



料金後納

ゆうメール

社 会 保 険 協 会 だ よ り

# おかやま

Vol. **16**  
平成27年8月

<http://www.okayamashakaihokenkyokai.or.jp/>

S H A K A I H O K E N K Y O K A I

- 協会けんぽ岡山支部からのお知らせ
- 「わたしと年金」エッセイ募集中
- 第8回 年金シニアライフセミナー
- ウォーキング&ボウリング開催のご案内
- 第26回 社会保険 ボウリング岡山県大会



# 協会けんぽ岡山支部からのお知らせ

## 協会けんぽ岡山支部の取組みについて

協会けんぽでは、保険者機能を強化し、健診や保健指導などの予防事業や、医療費等の適正化に向けた取組みを総合的に推進しています。加入者の皆さまもご協力をお願いします。

### ジェネリック 医薬品の使用促進

- ・ **協会けんぽ** 服用するお薬をジェネリック医薬品に切り替えた場合の自己負担の軽減額をお知らせしています。
- ・ **加入者の皆さま** お知らせした 4人に 1の方がジェネリック医薬品に切り替えました。切り替えによる医療費の軽減額：平成26年度第1回目全国約84.3億円、岡山約1.5億円(年間推計)

### 健診・ 保健指導

- ・ **協会けんぽ** 加入者の皆さまの健康を守るため、健診や保健指導に取り組んでいます。
- ・ **加入者の皆さま** 病気の早期発見・早期治療、適度な運動、バランスのとれた食事により、健康を保持、増進しましょう。

### 扶養家族の 再確認

- ・ **協会けんぽ** 今年度も皆さまのご家族が扶養家族の要件を満たしているかどうかを再確認いたしました。
- ・ **加入者の皆さま** 平成27年度も扶養家族の再確認業務にご協力いただきありがとうございました。被扶養者から除かれた人：平成26年度全国約6.9万人、岡山1,521人、削除による効果：平成26年度全国約34億円、岡山7,500万円(高齢者医療制度への負担軽減額)

### 医療費適正化・ 経費削減

- ・ **協会けんぽ** 医療機関から誤った保険請求がなされていないか点検しています。効果額約294億円(平成25年度実績) 事務経費の削減に取り組んでいます。

### 健康保険の 正しい利用

- ・ **協会けんぽ** 審査の厳格化等により、不正受給の防止を図っています。
- ・ **加入者の皆さま** 軽い症状で休日・夜間に救急外来を訪れる「コンビニ受診」は避けて、地域の救急電話相談(＃8000)の利用を考えましょう。また、日常的な肩こり・筋肉疲労の柔道整復(接骨院)の施術、業務上の病気・ケガでは、健康保険は使えません。

このページに関する  
お問い合わせ先

全国健康保険協会 岡山支部  
〒700-8506 岡山市北区本町 6-36 第一セントラルビル 8階  
電話番号 086-803-5781  
(<http://www.kyoukaikenpo.or.jp/shibu/okayama/>)

協会けんぽ岡山

検索

## 日本年金機構からのお知らせ

平成  
27年度

# 「わたしと年金」エッセイ募集

あなたと公的年金のエピソードをお聞かせください。

### －応募要項－

#### ●応募作品

- ・あなたと公的年金制度をテーマにしたエッセイ。  
公的年金の大切さ、あなたや身近な方と公的年金とのかかわり、公的年金についてのあなたの考えなど、なんでも結構です。
- ・日本語で1,000～2,000文字以内。
- ・氏名、氏名ふりがな、年齢、性別、住所、電話番号、職業または所属(会社名、学校名等)を明記してください。
- ・内容は応募者本人が創作したもので、未発表のものに限ります。
- ・応募作品は返却しません。

#### ●賞

- ・優秀な作品の応募者には、表彰状の授与並びに記念品を贈呈します。



- ・受賞作品は日本年金機構ホームページに全文を掲載する(1月下旬予定)他、日本年金機構が発行する刊行物への掲載等を行います。
- ・受賞作品の著作権は日本年金機構に帰属します。

#### ●応募資格

一般、学生・生徒(中学生以上)

#### ●応募締切

2015年9月18日(金)

締切日消印有効

#### ●提出先・お問い合わせ先

(郵送で提出する場合)

〒168-8505 東京都杉並区高井戸西3-5-24

日本年金機構サービス推進部

サービス推進グループ

「わたしと年金」担当まで

電話番号:03-5344-1100(代表)

詳しくは日本年金機構ホームページを

ご覧ください

平成27年 わたしと年金 エッセイ 検索

主催 日本年金機構

後援 厚生労働省 文部科学省



### 第8回

## 年金シニアライフセミナーの開催について

退職後の人生をより充実したものとして考えている方は多いと思います。

健康を守る医療保険、生活資金となる年金、それらをベースにしたライフプランの立て方等について学ぶ場を提供し、退職後の生活設計の参考にさせていただくことを目的として、今年もセミナーを開催いたします。



具体的には次の構成になっています。・社会保険について(医療と年金)・ライフプランと生きがい・家庭経済プラン  
いずれも、退職後の生活を充実したものとするために重要な事柄です。配偶者の方と一緒に専門講師の話を聞いて、これからの生活についてご家庭で話し合ってみませんか。

日時 平成27年11月26日(木)午後1時～4時30分まで

申込締切

平成27年9月30日 必着

場所 岡山市北区下石井2-6-41 ピュアリティまきび

申込先

岡山市北区昭和町12-7 岡山西年金事務所

募集人員 80名

受講料

無料

申込方法 下の様式によりファックス又は郵送で。  
定員に達し次第締め切ります。

\*受講者には11月初旬に受講票を送ります。

主催：岡山県社会保険委員連合会 共催：岡山県内6年金事務所 一般財団法人全国社会保険共済会 全国社会保険委員会連合会 一般財団法人岡山県社会保険協会

### 年金シニアライフセミナー参加申込書

(必要事項が記載されていれば、この様式でなくてもかまいません。)

健康保険記号番号	氏名		生年月日	住所・電話番号	どちらかに○をしてください
	本人		昭 年 月 日	(〒 - )	社会保険委員 被 保 険 者
	配偶者 (同時受講希望の場合)		昭 年 月 日	電話 ( )	
事業所名			所在地 (〒 - )		
電話番号					

INFORMATION

# ウォーキング&ボウリング 開催のご案内

各支部では、被保険者と被扶養者の健康づくりの増進と親睦を図るため、「ウォーキング」「ボウリング」大会を開催します。申込方法等、詳細につきましては、該当地区に同封の折込チラシをご覧ください。

支部名	種類	日時	場所	備考
岡山東	ボウリング	平成27年 8月29日 (旭東地区) 平成27年10月25日 (旭西地区) 平成27年11月 8日 (西大寺・瀬戸内地区) 平成27年11月15日 (東備地区)	両備ボウル 両備ボウル コーシンボウル コーシンボウル	申込終了
	ウォーキング	平成27年10月18日	因島 島内	
岡山西	ボウリング	平成27年10月25日 (岡山西支部)	宇野港ボウル	
	ウォーキング	平成27年11月15日	米子 彫刻ロード周辺	
倉敷東	ボウリング	平成27年11月29日午後 (倉敷東支部)	サンフラワーボウル	
	ウォーキング	平成27年11月 1日	世羅高原	
倉敷西	ボウリング	平成27年11月29日午前 (倉敷西支部)	サンフラワーボウル	
津山	ボウリング	平成27年10月 4日 (津山地区) 平成27年10月 9日 (勝英地区)	ユーズボウル津山 ゆのごうボウル	
	ボウリング	平成27年 9月27日 (高梁地区) 平成27年 9月13日 (新見地区)	サンフラワーボウル ボウルまにわ	
高梁	ボウリング	平成27年 9月27日 (高梁地区) 平成27年 9月13日 (新見地区)	サンフラワーボウル ボウルまにわ	
	ウォーキング	平成27年10月 4日	米子 美水の郷	

## 第26回 社会保険 ボウリング岡山県大会

上記予選を勝ち抜いたチームにより、岡山県大会を開催します。支部(地区)大会にふるってご参加ください。

**とき** 平成28年1月24日(日)10:00スタート

**ところ** サンフラワーボウル中庄店  
(倉敷市松島1177)

**主催** 一般財団法人 岡山県社会保険協会

### 1 参加資格

- ① 適用事業所ごとに編成されたチームで1事業所2チームまでとし、1チームで3名をもって編成、45歳以上の選手、または女子選手1名を含めるものとする。(各支部予選を勝ち抜いたチームであること。)
- ② 参加選手は、県大会開催の前日まで、引き続き2ヶ月以上健康保険の被保険者であり、大会当日も被保険者であること。

### 2 参加費用

1チーム 2,000円(当日受付)

### 3 競技方法

- ① 選手1名3ゲームとし、合計9ゲームトータルピンで団体戦の順位を決定する。
- ② 個人賞は個人のトータルピンにより決定する。
- ③ 女子選手については、1ゲーム15ピンのハンディをあたるものとする。
- ④ 投球はヨーロッパ方式とし、トータルピンが同一の場合はJBCルールを適用し、その他は正規ルールによる。

### 4 表彰

団体・個人共に第5位までとする。

## 11月30日は「年金の日」です!

厚生労働省と日本年金機構は、「国民一人一人「ねんきんネット」等を活用しながら、高齢期の生活設計に思いを巡らしていただく日」として、11月30日(いいみらい)を「年金の日」とし、

- 「ねんきんネット」等を利用して年金記録や年金受給見込額を確認していただくこと
- 高齢期に備え、その生活設計に思いを巡らしていただくこと

を呼びかけています。

詳しくは、厚生労働省のホームページをご覧ください。《ホーム>政策について>分野別の政策一覧>年金>年金・日本年金機構関係》



**重要**

スッキリわかる社会保険制度説明会からのお知らせ

10月7日のイオンモール(午前の部)会場の入り口は市役所筋側「東Bバス停側入口」のみです。ご注意ください。

事業を実施する全ての費用は、年1回、事業主の皆様より協力をいただいております社会保険協会費が唯一の財源です。