

社会保険協会 だより

Vol. **39**

令和5年4月

# おokayama

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

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

- 保養施設助成(割引)のご案内
- 口座振替のご案内
- スッキリわかる社会保険制度説明会
- 優待サービスのご案内



# 令和5年度版社会保険事務便覧をお送りしました。ご活用ください。

本年度(令和5年4月～令和6年3月)も協会費につきましてご理解とご協力をお願いいたします。  
新たに会員になられた場合は順次お送りします。



## 健康づくり事業

# ウォーキング大会・ボウリング大会のご案内

皆さまの「心と体の健康づくり」を応援するためウォーキング大会、ボウリング大会を実施しています。

※お申し込み方法等の詳細は、「社会保険協会だよりおかやま」8月号(同封チラシ)、1月号をご覧ください。

### ウォーキング大会



#### 本部

毎年4月中旬以降に実施しています。県内の各所、約10キロの行程で史跡と自然を歩きます。

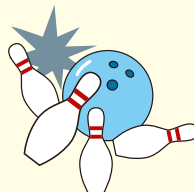
#### 支部

毎年秋にバスで県内外に出かけてウォークを行います。約10キロの行程です。

#### 対象

会員事業所の被保険者、被扶養者の方が対象です。  
職場の健康づくりにお役立てください。  
※昼食付き

### ボウリング大会



夏から秋に行われる各地区・支部での事業所対抗の予選大会を行います。予選を勝ち抜いたチームにより1月には岡山県大会を行います。

参加賞・賞品あります!!

## 優待サービスのご案内

一般社団法人全国社会保険協会連合会が全国の社会保険協会の会員事業所のために優待契約をしています。  
ご出張、ご旅行にお気軽にご利用ください。詳しくはホームページをご覧ください。



### レンタカー

タイムズカーレンタルの優待サービスです。会員事業所専用ページから予約していただいた場合、通常料金の25%OFFで利用することができます。

### 保養・宿泊施設

以下の施設が優待料金でご利用いただけます。

優待内容をホームページでご覧になるために「パスワード」が必要な場合や、利用時に「施設利用会員証」が必要な施設があります。必要な方は、ホームページ内にある「パスワード問合せ用紙」「施設利用会員証申込書」をFAXにてお申し込みください。

施設名	パスワード	施設利用会員証の提示
船員保険会所有施設	不要	要
ホテル法華クラブグループ	不要	要
高輪・品川プリンスホテルグループ	要	不要
プリンスホテル優待プラン	要	ホテル宿泊: 要 ゴルフ・アミューズメント: 不要
湯快リゾート	不要	要
亀の井ホテルグループ	不要	要
HM1 ホテルグループ	要	不要
クアアンドホテルグループ	不要	要
その他の施設(宿泊施設)	不要	要
その他の施設(日帰り施設)	不要	要

○すべての事業や広報誌はホームページに掲載しています。 <https://www.okayamashakaihokenkyokai.or.jp/> 岡山県社会保険協会

検索



事業を実施する全ての費用は、年1回、事業主の皆様よりご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。



## 第10回(令和5年度)スツキリわかる社会保険制度説明会申込書

対象	会場番号	開催日	時間帯	会場名	場所	募集定員	P 駐車場	申込締切日
初任者	1	令和5年5月16日(火)	午後	倉敷市芸文館 2階 202会議室	倉敷市中央1-18-1	60名	有料	5月8日 (月)
	2	令和5年5月17日(水)	午後	ライフパーク倉敷市民学習センター 1階 視聴覚ホール	倉敷市福田町古新田940	48名	無料	
	3	令和5年5月19日(金)	午前	岡山国際交流センター 8階 イベントホール	岡山市北区奉還町2-2-1	88名	なし	
	4	令和5年5月19日(金)	午後	岡山国際交流センター 8階 イベントホール	岡山市北区奉還町2-2-1	88名	なし	
	5	令和5年5月23日(火)	午後	倉敷市芸文館 2階 202会議室	倉敷市中央1-18-1	60名	有料	
	6	令和5年5月24日(水)	午後	ライフパーク倉敷市民学習センター 1階 視聴覚ホール	倉敷市福田町古新田940	48名	無料	
	7	令和5年5月25日(木)	午後	グリーンヒルズ津山リージョンセンター 1階 ペンタホール	津山市大田920	120名	無料	
	8	令和5年5月29日(月)	午後	岡山国際交流センター 7階 多目的ホール	岡山市北区奉還町2-2-1	48名	なし	
経験者	9	令和5年8月22日(火)	午前	倉敷市芸文館 2階 202会議室	倉敷市中央1-18-1	60名	有料	5月26日 (金)
	10	令和5年8月22日(火)	午後	倉敷市芸文館 2階 202会議室	倉敷市中央1-18-1	60名	有料	
	11	令和5年8月23日(水)	午後	高梁総合文化会館 2階 レクチャールーム	高梁市原田北町1212	60名	無料	
	12	令和5年8月24日(木)	午後	ライフパーク倉敷市民学習センター 1階 大ホール	倉敷市福田町古新田940	140名	無料	
	13	令和5年8月28日(月)	午後	グリーンヒルズ津山リージョンセンター 1階 ペンタホール	津山市大田920	120名	無料	
	14	令和5年9月5日(火)	午後	旭川荘研修センターよしい川 2階 中研修室	岡山市東区西大寺浜610	64名	無料	
	15	令和5年9月7日(木)	午前	イオンモール岡山 5階 おかやま未来ホール	岡山市北区下石井1-2-1	240名	2H無料	
	16	令和5年9月7日(木)	午後	イオンモール岡山 5階 おかやま未来ホール	岡山市北区下石井1-2-1	240名	2H無料	

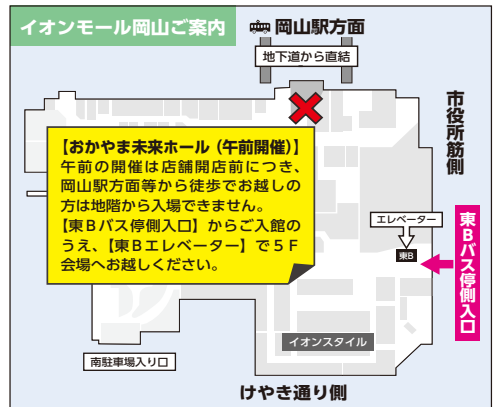
●午前の部 9:30~12:30 (受付開始 9:15~) ●午後の部 13:30~16:30 (受付開始 13:00~)

**主な説明内容** 初任者(制度全般の基礎的事項、標準報酬月額の設定決定と随時改定、制度改正点)  
経験者(事務手続き上の注意点、退職時の手続き、制度改正点)

- 留意事項**
- 初任者と経験者の両方に申込み可能ですが、両方を合わせて1事業所につき延べ4回(4名)までとします。
  - 申込み後、当協会から特に連絡がない場合は、直接会場にお越しください。
  - 申込み多数の場合は先着順となります。
  - 感染防止対策に関する留意事項を、当協会ホームページに掲載しますので、来場前に必ず確認してください。
  - 受講日には申込書のコピー(写し)をご持参ください。**

**参加費用** 無料(ただし、非会員事業所の方は1名(1回)につき3,000円)

**申込・問合せ** 〒700-0032 岡山市北区昭和町12番15号 電話(086)253-8170 FAX(086)253-8190  
一般財団法人 岡山県社会保険協会



下記事項を記入のうえ、FAXでお申込みください

事業所整理記号(例:01ライカ 又は 岡をいか)	郵便番号	—				(注) 申込みは、1~16会場合わせて延べ4回(4名)までです。
	所在地					
※	会員	非会員	事業所名			
TEL			FAX			
希望会場番号	氏名	性別	希望会場番号	氏名	性別	
	フリガナ	男 女		フリガナ	男 女	
希望会場番号	氏名	性別	希望会場番号	氏名	性別	
	フリガナ	男 女		フリガナ	男 女	

※必須「会員(会費納付事業所)」または「非会員」のいずれかを○で囲んでください。



INFORMATION

DVD 無料貸出

健康づくり・生活習慣病予防など、DVDを取り揃えております。

社内研修用 社内研修・休憩時間などにご利用ください。

申込No.	タイトル	時間
D1	これならできる健康づくりビデオシリーズ これならできる食習慣	22分
D2	これならできる健康づくりビデオシリーズ これならできる運動習慣	26分
D3	これならできる健康づくりビデオシリーズ これならできる禁酒・禁煙	16分
D4	わかりやすい生活習慣病予防シリーズ がんを予防する日常生活(がん予防17のポイント)	15分
D5	わかりやすい生活習慣病予防シリーズ 脳卒中を予防する日常生活(生活習慣総点検)	15分
D6	わかりやすい生活習慣病予防シリーズ 心臓病を予防する日常生活	30分
D7	わかりやすい生活習慣病予防シリーズ 肥満を予防する日常生活	20分
D8	わかりやすい生活習慣病予防シリーズ 糖尿病を予防する日常生活	20分
D9	わかりやすい生活習慣病予防シリーズ 人間ドック利用のすすめ(基準値・異常値)	20分
D10	わかりやすい生活習慣病予防シリーズ ふえてきたうつ病	20分
D11	わかりやすい生活習慣病予防シリーズ ふえてきた大腸がん	20分
D13	メタボリックシンドローム あなたは大丈夫?!	30分
D14	元氣な職場をつくるメンタルヘルス 自分の健康は自分で守る!~セルフケアとは何か~	25分
D15	元氣な職場をつくるメンタルヘルス 自分でできるストレスコントロール~セルフケアのための10の方法~	25分
D16	働く人の睡眠と健康 あなたの睡眠、足りていますか?~睡眠不足と睡眠障害~	約24分
D17	働く人の睡眠と健康 快眠習慣のための10の方法~ぐっすり眠りたい、よりよく眠りたい~	約24分
Z1	はじめてのウォーキング&ジョギング	31分
Z2	若々しい体をキープ! エクササイズ&ダイエット	32分
Z3	Good-bye ストレス	29分
Z4	正しく知れば怖くない がんのお話	26分
Z5	夏の熱中症・冬のヒートショックに気をつけよう!	42分
Z6	ちょよいのちょいトレ2.0毎日筋活部 筋肉を育ててメタボを予防しよう	60分
Z7	トータル・ヘルスプロモーションのための健康サポート体操	60分
Z8	元氣な職場をつくるメンタルヘルス6 ストレス・コーピングによるセルフケア	26分
Z9	元氣な職場をつくるメンタルヘルス7 ストレスチェックを活用したセルフケア	25分
Z10	元氣な職場をつくるメンタルヘルス7 部下が休職する前にできること	25分

個人視聴用

ご自宅でご覧ください。  
(このDVDは個人が家庭内で視聴することを目的としており、著作権上、これを複製すること、公衆送信、団体での上映会は禁じられております。)

申込No.	タイトル	時間
N1	ためしてガッテン がん ①最新がん徹底予防術! 胃がん大研究②激増中! 大腸がん緊急対策術	84分
N2	ためしてガッテン 糖尿病・脳卒中 ①糖尿病! 衝撃の最新事実②突然死! くも膜下出血徹底予防術	84分
N3	ためしてガッテン メタボリック ①心臓病は防げる! 最新・動脈硬化チェック法②メタボリック症候群の真実!	84分
N4	ためしてガッテン ギックリ腰・ひざ痛 ①不意打ち! ギックリ腰徹底撃退術②ラクラク改善! ひざ痛最新対策	83分
N5	脱! 運動不足 1日5分間のエクササイズ ~ストレッチ・バランス・筋トレ~	51分

講演会・講習会

講師派遣

職場の健康づくりを目的として、病気の早期発見・疾病予防等  
ご希望のテーマに応じて講師を派遣します。

なるべく30名以上の参加をお願いします。少人数の場合はご相談ください。

なお、開催日時によってはご希望に添えないことがありますので、講師選定についてはご相談ください。(講師謝金は社会保険協会が負担)

健康づくり講演会

生活習慣病予防・メンタルヘルス・感染症予防対策・運動の仕方 など

DVD・講師派遣申込書

□に V	<input type="checkbox"/> 講演会	希望内容	
		演 題	
	<input type="checkbox"/> DVD 貸出	番 番	申込 No. を記入してください (1回2本まで、一週間の貸出とします。)
日 時	月 日 ( 曜日 )	参加予定 人 員	人
会 場	時 分 ~ 時 分		
会場所在地			
事業所整理記号	事業所名	ご担当者	
事業所住所 (〒 )	- )	TEL	

令和 年 月 日

事業主氏名

申込用紙はホームページのPDFデータをプリントアウトしてご利用いただけます。

## ■ 保養施設助成(割引)のご案内

会員事業所の被保険者と被扶養者の健康と福祉向上を図るため、施設利用料金の助成(割引)を行なっています。

対象施設	Tel	種類	助成(割引)額	開設期間	備考
サントピア岡山総社 総社市秦1215	0866-95-8811	プール	1人1回 400円	開設期間については、当協会のホームページで詳細をご確認ください。	施設に予約ののち申込 (5・6・9月は土日祝のみ営業)
のとり原キャンプ場 苫田郡鏡野町富西谷2091-10	0867-57-2102	バンガロー テント	1人1泊 500円 1張1泊 600円		
ヘルスピア倉敷 倉敷市連島町西之浦4141	086-444-0887	プール スケート	1人1回 400円 1人1回 400円	通年	
国民宿舎サンロード吉備路 総社市三須825-1	0866-90-0550	宿泊 日帰り入浴	1人1泊 被保険者 2,000円 被扶養者 1,000円 1人1回 300円	通年	宿泊は施設に予約ののち申込
グルメ北木島 笠岡市北木島10407-16	0865-68-3239	宿泊	1人1泊 被保険者 2,000円 被扶養者 1,000円	通年	宿泊は施設に予約ののち申込
カーサ・タケダ 笠岡市高島5208	0865-67-6188	宿泊	1人1泊 被保険者 2,000円 被扶養者 1,000円	通年	宿泊は施設に予約ののち申込
げんき広場にいみ 新見市上市15-1	0867-71-2168	プール・フィットネス 一日利用	1人1回 300円	通年	浴場のみ利用は割引対象外
高原の宿口マンツェ 和気郡和気町南山方144-15	0869-88-1418	ログハウス宿泊	1人1泊 1,000円	通年	施設に予約ののち申込
休暇村(全国) (一財)休暇村協会：東京都台東区	予約は休暇村ごと	宿泊	被保険者 2,000円 被扶養者 1,000円	通年	利用の休暇村に予約ののち申込 キャンプ場利用は対象外

※宿泊は年度内1人1泊限りとさせていただきます。

## ■ ボウリングゲーム代助成 1ゲーム無料(1人1日1ゲームに限る)

ボウリング場	住所	Tel
フェアレーン岡山	岡山市北区清心町16-31	086-251-1111
サンフラワーボウル	倉敷市松島1177	086-462-3131
コーシンボウル	瀬戸内市長船町長船1245-1	0869-26-2223
ユーズボウル津山	津山市河辺844-1	0868-21-7333
ツモクボウリング	津山市津山口337-7	0868-23-0271
ゆのごうボウル	美作市湯郷312	0868-72-1148

- 利用方法
- 1 利用料金・利用時間等の詳細は、改定される場合もありますので各施設に直接お問い合わせください。利用額が上限に満たない場合は利用額を上限とします。
  - 2 利用券交付申込書に必要事項を記入のうえ、**事業所で取りまとめて利用日の10日前までに**郵送またはFAXで申請してください。なお、申し込み状況によっては交付を制限させていただきます。  
宿泊の場合は必ず利用者全員の健康保険証のコピーを添付してください。後日(利用日の約1週間前)利用券を事業所に郵送します。
  - 3 受付または「チェックイン」のときに利用券(割引券)を提出してください。

② サンロード吉備路の利用券は4月から変更しました。以前の利用券は使用できません。

## 利用券交付申込書 (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)

利用施設	● 宿泊の場合のみ利用日をご記入ください(予約後に申し込みのこと) ● 宿泊の場合は利用者全員の保険証のコピーを添付してください ● 被保険者・被扶養者のどちらかを囲んでください ● 利用者全てをご記入ください	
種類	年 月 日	
健康保険証 記号番号	・被保険者 ・被扶養者	健康保険証 記号番号
健康保険証 記号番号	・被保険者 ・被扶養者	健康保険証 記号番号
健康保険証 記号番号	・被保険者 ・被扶養者	健康保険証 記号番号

事業所整理記号	事業所名	事業所被保険者数	申込責任者氏名
---------	------	----------	---------

事業所住所(〒 - ) TEL

申込用紙はホームページのPDFデータをプリントアウトしてご利用いただけます。



## INFORMATION

### 郵便局で会費のお支払い手数料のお知らせ

ゆうちょ銀行にて現金で払込を利用する場合には払込料金加入者負担の専用用紙をご使用いただいても当協会負担の払込手数料とは別に110円の加算料金が発生します。

### そこで手続きがまだの方は

### 便利な口座振替をご利用ください

- ◇金融機関に出向く必要がなくなります ◇事前に口座振替のお知らせはがきをお送りいたします
- ◇口座振替手数料のご負担はありません ◇どの金融機関でもご利用いただけます

口座振替をご希望の場合は以下にご記入いただき FAX にてお申込みください。  
後日預金口座振替申込書をお送りいたします。

### 会費納入は口座振替を希望します

事業所名様:

ご住所: 〒      -

電話番号:      (      )      -

※銀行手続の関係上、口座振替は翌年度からになります。今年度はお送りした払込票でお支払いください。

### 事業所変更届

事業所名称・所在地等を変更されたときは、管轄の年金事務所への所定の手続きに併せて、当協会にもお知らせいただきますようお願いいたします。

#### 変更前 (必ずご記入ください)

事業所整理記号	事業所番号	事業所名称

#### 変更後 (該当する欄にご記入ください)

事業所整理記号	事業所番号			
フリガナ				
事業所名称				
事業所所在地	( 〒      -      )			
電話番号		変更年月日	年	月 日

※この変更届に係る会員の情報は、適切に管理し当協会の事業目的にのみ利用させていただきます。