

社会保険おきなわ

2018.9 No.476

今月の記事

【年金事務所からのお知らせ】

- P2 ●P3 在職老齢年金(働きながら年金を受け取るとき)
●P6 電子申請 ご利用の流れ

【協会けんぽ沖縄支部からのお知らせ】

- P4 福寿うちな～健康宣言してみませんか?
～社員が元気にイキイキと働くことができる職場をめざして!～
●P5 健康宣言事業所になるには?

【沖縄県社会保険協会からのお知らせ】

年金シニアライフセミナーのご案内 ●P7

事業のご案内 ●P8

～社会保険協会の主な事業～

フライヤー

※「健康づくり」イベント開催のご案内

- ・「体組成計」による体成分の測定
- ・フィットネスジムマシンの効果的運動指導

職場内で回覧しましょう

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----



一般財団法人 沖縄県社会保険協会

〒900-0031 沖縄県那覇市若狭1-3-2[タカダ若狭ビル501号]
TEL:098-861-2681 FAX:098-861-2682 e-mail: okisyakyo@ryucom.ne.jp

在職老齢年金(働きな

70歳未満の方が会社に就職し厚生年金保険に加入した場合や、70歳以上の方が厚生年金保険の適用事業所にお勤めになった場合には、老齢厚生年金の額と給与や賞与の額(総報酬月額相当額)に応じて、年金の一部または全額が支給停止となる場合があります。これを「在職老齢年金」といいます。

60歳から65歳になるまでの在職老齢年金の計算方法

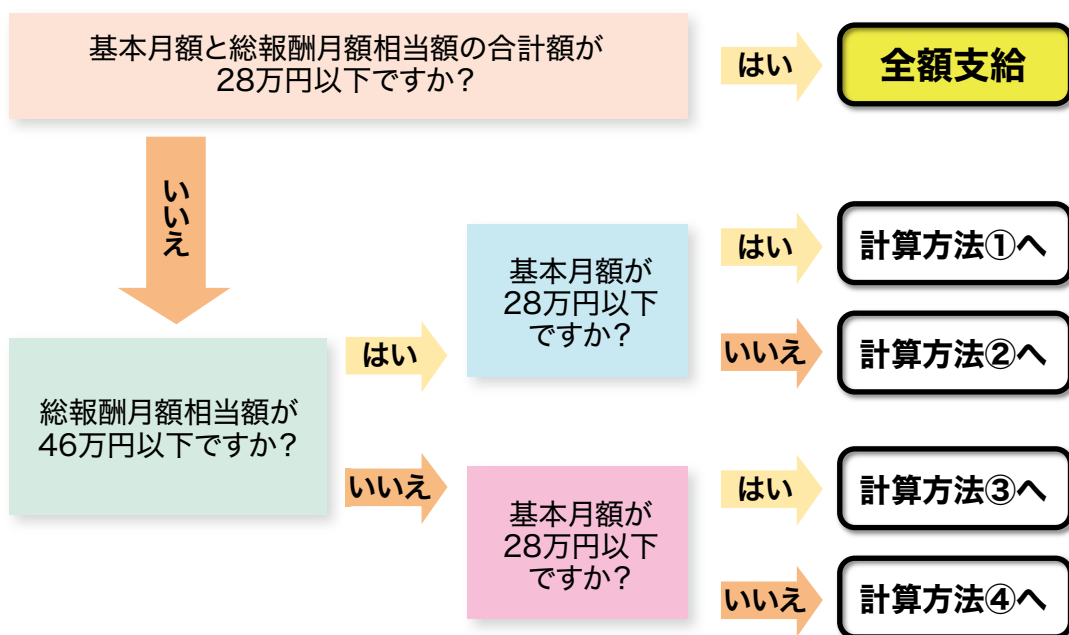
基本月額

➡ 加給年金額を除いた特別支給の老齢厚生年金の月額

(日本年金機構と共済組合等から複数の老齢厚生年金(退職共済年金)がある場合にはすべての老齢厚生年金の額を合計したものの月額)

総報酬月額相当額

➡ (その月の標準報酬月額)+(その月以前1年間の標準賞与額の合計)÷12



〈計算方法〉

在職老齢年金制度による調整後の年金受給月額＝

計算方法①: 基本月額－(総報酬月額相当額＋基本月額－28万円)÷2

計算方法②: 基本月額－総報酬月額相当額÷2

計算方法③: 基本月額－{(46万円＋基本月額－28万円)÷2＋(総報酬月額相当額－46万円)}

計算方法④: 基本月額－{46万円÷2＋(総報酬月額相当額－46万円)}

＊厚生年金基金に加入していた期間がある場合は、厚生年金基金に加入しなかったと仮定して計算した老齢厚生年金の年金額をもとに、基本月額を算出します。

＊年金受給月額がマイナスになる場合は、老齢厚生年金(加給年金額を含む)は全額支給停止となります。

＊日本年金機構と共済組合等から複数の老齢厚生年金(退職共済年金)を受け取っている場合の支給停止額は、それぞれの老齢厚生年金の額に応じて按分した額をそれぞれ支給停止します。

のお知らせです。

がら年金を受け取るとき)



■ 65歳以降の在職老齢年金の計算方法

基本月額

→ 加給年金額を除いた老齢厚生年金(報酬比例部分)の月額

総報酬月額相当額

→ (その月の標準報酬月額※)+(その月以前1年間の標準賞与額※の合計)÷12

※70歳以上の方は、厚生年金保険に加入しないため、標準報酬月額に相当する額、標準賞与額に相当する額となります。

基本月額と総報酬月額相当額の合計額が46万円以下ですか？

はい

全額支給

いいえ

一部または全額支給停止

在職老齢年金制度による調整後の年金受給月額＝
基本月額－(基本月額＋総報酬月額相当額－46万円)÷2

※厚生年金基金に加入していた期間がある場合は、厚生年金基金に加入しなかったと仮定して計算した老齢厚生年金の年金額をもとに基本月額を算出します。

※年金受給月額がマイナスになる場合は、老齢厚生年金(加給年金額を含む)は全額支給停止となります。

※老齢基礎年金および経過の加算額は、全額支給となります。

※70歳以上の方は、厚生年金保険に加入しないため保険料の負担はありません。

※日本年金機構と共済組合等から複数の老齢厚生年金(退職共済年金)を受け取っている場合の支給停止額は、それぞれの老齢厚生年金の額に応じて按分した額をそれぞれ支給停止します。

■ 在職老齢年金を受けている方が退職したとき

厚生年金保険に加入しながら老齢厚生年金を受けている70歳未満の方が、退職して1ヵ月を経過したときは、退職した翌月分の年金額から見直されます。

- ・年金額の一部または全額の支給停止がなくなり、全額支給されます。
- ・年金額に反映されていない退職までの厚生年金保険に加入していた期間を追加して、年金額の再計算が行われます。

※退職して1ヵ月以内に再就職し、厚生年金保険に加入したとき(転職など)は、引き続き在職老齢年金としての支払いが行われます。

※70歳以上の期間は、厚生年金保険に加入されていないため、年金額の再計算には反映しません。

※退職により厚生年金保険の加入期間が20年を超えると、加給年金額が支給される場合があります。その際は、別途、手続きが必要となります。

協会けんぽ沖縄支部 からのお知らせです。

福寿うちな～健康宣言してみませんか？

～ 社員が元気にイキイキと働くことができる職場をめざして！～

協会けんぽ沖縄支部では、健康経営に取り組む事業所を『福寿うちな～健康宣言事業所』として認定・サポートする事業を行っております。

健康経営に取り組むことで、事業所の生産性の向上などさまざまな効果が見込まれ、さらに医療費の適正化、健康保険料上昇の抑制にもつながります。

健康経営の考え方は、これからの企業経営において重要な位置付けとなります。

「従業員の健康増進が企業の発展につながる」という認識のもと、まずは「福寿うちな～健康宣言」に参加してみませんか。

「健康経営」とは、従業員の健康を重要な経営資源と捉え積極的に従業員の健康増進に取り組む企業経営スタイルです。

※「健康経営」は特定非営利活動法人健康経営研究会の登録商標



「福寿うちな～健康宣言」サポートメニュー

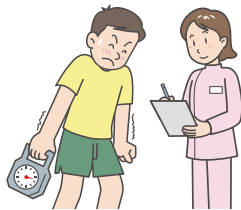
ご参加いただいた事業所に対して、協会けんぽ沖縄支部がサポートします!! (一部をご紹介します)

「健康講話」の実施



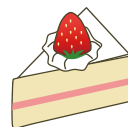
保健師等が事業所へ出張しメンタルヘルスや食事等の健康に関する講話を行います。

「プチ体力測定」の実施



握力、体の柔軟性、体組成(筋肉量、骨量等)の訪問測定を行います。

フードモデル等のレンタル



分量:1人分
292kcal

事業所提示用としてフードモデルや1kg脂肪モデル、禁煙指導肺比較モデル等をレンタルします。

「健康経営」の取り組みを評価する制度があります！



健康経営優良法人認定制度

健康宣言をした事業所のうち、特に優秀な健康経営に取り組んでいる中小企業、中小規模の医療法人を経済産業省が定めた基準に基づき認定する制度です。



沖縄県健康づくり表彰 (がんじゅうさびら表彰)



職場の健康づくりに積極的に取り組んで顕著な実績を上げた事業所や地域団体に対して県知事より表彰されます。

協会けんぽ沖縄支部 からのお知らせです。

健康宣言事業所になるには？

宣言する取り組み内容を
社内で決定し、下記の
「エントリーシート」を
協会けんぽ沖縄支部に提出

「認定証」が届けられたら、
事業所内に掲示

健康宣言完了！

エントリーシートに
記入した取り組み
内容を実践!!



協会けんぽ沖縄支部
福寿うちな～健康宣言 エントリーシート

※FAXまたは郵送にて提出可能です。

福寿うちな～健康宣言します

取り組み内容	必須	☒ 全従業員の定期健診受診を徹底する ☒ 健康づくり担当者として健康保険委員を 1 名以上置く
	①から⑨の 中から、1つ 以上選択して ください	選択 ☐ ① 従業員の家族を含め健診の受診を奨励する ☐ ② 健康増進に関する数値目標を設定する ☐ ③ 健康意識の向上に取り組む ☐ ④ 職場内コミュニケーションを促進する ☐ ⑤ 食生活の改善に取り組む ☐ ⑥ 運動機会の増進に取り組む ☐ ⑦ 禁煙や受動喫煙対策に取り組む ☐ ⑧ 感染症予防に取り組む ☐ ⑨ 時間外勤務の縮減や有給休暇取得を促進する
事業所記号		
事業所所在地		
事業所名称		
事業主氏名		
電話番号		
健康保険委員氏名 (または就任予定の方の氏名) ※		

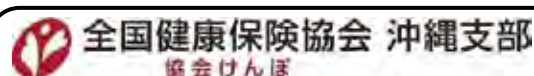
※健康保険委員がない場合、別紙「同意書」の提出が必要となります。
(「同意書」は、ホームページから取得いただくか、当協会支部までご連絡くださればお送りします。)

【お申込先】 FAX:098-951-2017 FAX番号はお間違えの無いよう十分ご注意ください。

▼郵送でのお申込みの場合(提出先)

〒900-8512 沖縄県那覇市旭町114-4おきでん那覇ビル8階 全国健康保険協会沖縄支部企画総務グループ 宛て

《「福寿うちな～健康宣言」に関するお問い合わせ先 企画総務グループ ☎098-951-2246》



協会けんぽ 沖縄

検索

〒900-8512 ※この郵便番号は個別番号であるため、宛先住所の記入が省略できます。

☎代 表 : 098-951-2211

企画総務(保険料率、広報) : 098-951-2246 業 務(給付、保険証、任意継続) : 098-951-2282

保 健(健診、保健指導) : 098-951-2011 レセプト(第三者行為(交通事故等)) : 098-951-2285

受付時間 : 午前 8 時 30 分から午後 5 時 15 分まで(土・日・祝日・年末年始を除く)



年金事務所 からののお知らせです。



電子申請

ご利用の流れ

STEP1

電子証明書を取得します

- ・電子申請では、申請者の確認をするために電子証明書が必要になります。
 - ・電子証明書は、書面による手続きの際の印鑑に相当します。
 - ・電子証明書は、認証局と呼ばれる機関が発行しています。
- なお、発行には手数料がかかります。
- ・詳細は、ホームページをご参照ください。



e-Gov 電子証明書 取得

検索

STEP2

パソコンの環境設定(利用準備)を行います

- ・ご利用のパソコンが電子申請するための条件を満たしているか確認を行います。
- ・手順については、ホームページをご参照ください。

e-Gov 環境設定

検索

STEP3

申請データを作成します

現在、書面で申請されている場合

- 電子申請は、e-Gov の画面に 1 件ずつ直接データを入力する方法とまとめてデータを作成して添付する方法があります。
- 一度にまとめて申請する場合は、日本年金機構が無料で提供しているプログラムで申請データを作成することができます。プログラムのご利用方法は、ホームページをご参照ください。

届書作成プログラム

検索

現在、CD・DVDで申請されている場合

現在 CD・DVDでの申請に使用しているデータを活用して、電子申請をすることができます。

電子申請が可能になります

STEP1,2 についてのお問い合わせ先はこちらです。

【電子政府利用支援センター】050-3786-2225

《受付時間》

月～金曜日：4～7 月 午前 9 時～午後 7 時
8～3 月 午前 9 時～午後 5 時
土日、祝祭日：午前 9 時～午後 5 時

電子政府利用支援センター

検索

STEP3 についてのお問い合わせ先はこちらです。

【ねんきん定期便・ねんきんネット等専用ダイヤル】

0570-058-555 ※音声案内の 2 番をご選択ください

050 から始まる電話でおかけの場合は

03-6700-1144 ※音声案内の 2 番をご選択ください

《受付時間》 月～金曜日：午前 9 時～午後 7 時
第 2 土曜日：午前 9 時～午後 5 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。

一般財団法人 沖縄県社会保険協会 からのお知らせです。

年金シニアライフセミナーのご案内



定年退職後の年金、健康保険などの手続きや給付の説明のほか、健康で生きがいのあるシニアライフの過ごし方を考えるためのセミナーです。

退職を間近に控えた方、事務担当者の方など、ぜひご参加いただきますようご案内いたします。

日 程	管轄地区	会 場 名	募集定員	備 考
10月11日(木)	コザ・名護	ちやたんニライセンター カナイホール (北谷町桑江467-1)	80名	参加費 無料
10月12日(金)	那覇・浦添	浦添市産業振興センター 結の街 大研修室 (浦添市勢理客4-13-1)	80名	
※各会場共通 受付 12：30～ 開始 13：00～ 終了 16：40				

参加対象者

- 50歳以上の厚生年金保険被保険者及び配偶者
- 事業所の事務担当者または年金委員の方

※ご夫婦での参加もお勧めします。



内 容

- 退職後の健康保険、年金、雇用保険の手続き・給付などについて
- ライフプランと生きがいづくり、家庭経済について

申 込 方 法

下記の参加申込書にご記入の上、FAX 又は郵送でお申し込み下さい。

お申し込み お問い合わせ

一般財団法人 沖縄県社会保険協会 TEL 098-861-2681・2644 FAX 098-861-2682
沖縄県社会保険委員会 〒900-0031 那覇市若狭 1-3-2-501

主催 / 沖縄県社会保険委員会・一般財団法人 沖縄県社会保険協会 後援 / 全国社会保険委員会連合会

キリトリ線

年金シニアライフセミナー参加申込書

◆参加日・地区	参加日	平成30年10月	日	地区	那覇・浦添	コザ・名護
事業所名				事業所 記号		
所 在 地	〒			電話番号		
				FAX		
参 加 者	氏 名	性 別	年 齢	区 分 (該当する方に○印)		
				被保険者・配偶者		
				被保険者・配偶者		
				被保険者・配偶者		

※ この申込書にご記入いただきました個人情報は当セミナーの目的以外の使用はいたしません。

社会保険労務士が、社会保険の分からないことについてお答えします。

◇社会保険労務士が、社会保険の制度や事務手続きの疑問点について電話相談を行います。

9月7日(金)、14日(金)、21日(金)、28日(金)。

10月5日(金)、12日(金)、19日(金)、26日(金)。各午後1時から5時まで。

担当 特定社会保険労務士 城間 洋子 氏

◇電話番号 沖縄県社会保険協会 ☎098-861-2681

無料電話相談



詳しくはWEBで！ 沖縄県社会保険協会

検索

会員事業所の皆様へ

日頃より、私ども社会保険協会の事業運営に、ご理解とご協力をいただきまして、ありがとうございます。協会の各種事業につきまして、ご案内を申し上げます。

事業のご案内

～社会保険協会の主な事業～

1 社会保険制度の広報

1 広報誌「社会保険おきなわ」を発行し、制度改正の内容や諸手続きの方法、最新情報等を提供しています。

2 「社会保険の事務手続」を配布し、事務担当者の手助けをしています。

2 社会保険事務講習会の開催

事業所の社会保険事務担当者を対象に、社会保険制度のしくみや給付手続き及び年金についての事務講習会を開催しています。

詳しい日程については、広報紙「社会保険おきなわ」及び当協会ホームページの「新着情報」でご案内します。

講習会の 主な内容

(1)各種事務手続き

・資格取得届、喪失届、被扶養者届…等

(3)年金給付と申請方法

・老齢厚生年金、障害厚生年金…等

(2)健康保険の給付と申請方法

・傷病手当金、出産手当金…等

(4)算定基礎届 事務説明会

3 健康づくり事業

職員やその家族の皆様の健康の保持・増進を図るため、次のような健康づくりに関する事業を支援しています。

1 健康相談及び健康づくり講習会の実施

管理栄養士による講演

- ◎食事と健康について（食生活の改善）
- ◎肥満と食事について（食事ダイエット法）
- ◎ヘルシー献立のたて方

健康運動指導士による講演

- ◎正しい運動の仕方について
- ◎健康体操（腰痛・肩こり予防・ストレッチ等）
- ◎インストラクターの実技講習

保健師・社会保険労務士による講演

- ◎生活習慣病の予防と療養について
- ◎健康と睡眠やメンタルヘルス等について
- ◎健康相談（血圧・体脂肪等の測定）

※その他専門家による講演は、ご相談ください。

無料で講師派遣! ★受講者は、20名様以上でお願いします。★講師との日程調整が必要ですので、1ヵ月前までにお申し込みください。

2 健康づくりに関する各種イベントの開催

健康体操教室などの各種イベントを開催し、健康づくりのお手伝いをしています。

3 健康づくり DVD の貸出

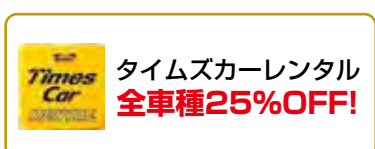
健康づくりに関する DVD を無料で貸し出しています。

4 福利厚生支援事業

1 全国宿泊施設優待利用(割引)



2 レンタカーの割引



3 特別価格家庭常備薬の斡旋

会員が負担する会費年額

会員が毎年納める会費年額は、下記の区分による額です。

会費は、会費振込書により最寄りの金融機関で納めていただいています（手数料無料）。

または、お取引金融機関の口座から年1回の自動引き落としが可能です。

職員(被保険者)数	会費年額
1人以上 ～ 20人未満	3,000円
20人以上 ～ 50人未満	5,500円
50人以上 ～ 100人未満	10,500円
100人以上 ～ 300人未満	19,500円
300人以上 ～ 500人未満	32,500円
500人以上 ～	45,500円

■アクセスマップ



■ホームページ



沖縄県社会保険協会

検索