

社会保険 おきなわ

2019. 1 No.478

今月の記事

新春インタビュー 2-3p

年頭のご挨拶 4p
20歳からの国民年金 5p
健康保険委員を募集/医療費のお知らせ 6p
退職後の健康保険加入のご案内 7p

社会保険関係事務の調査結果について 8p
「食と健康」(人を良くする=食) 9p
社会保険協会セミナーのご案内 10p
働く人のための「笑顔」の介護 11p
介護セミナーのご案内 12p



謹賀新年

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

新春インタビュー

一般財団法人 沖縄県社会保険協会
会長 金城棟啓



中村：本日は、沖縄県社会保険協会の金城会長にお話を伺います。

今回は、広報誌「社会保険おきなわ」新年号の企画ですので、新春にふさわしいご挨拶で始めてまいりたいと思います。

あらためまして、明けましておめでとうございます。

金城：明けましておめでとうございます。

読者の皆様には誌面を通してですが、共に新しい年を祝いたいと思います。

今年も皆様にとって、素晴らしい年になりますようお祈りします。

—— 社会保険協会について

中村：社会保険協会については、ホームページを閲覧して、最近の情報を知ることができませんが、そもそもどのような成り立ちなのでしょうが。

金城：沖縄県の社会保険協会は、昭和50年1月に



■金城棟啓氏 1954年生まれ
1977年4月 琉球銀行入行
2012年4月 頭取就任
2017年4月 会長就任（現職）
2013年3月 沖縄県社会保険協会
会長就任
他数多くの団体役員兼任

設立されました。沖縄が本土へ復帰して3年目の年に設立されたことになりました。

他の都道府県に遅れること二十数年、県内の事業主の方々から協会設立の声が上がり、当時の琉球銀行頭取崎濱秀英氏が設立発起人代表となつて、多くの県内事業所の賛同を得、発足することができたということです。

中村：社会保険というと、年金や健康保険のこと、というのは知っていますが、社会保険協会はどのような事業をなさっているのでしょうか。

金城：ひと言でいえば、県民お一人おひとりが心豊かな社会生活を送るためのお手伝い、ということになるでしょうか。

具体的には、社会保険制度の普及・啓発のため「広報誌」の発行や事務講習会の開催など、社会保険の円滑な運営に資する事業をしています。

次に、健康づくり事業として、会員事業所職員の健康相談会や各種セミナー・イベントの開催、運動指導士や管理栄養士・保健師などの専門家による講習会へ講師派遣や健康づくりに関するDVDの無料貸し出しなどがあります。

中村：私も、昨年の7月に社会保険協会主催のセミナーで講師を務めました。那覇市内のホテルでの開催でしたが、「働き方改革セミナー」として、タイトルが「笑顔」のコミュニケーションなので、楽しくおしゃべりをさせていただきました（笑）。

金城：中村さんのセミナーに参加した方々、皆様がお笑いでお帰りになったと聞いています。聴講者にも有意義なセミナーだったのでしょう。機会があれば、また、講師をお願いします。

先ほど話した事業以外にも、「福利厚生支援事業」として、全国宿泊施設（ホテル）の優待やレンタカーの割引が受けられるサービスがあります。また、年に2回ですが、家庭常備薬の斡旋もしていますので、会員事業所の方々には有効に利用してもらいたいと思います。

—— 日本の社会保障について

中村：社会保険協会の事業や活動について理解できたのですが、私たちの社会保障や社会保険については、よくわからないことが多いです。

金城：社会保障とは、「国民の生活の安定が損なわれた場合に、国民に健やかで安心できる生活を保障することを目的として、公的責任で生活を支える給付を行うもの」と定義されています。

日本の社会保障給付費は、平成28年度に、約116兆円で国家予算をはるかに超えています。その内訳は、概算ですが、「医療」が38兆円、「年金」が54兆円、介護など「その他福祉」が24兆円となっています。

中村：とても大きな給付額ですね。私達ひとり一人の税金や社会保険料が、多くの国民の生活を支えているということですね。



また、日本銀行那覇支店によると、県内景気は、5年以上拡大していると判断しています。それを裏付けるように県内では、インバウンドなどの入域観光客数が増加し観光業が好調なこと、公共工事やホテル・大型商業施設の建築などにより建設業が堅調に推移したこと、また、個人消費の拡大などから高い経済成長率を示し、景気は拡大しています。

しかし、せっかくの好景気を活かすきれていないと指摘もあります。というのは、平成27年度沖縄県の「一人当たり県民所得」は、約217万円で全国平均の7割弱の水準にとどまり、「沖縄県民の所得は、全国最低水準」といわれる所以です。

金城…沖縄県の県民経済計算によると、平成27年度の県内総生産は、実質4兆308億円で、経済成長率は3.3%の増加となっています。これは日本の国内総生産の実質経済成長率を2%も上回っています。

このような雇用環境の中、女性やシニア世代、業種によっては外国の方など、多様な人材が活躍できるダイバーシティー・マネジメントの推進が求められています。

また、企業にとつては、政府が押し進める「働き方改革」に対応しつつ、生産性の向上を通じて収益力を高め、働く人の待遇改善につなげることが課題であると言えます。

また、企業にとつては、政府が押し進める「働き方改革」に対応しつつ、生産性の向上を通じて収益力を高め、働く人の待遇改善につなげることが課題であると言えます。

また、企業にとつては、政府が押し進める「働き方改革」に対応しつつ、生産性の向上を通じて収益力を高め、働く人の待遇改善につなげることが課題であると言えます。

また、企業にとつては、政府が押し進める「働き方改革」に対応しつつ、生産性の向上を通じて収益力を高め、働く人の待遇改善につなげることが課題であると言えます。

また、企業にとつては、政府が押し進める「働き方改革」に対応しつつ、生産性の向上を通じて収益力を高め、働く人の待遇改善につなげることが課題であると言えます。

また、企業にとつては、政府が押し進める「働き方改革」に対応しつつ、生産性の向上を通じて収益力を高め、働く人の待遇改善につなげることが課題であると言えます。

また、企業にとつては、政府が押し進める「働き方改革」に対応しつつ、生産性の向上を通じて収益力を高め、働く人の待遇改善につなげることが課題であると言えます。

また、企業にとつては、政府が押し進める「働き方改革」に対応しつつ、生産性の向上を通じて収益力を高め、働く人の待遇改善につなげることが課題であると言えます。

また、企業にとつては、政府が押し進める「働き方改革」に対応しつつ、生産性の向上を通じて収益力を高め、働く人の待遇改善につなげることが課題であると言えます。

また、企業にとつては、政府が押し進める「働き方改革」に対応しつつ、生産性の向上を通じて収益力を高め、働く人の待遇改善につなげることが課題であると言えます。



■中村一枝氏
ラジオパーソナリティ
テレビ番組ナレーター
セミナー講師

壁一面が本棚で自由に借りて読んで良い事になっています。その一角に「店長オススメ」棚をつくり十冊ほど並べていますが、最近のみんが本を読むようになって空っぽになっていくのが嬉しいですね。あつ、店長は私です（笑）。

中村：最後にありますが、新しい年になりました。金城会長の今年の抱負をお聴かせください。

金城：昨年は、リーマンショックから10年、平成金融危機から20年という節目の年でもありました。大きな経済変動はありませんでしたが、地震、台風等自然災害が多い年でした。人生、何が起こるか分からない。企業経営者としても、「常に備えよ」と緊張感を持ち続けたいと思います。

また、「人生100年時代」は、社会保障制度がより重要になっていくことを念頭に、当協会の活動をよりパワーアップさせていきたいと思っています。

中村：金城会長のポジティブなお話をお聴きして、私も勇気をもらいました。これからますます社会保険協会が面白くなりそうですね。

本日はお忙しい中、貴重なお時間をいただきまして、ありがとうございます。



年頭のご挨拶



日本年金機構

那覇年金事務所 所長 本 濱 哲 二
 浦添年金事務所 所長 重 枝 和 久
 コザ年金事務所 所長 玉 城 博 之
 名護年金事務所 所長 長 野 英 司
 平良年金事務所 所長 中 野 利 博
 石垣年金事務所 所長 原 田 文 昭

謹んで新年のご挨拶を申し上げます。
 沖縄県社会保険協会会員の皆様方
 におかれましてはご健勝で新年をお
 迎えのこととお慶び申し上げます。

旧年中は政府管掌年金事業の円滑
 な運営に特段のご理解ご協力を賜り
 厚く御礼申し上げます。

さて、これまで各県に設置されて
 いた「事務センター」を九州全域で
 統合した「福岡広域事務センター」
 が業務を開始してから1年が経過し
 たところです。

その間会員の皆様方には事務処理
 の遅れ等により健康保険証の交付遅
 延等多大なご迷惑をおかけしました
 ことを改めてお詫び申し上げます。

本年も年金事務所では公平公正な
 事務処理並びにお客様サービスの向
 上に努めていきます。とりわけ基幹
 事業については、①お客様の所得に
 応じた納付又は免除等の勧奨を強化
 し、県民の皆様様の年金権確保と併せ

て国民年金保険料納付率を全国平均
 並みに向上させること ②適用事業
 所の要件を満たしている事業所への
 適用勧奨を促進すること ③年金相
 談予約制の拡充により年金事務所窓
 口での待ち時間短縮を図ること等を
 推進してまいります。

また、本年10月1日には消費税引
 上げと併せて「年金生活者支援給付
 金」の施行が予定されています。ス
 ムーズなお支払いができるよう万全
 の態勢をとってまいります。

日本年金機構は今後も政府管掌年
 金事業の円滑な運営と制度の適正な
 執行に努めてまいりますので会員の皆
 様のご理解ご協力を賜りますようお願い
 申し上げます。

最後に、沖縄県社会保険協会の益々
 のご発展と会員皆様方のご健勝とご
 活躍を祈念し新年のご挨拶といたし
 ます。

年頭のご挨拶



全国健康保険協会沖縄支部

支部長 宮 里 博 史

あけましておめでとうござい
 ます。

当協会加入者の皆様をはじめ、
 ご家族、関係者の皆様方には、爽
 やかな新年をお迎えのこととお慶
 び申し上げます。

旧年中は当協会の業務運営にご
 理解・ご協力を賜り厚く御礼申し
 上げます。

協会けんぽは昨年10月1日で旧
 政府管掌健康保険業務を引き継い
 で発足して10年を迎えました。そ
 の間急速に進展する少子・高齢化、
 医療費の増大、国家財政への影響、
 現医療保険制度の将来像など様々
 な問題提起がなされその対策のた
 め政府では社会保障制度全般に関
 して数多くの制度改革が実施され
 てきました。

こうしたなか、当協会では基本
 使命である「加入者の健康増進を
 より一層図るとともに、良質かつ
 効率的な医療を享受できるように
 すること」を目指して、現在展開
 中の第4期保険者機能強化アク
 ションプラン、第2期データヘル
 ス計画を本年も着実に推進してま
 いらいます。

また「健康長寿おきなわの復活」
 に向けて企業ぐるみで健康づくり
 に取り組む「福寿うちなぐ健康宣
 言」事業所の拡大を関係先とも連
 携して取り組んでまいります。

本年もよろしくお願い申し上げ
 ます。
 皆様のご健勝とご多幸を祈念申
 しあげまして新年のご挨拶といた
 します。

＼年金事務所からのお知らせです。／

新成人のみなさん



20
歳から

国民年金

日本に住む20歳から60歳未満のすべての人は国民年金に加入し、保険料を納めることになっています。

加入するかしないかは、
本人の自由でしょうか？

いいえ。加入して納付することは義務です。

国民年金は、**20歳以上60歳未満の日本国内にお住まいの全ての方**が加入することが法律で義務付けられています。

保険料を納めていない人が多いので、年金制度は破綻してしまうのではないかと指摘がありますが

「国民年金の給付率が6割」と報道されたことで多くの方が誤解されています。実際は、厚生年金、国民年金、共済年金を合わせた公的年金加入者全体の約95%の人がきちんと保険料を納付しています。

加入手続きはどこで行うの？

国民年金の加入手続きは、お住まいの市役所・町村役場の国民年金担当窓口または年金事務所でお手続きください。

毎月の保険料はいくら？

国民年金の保険料は、月額**16,340円**（平成30年度）です。

保険料が割引される前納制度もあります。月額400円の付加保険料をプラスすると、年金が増える制度もあります。お支払いは口座振替が便利で、50円が割引される早割制度もあります。詳しくは、年金事務所にお問い合わせください。

毎月16,340円は払えない…
そんなときはどうすればいいの？

学生納付特例制度や納付猶予制度など保険料の支払いを猶予する制度をご利用ください。

学生納付特例制度は、学生の方が申請できます。納付猶予制度は50歳未満の方が申請できます。詳しくは、年金事務所にお問い合わせください。

お問い合わせ先は
各年金事務所の国民年金課です。
(自動音声案内2番→2番)

那覇 098-855-1111

浦添 098-877-0343

コザ 098-933-2267

名護 0980-52-2522

平良 0980-72-3650

石垣 0980-82-9211

＼協会けんぽ沖縄支部からのお知らせです。／

協会けんぽ加入の事業所様へ

沖縄県内約 2,000 社以上にご登録者がいます

健康保険委員を募集しています！

協会けんぽ沖縄支部では、健康づくりや従業員からの相談対応、広報誌の回覧などにご協力いただき、事業所の皆様と協会けんぽを結ぶパイプ役としてご活躍いただける「健康保険委員」を募集しております。

健康保険委員のメリットは？

- ・「健康保険の事務手続き」(テキスト)を差し上げます！
- ・健康保険委員向け研修会にご参加いただけます！
- ・制度改正など最新の情報を随時ご提供します！
- ・会費等は無料です！

応募対象となるのは？

健康保険事務ご担当者様
(事業主様もご応募可)
(複数名ご応募いただいても構いません)

健康保険委員について、詳しくは協会けんぽ沖縄支部ホームページをご覧ください。

平成30年度 健康保険委員表彰を行いました

健康保険事業の推進・発展のためにご尽力いただき、健康保険委員としての功績が特に顕著と認められた方々に対して、表彰させていただきました。被表彰者の皆様をご紹介します。

沖縄支部長表彰

※順不同

具志 悦子 様 株式会社和高建設工業	宮里 智美 様 長嶺電機株式会社	謝敷 千恵子 様 株式会社リウデン	大城 みさの 様 株式会社金城電気商会
大城 和美 様 社会福祉法人高洋会 指定介護老人福祉施設陽明園	新垣 真奈美 様 沖縄市管工事協同組合	兼本 ユミ 様 合名会社産経タクシー	多良間 聡 様 合名会社 宮古港運海貨センター

＜ 健康保険委員に関するお問い合わせ先 企画総務グループ ☎098-951-2246 ＞

「医療費のお知らせ」 をお送りします

協会けんぽでは、加入者の皆様に、受診された医療機関や医療費の確認をしていただくとともに、健康の大切さについて関心を高めていただくことを目的として、年に1回お勤めしている事業所を通じて「医療費のお知らせ」をお渡ししています。

送付時期

平成31年1月中旬

対象となる期間

平成29年11月から平成30年9月までの診療分が対象となります。

内 容

診療を受けた方の氏名、診療月、診療日数、医療機関名、医療費の額などが記載されています。

送付方法

被保険者ごとにお勤め先へ「親展」で送付します。開封せずに被保険者の方へお渡しいただきますようお願いいたします。

「医療費のお知らせ」イメージ

診療を受けた方	診療月	診療日数	医療機関名	診療費(円)	自己負担額(円)	自己負担率(%)	自己負担額(円)	自己負担率(%)
具志 悦子	29	1	長嶺電機株式会社	2,500	2,500	100%	2,500	100%

＜ 医療費のお知らせに関するお問い合わせ先 レセプトグループ ☎098-951-2285 ＞

＼協会けんぽ沖縄支部からのお知らせです。／

退職後の健康保険加入のご案内

退職後の健康保険は、「健康保険任意継続」「国民健康保険」「ご家族の健康保険の扶養」の3つの健康保険から選択することになります。

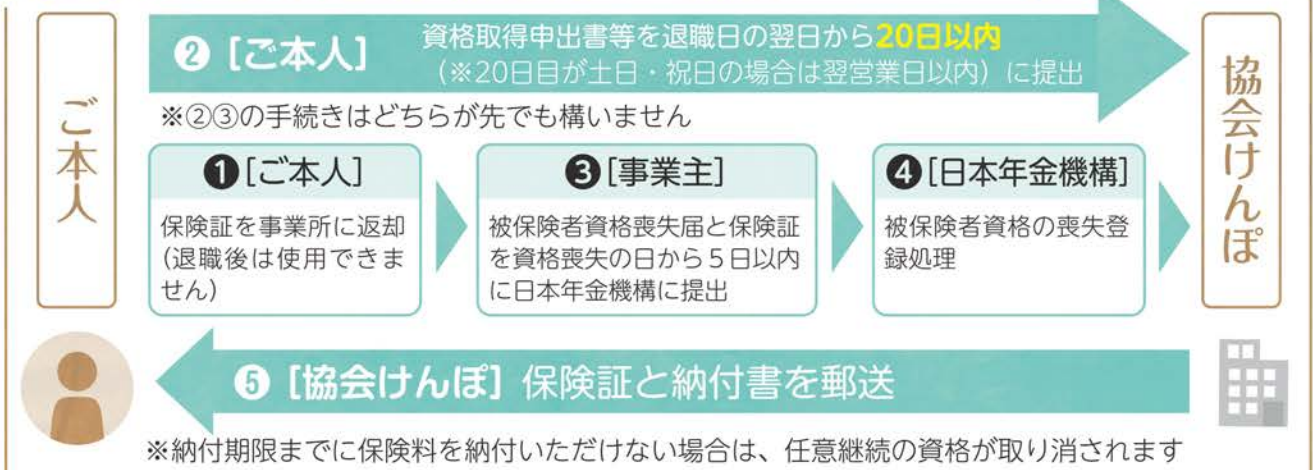
毎月納める保険料の金額等を比較のうえ、選択された健康保険の加入手続きをお願いします。

※健康保険組合または共済組合に加入している方の任意継続については、ご加入の組合にお問い合わせください。

加入先	協会けんぽの健康保険任意継続	国民健康保険	ご家族の健康保険(被扶養者)
手続き先	お住まいの協会けんぽ都道府県支部	お住まいの市町村役場の国民健康保険担当課	ご家族の勤務先
加入条件	<ul style="list-style-type: none"> ●退職日まで継続して2ヶ月以上の被保険者期間があること ●退職日の翌日から20日以内に手続きすること(郵送の場合は必着) 	お住まいの市町村役場の国民健康保険担当課にお問い合わせください	扶養の条件を満たしている必要がありますのでご家族の勤務先にお問い合わせください
保険料	<p>退職時に控除されていた健康保険料の2倍の額</p> <p>※保険料には上限があります(標準報酬月額28万円の保険料が上限となります)</p> <p>※お住まいの都道府県の保険料率が適用になることから、2倍の金額にならない場合があります</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●加入する世帯の人数や前年の所得などによって決まります ●保険料の減免制度があります ●お住まいの市町村役場で保険料が異なります ●保険料は、原則、毎年度変更になります 	被扶養者としての保険料負担は原則ありません

郵送の場合は、必ず**20日以内**に到着するようにご注意ください。

任意継続の保険証が届くまでの流れ



②の任意継続の手続きが済んでいても、③および④の処理がされていないと**任意継続の保険証を交付することができません。**



<<任意継続に関するお問い合わせ先 業務グループ ☎098-951-2282 >>



全国健康保険協会 沖縄支部
協会けんぽ

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)



＼年金事務所からのお知らせです。／

社会保険関係事務の調査結果について（中間報告その2）

1 資格取得関係

（紙面の都合上、上記につきましては、平成30年11月号の6ページに掲載しています。）

2 報酬月額関係

(1) 資格取得時の報酬訂正

- ①資格取得届の報酬月額欄に記載する金額に残業手当の見込額が加算されていない。
- ②資格取得届の報酬月額欄に記載する金額に通勤手当が加算されていない。
→上記の①、②は取得時に遡って報酬額を訂正していただきました。

(2) 月額変更届のもれ

- ①入社当初は通勤手当がなかったが、数ヶ月後に通勤手当が支給されるようになり、支給されてから3ヶ月間の平均額による標準報酬月額の等級が従来の等級と2等級以上の差があったにもかかわらず月額変更届を提出していない。
(通勤手当額の変更は、固定的賃金の変動となります。)
- ②日給制から月給制に変更になり、その後の3ヶ月間の平均額による標準報酬月額の等級が従来の等級と2等級以上の差があるにもかかわらず月額変更届を提出していない。
(給与体系の変更も月額変更の対象になります。)
- ③月給(基本給)が〇〇円アップしたが、基本給だけで3ヶ月平均したため従来の等級と2等級の差が生じず月額変更届を提出していない。
(平均額を見るときは、基本給などの固定的賃金だけではなく総支給額の平均となります。)
→上記①～③は該当月に遡及して月額変更届を提出していただきました。

(3) 算定基礎届

- ①総支給額ではなく、通勤手当控除後の金額を算定基礎届に記載していた。
- ②チェックもれや見誤り等のため、算定基礎届に記載した報酬額と賃金台帳の金額が相違していた。
- ③未メで翌月払いの事業所で、4月、5月、6月に支給した金額とすべきところを、月分給与として翌月の5月、6月、7月に支給した額を掲載していた。

3 その他

(1) 賞与支払届

年末に臨時的に年末手当として〇万円から〇万円が支給されていたが、名称が賞与ではなかったことから賞与支払届が提出されていなかった。
→労務の対象として年3回以下支給されるものは名称に関係なく賞与として取扱いますので2年前に遡及して賞与支払届を提出していただきました。

(2) 二以上勤務届

2箇所以上の事業所から給与が支給されているにもかかわらず、「二以上勤務届」が提出されていなかったため、2箇所以上の給与が支給された時に遡って「二以上勤務届」を提出していただきました。

窓口の混雑緩和のためにも、郵送での提出にご協力くださいますようお願いいたします。

郵送での
提出先

〒812-8579 日本年金機構 福岡広域事務センター宛
※郵便番号と宛名を記載するだけで届きます。

お問い合わせ先は、各年金事務所の

適用調査(徴収)課です。自動音声案内「3→2」

那覇 098-855-1111

浦添 098-877-0343

コザ 098-933-2267

名護 0980-52-2522

平良 0980-72-3650

石垣 0980-82-9211

★届出書類の郵送での提出先 〒812-8579 福岡県福岡市博多区榎田1-2-55 AP榎田ビル 日本年金機構 福岡広域事務センター宛



column 食と健康

うえはら なるみ

上原 成未

プロフィール

沖縄県糸満市生まれ、糸満育ち。

2007年～2016年までの9年間、病院管理栄養士として福岡・沖縄で経験を積み、2016年4月により地域に身近な管理栄養士を目指し独立。ハピネスライフ（健康・栄養サポート事業）を立ち上げ、講演活動、食育セミナー、調理師学校講師、いらはクリニック専任管理栄養士として活動中。

また、今年度から“つくる”を“暮らしに”をテーマに掲げた「Who made it? さしすせそproject」に携わり、塩づくりや黒糖づくり体験などとおして、塩づくり職人や無農薬栽培の農家と、繋がりが・つくり・暮らしに取り入れるきっかけづくりを行なっている。

「人を良くする＝食」

生きるチカラのメカニズム。

食べかた工夫で基礎代謝アップ。

よく耳にする基礎代謝

基礎代謝ってなんだろう？

基礎代謝とは、人間が生きる上で必要な生命活動そのもののことです。脳や心臓などが動いたり、体温を維持したりするのに必要な機能。基礎代謝の量はエネルギーで表されます。食事などで体に取り入れたものから栄養を吸収し、その栄養が血液によってカラダの隅々にまで運ばれることで、人間の約60兆もの細胞は日々活動しています。つまり、基礎代謝を高めるといことは、健康な体づくりの第一歩に欠かせないことです。

基礎代謝をあげるメリット

仮に、身長と体重が全く同じ人がふたりいるとします。1人は筋肉が多くて代謝が高い人、もうひとり脂肪が多く代謝が低い人です。このふたりは、同じものを同じ分量食べても、消費するエネルギーや栄養の届き方に差が生まれます。つまり、基礎代謝が上がれば、食事から摂取したエネルギーが消費されやすく、栄養がきちんと体内に行き届いて、排泄するチカラも上がります。

食材の選び方や調理の仕方、食べる順番を変えるだけでも基礎代謝をあげることができます。これは嬉しいですね。

基礎代謝をあげる生活の提案

朝起きたら、カーテンを開けて朝日を浴び、体内時計をリセット。

深呼吸をして朝の新鮮な空気をカラダの中に取り入れましょう。部屋の空気をよくするのと同じように、自分のカラダの気の巡りを良くしましょう。

コップ1杯の水を飲みましょう。朝のカラダは砂漠状態。砂漠に綺麗な水をそそぐように、カラダに新鮮な水をそそぎましょう。カラダの中に綺麗な川(血流)が流れ始めます。

新鮮な生の野菜や果物からフレッシュなビタミンを取り入れ、カラダの調子を整えましょう。

食事が入る準備ができたなら、ごはんやお魚などを、ゆっくり良く噛んで、腹八分目がちょうど心地よいのを感じながら美味しく食べましょう。

そして、食事の時は大切な家族や仲間とともに「美味しいね」を共有しましょう。そうすると脳内から幸せホルモンが分泌されます。

食はココロもカラダも育みます。

ぜひ大切な方々とともに、大切な自分自身のココロとカラダのために、「人を良くする＝食」を楽しんでください。

皆さんの食卓に笑顔と健幸が広がることを願っております。

社会保険協会セミナーのご案内

待ったなし! 「働き方改革」

“長時間労働の是正”、“多様な働き方”、“公正な待遇（同一労働・同一賃金）”が求められています。「働き方改革関連法」改正の背景と改正スケジュール、罰則が適用される事項についてわかりやすくお伝えします。

地区	実施日	会場	定員
① 北部	2月5日(火)	ホテル ゆがふいんおきなわ(名護市宮里453-1)	30名
② 中部	2月19日(火)	ラグナガーデンホテル(宜野湾市真志喜4-1-1)	30名
③ 那覇	3月12日(火)	ザ・ナハテラス アダンB(那覇市おもろまち2-14-1)	30名
④ 平良	3月5日(火)	ホテル アトールエメラルド宮古島(宮古島市平良字下里108-7)	30名
⑤ 石垣	3月19日(火)	アートホテル石垣島 西表の間(石垣市大川559)	30名

実施時間：各会場 13：30受付～ 14：00開始～ 16：00終了

対象者

「働き方改革」と「採用・退職時の社会保険事務」を学びたい方

参加費

会員事務所の方は、2名まで無料です。
非会員事務所および会費未納事業所の方は、1名3,000円です。

申込方法

下記申込書より所定事項を記入のうえ、FAX又はEメールでお申し込みください。

申込締切

各会場、予定定員に達し次第（先着順）締め切りとさせていただきます。

お問合せ

一般財団法人 沖縄県社会保険協会 (Tel 098-861-2681)
〒900-0031 那覇市若狭 1-3-2 タカダ若狭ビル 501 号

お申込先

FAX 098-861-2682
E-mail : okisyakyo@ryucom.ne.jp



講師

特定社会保険労務士
キャリアコンサルタント
産業カウンセラー

比嘉 正人氏

社会保険協会セミナーの参加申込書

※参加希望「日時」「会場」をご確認のうえ、□に✓印をつけてください。

参加希望会場 ①北部(2/5) ②中部(2/19) ③那覇(3/12) ④平良(3/5) ⑤石垣(3/19)

事業所名

事業所整理番号 ・ 事業所番号

参加者名

会員

会員

非会員

非会員

〒連絡先(職場・自宅)

TEL() -

◎この申込書にご記入いただきました個人情報は、当講習会以外には使用いたしません。

詳しくはWEBで!

沖縄県社会保険協会

検索



突然ですが皆さん、今日の「幸せな出来事」をいくつか答えられますか？

一つも思い浮かばなかったという方もいたのではないのでしょうか。それは今皆さんと一緒に働いている職員の皆さんも同じかもしれません。日々の仕事や家事に追われ、些細な幸せを見落としがちです。全ての仕事に当てはまることですが、相手を幸せにするためには、まず自分が幸せであることが大切です。一人ひとりが幸せであれば、おのずと働く環境も良くなっていきます。日々幸せであることを感じられるよう、まずは試みに職員の皆さんから「幸せエピソード」を聞いてみてはいかがでしょうか。幸せを再確認するだけでなく、それぞれの思考や感情、価値観や論理観といった“潜在意識”を共有でき、チームがより団結出来るようになります。些細なことでも構いません、毎日の「幸せ」だと思った瞬間を振り返ってみましょう。

さて職員の皆さんが幸せになったら、次は「幸せな施設」にするには、一体どのようにしたらよいのでしょうか。「幸せな施設」には“①関係の質”“②職員の質”“③入居者の質”の3つの質の向上が重要となります。それぞれの質を少し解説していきましょう。

① 関係の質の向上

- ・生産性が高い、成功するチームには「心理的安全性」がある。(Googleの労働改革プロジェクトで証明されている)※心理的安全性…本来の自分をさらけ出せる雰囲気や環境のこと
- ・他人は変えられない。関係を変える。
- ・「違い」を楽しむ。間違いの「間」を取る。怒りのメカニズム(怒りは段階を踏んで発生する)や男脳女脳の違い(男性は問題解決を重視し、女性は共感や感情を重視している)を理解する。

- ・もつれた糸は、ほどよい距離と時間が癒してくれる。人間関係を良くするには、コミュニケーションの量を増やす。(挨拶、雑談など)
- ・「返報性の法則」を知る(好意には好意で返し、悪意には悪意で返してしまうのが人間の心理)

② 職員の質の向上

- ・笑顔の金メダルを贈る
- ・すなおに聴く・訊く
- ・おもてグチ、かげ褒めなどが大事だとされています。

③ 入居者の質の向上

- ・人生観を持っている(「どう生きたいか」「どのように最期を迎えたいか」など)
- ・感謝の気持ちを持っている(とくに祈りはオキシトシンを増やし、癒しや免疫力・修復力の向上にも繋がる)

この3つの質の中で、とくに大きな影響を及ぼすものは“①関係の質”です。職員同士の関係性や職員と入居者の関係性が良い施設は、その良さが外にも伝わります。そして職員と入居者の双方が日々「幸せ」を感じられる環境こそが、「幸せな施設」の在り方になるのではないのでしょうか。

このコラムを読んでいただいている皆さんには、今一度ご自身や身の回りに目を向けてみていただきたいです。良い関係性を築けていますか？職員や入居者から「幸せ」は感じられますか？今まで述べてきたことは、今すぐ実践できるものばかりなので、皆さんがいつまでも笑顔でいられるよう、今日からほんの少し意識を変えて行動してみてもいいのではないでしょうか？



働く人のための「笑顔」の介護

～幸せを生み出す「介護」とは？～

介護支援専門員/介護福祉士 諸見里 安知氏

column 笑顔の介護

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。

1月4日(金)、11日(金)、18日(金)、25日(金)

2月1日(金)、8日(金)、15日(金)、22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





介護セミナーのご案内

働く人のための「笑顔」の介護

～介護する人の心の健康とケアの質を問う～

会員事業所の方は
2名まで参加
が無料です。

1. 介護施設の生活で「元気になる人・元気がなくなる人」
「笑顔」の介護（返報性の法則、笑顔のキャッチボール）

2. 2025年問題と

「こころのあり方」が地域を変える（できる事を繋ぎ合わせる地域づくりと
CSW コミュニティソーシャルワーカー）

3. 私も年をとる

私も年を撮ることに気づく、自覚する（老いをかっこよく生きる為の心構え）



講師
諸見里 安知氏

1988年3月
日本福祉大学 社会福祉学部 卒業

[免許・資格]
●介護支援専門員 ●介護福祉士

2月7日(木) 沖縄リゾートホテルラグナガーデンホテル
沖縄県宜野湾市真志喜4-1-1

2月12日(火) ザ・ナハテラス
沖縄県那覇市おもろまち2-14-1

各会場受付/13:30 ■講演/14:00～16:00 (定員に達し次第、締切とさせていただきます。)

お申込先 下記の申込書に所要事項を記入のうえ、FAX、または電話、Eメールにてお申し込みください。

お問合せ TEL 098-861-2681 **FAX 098-861-2682**

E-mail: okisyakyo@ryucom.ne.jp

介護セミナー参加申込書

【FAX番号: **098-861-2682**】

※参加希望「日時」「会場」をご確認のうえ、□に✓印をつけてください。

参加会場 □ ①ラグナガーデンホテル (2/7) □ ②ザ・ナハテラス (2/12)

事業所名

参加者名

会員
非会員

会員
非会員

〒連絡先(職場・自宅)

TEL () -

※会員事業所の職員の方は、2名まで参加費が無料です。 ※非会員の方は、参加費が3,000円です。

※この申込書にご記入いただきました個人情報は、当講習会の運営およびそれに関するご連絡・ご案内以外には使用いたしません。

詳しくはWEBで!

沖縄県社会保険協会

検索

