月分のみ控除します。
- ②9月30日退職(10月1日資格喪失)の場合は、8月分と9月分(当月分)の保険料2か月分を控除することができます。

.....退職月の保険料控除.....

例①

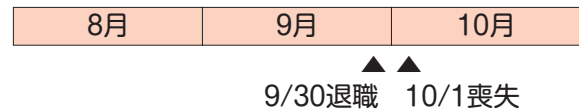
月の途中退職



保険料は、喪失日の属する月の前月(8月)分まで計算
この場合、9月の給与からは
8月分の保険料のみ控除できる。

例②

月末退職



保険料は、喪失日の属する月の前月(9月)分まで計算
この場合、9月の給与からは
8月分と9月分の保険料を控除できる。

(社会保険協会 西村)

協会けんぽからのお知らせ

退職者の保険証回収にご協力をお願いします

1ヶ月あたり 131件で約1,071,000円

1ヶ月あたり131件で約1,071,000円というのは、協会けんぽ岩手支部が退職後の保険診療を理由として、平成21年度中に医療費の返還を求めた数字です。

21年度の1年間では1566件、約12,853,000円となっております。

会社を退職すると健康保険の資格も喪失します。今までお持ちの保険証は、退職日までは使用できますがその翌日から使用できません。そのため、退職後に保険証を使用して診療を受けた場合、後日協会けんぽから医療費の返還を求められることになります。

退職者の保険証は、ご家族の分も含め速やかな回収にご協力をお願いいたします。

岩手県社会保険労務士会主催セミナー

今、知っておきたい『**労務管理のツボ**』はこれだ!
～あなたの会社は万全ですか?～

講師：社会保険労務士 対象者：事業主、人事担当者等

盛岡会場 10月5日(火) ホテルメトロポリタン盛岡本館(定員50名)
一関会場 10月6日(水) 蔵ホテル一関(定員30名)
時 間 13:30～15:30

「雇用保険活用無料相談会」

～各種助成金・給付金などのご相談に応じます～

参加無料!

同時開催!

左記セミナー会場において
時 間 10:00～16:00

※セミナーは予約申込が必要です

地域別相談会「年金・労働問題無料相談会」

- ◆ 盛岡 10月 1日(金) 10:00～16:00 おどつて前広場
 - ◆ 沿岸 10月 9日(土) 10:00～15:00 釜石市港湾会館
 - ◆ 花巻 10月 2日(土) 11:00～15:00 銀河モール花巻
 - ◆ 二戸 10月14日(土) 10:00～15:00 二戸シビックセンター
 - ◆ 一関 10月 6日(水) 10:00～15:00 蔵ホテル一関
- ※予約不要です

労働問題110番

場 所：岩手県社会保険労務士会 総合労働相談所・年金相談センター
10月9日(土)・23日(土) 10:00～15:00

※予約申込が必要です

主 催 お問合せ・お申込み **岩手県社会保険労務士会** ☎019-651-2373 盛岡市山王町1-1

年金相談のご案内

県内の年金事務所では、通常の業務取扱時間のほか下記時間帯も年金相談を受けられます。

- ① 月曜日(祝日にあたる時は火曜日) 午後7時まで受付を延長 ② 第2土曜日は開庁相談日 9:30～16:00まで受付

※相談の内容によっては、翌日以降の回答となる場合があります。※変更される場合がありますので、ホームページなどでご確認のうえお出かけください。

相談の際にお持ちいただくもの

①年金の相談、年金加入期間の照会等には、年金手帳か基礎年金番号通知書または年金証書をお持ちください。

②年金の相談を代理の方に依頼する場合は、「依頼者からの委任状」と、「代理の方の身分証明書」が必要です。

10月の社会保険出張相談所

	会 場	日(曜日)	時 間
盛岡	八幡平市西根地区市民センター(市役所隣り)	21(木)	10:00～15:30
	ゆはず交流館(岩手町)	27(水)	10:00～15:30
	葛巻町役場	28(木)	8:45～14:30
一関	陸前高田商工会	予約 26(火)	13:00～16:00
	大船渡商工会議所	予約 27(水)	9:00～14:00
	奥州商工会議所(水沢)	予約	今月はお休みです
	奥州商工会議所江刺支所	予約 7(木)	10:00～15:00
宮古	釜石商工会議所	14(木)	10:00～15:30
花巻	遠野商工会	7(木)	10:30～15:30
二戸	久慈市役所	予約 6(水)	10:30～15:30
	久慈市文化会館(アンバーホール)	予約 20(水)	10:30～15:30

11月の社会保険出張相談所

	会 場	日(曜日)	時 間
盛岡	八幡平市西根地区市民センター(市役所隣り)	18(木)	10:00～15:30
	ゆはず交流館(岩手町)	24(水)	10:00～15:30
	葛巻町役場	25(木)	8:45～14:30
一関	陸前高田商工会	予約 24(水)	13:00～16:00
	大船渡商工会議所	予約 25(木)	9:00～14:00
	奥州商工会議所(水沢)	予約 4(木)	10:00～16:00
	奥州商工会議所江刺支所	予約	今月はお休みです
宮古	釜石商工会議所	18(木)	10:00～15:30
花巻	遠野商工会	4(木)	10:30～15:30
二戸	久慈市役所	予約 10(水)	10:30～15:30
	久慈市文化会館(アンバーホール)	予約 17(水)	10:30～15:30

※一関・二戸の各会場は、電話による時間予約制を実施しています。ご予約は相談日の前日までに年金事務所へ。

「弘法さまと鮭」

岩手のお話・第七話
岩手・宮古市

その昔、冬の寒い夜のこと、村に旅の僧がやってきました。みずほらしい姿ゆえ泊める村人は誰もいなかった。かわいそうに思ったある村人が僧を泊め、心ばかりの食事を施しました。

翌朝僧は旅立ち際、「これはこの村にとって役立つから」と「石」を置いていきました。村人は「そこら辺にある石でねが…」と思いつつ、目の前の川に投げ入れました。

ところが秋になると前の川に鮭が毎日上ってくるようになり、村の長老は、神道さまに拜んでもらうことにしました。すると「私は弘法大師です。お世話になったお礼の石を慕って、鮭が川をのぼるのです。あの石は鮭がたくさん獲れる津軽の村の石です」と語った。

以降、毎年たくさんの鮭が川を上るようになり、豊かになった村はやがて「津軽石村」と呼ばれるようになりました。