

SHINPOU

社会保険新報

2022.12

No.866



千代田区

東京駅と新幹線

日本の新幹線網における最大の拠点、東京駅。丸の内南口を出てすぐのKITTEの屋上庭園（6階）からは、東京駅を発着する新幹線がズラリと並ぶ様子を眺めることができます。鉄道開業150年にあたる2022（令和4）年は、東北新幹線（大宮ー盛岡）と上越新幹線の40周年をはじめ、JR東日本の5方面の新幹線がそれぞれ周年記念を迎えた年でもありました。背後にそびえる高層ビルは、2023（令和5）年3月10日にグランドオープンする東京ミッドタウン八重洲。歴史と伝統の丸の内に對し、八重洲は革新的な街へと生まれ変わります。

動画紹介はコチラ！▶▶▶

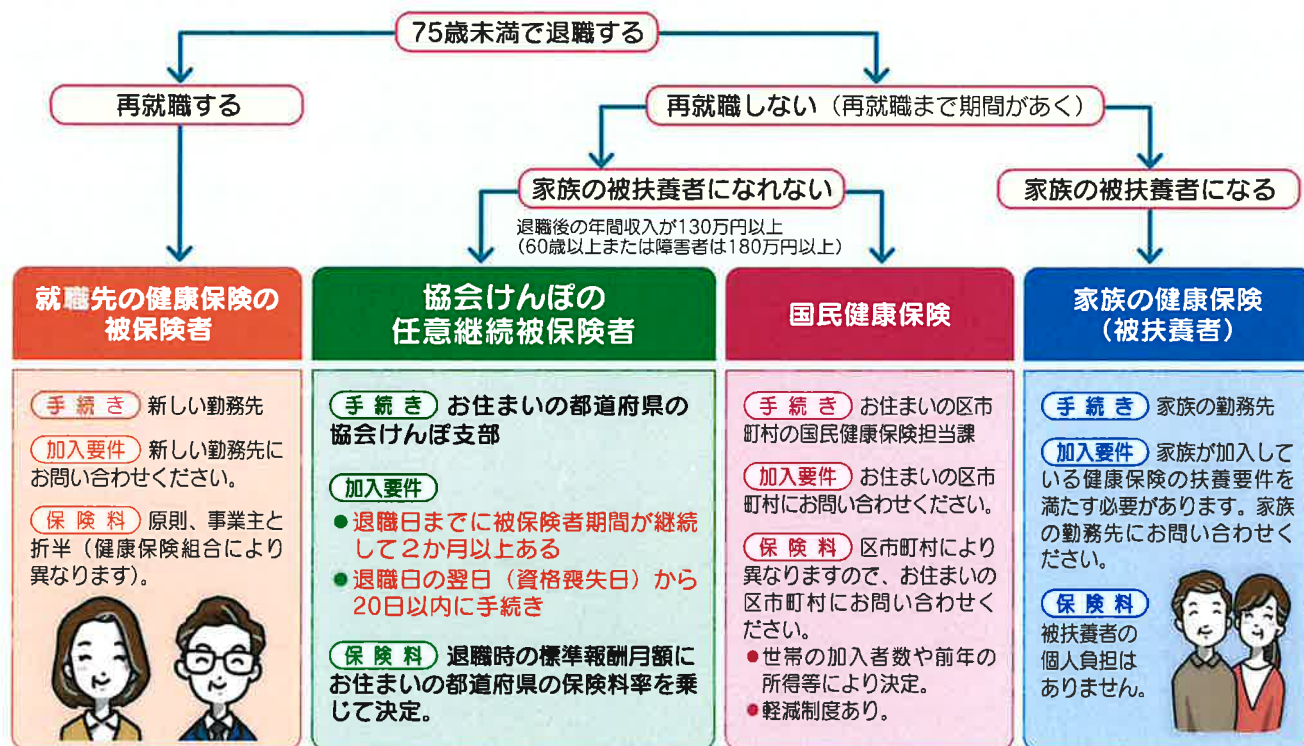


- 協会けんぽ東京支部 退職後の健康保険（P 2） 退職者の保険証の回収（P 3） マイナンバーカードの保険証利用（P 3）
- 日本年金機構 退職後に加入する年金制度（P 4）
「わたしと年金」エッセイ各賞発表（P 5） 源泉徴収票の送付（P 5） 年末年始の休業日（P 5）
- 東京社会保険協会 この冬おすすめの特典（P 6） スキー&スノボで冬をエンジョイ！（P 7）
東京駅構内の名所を探せ！（P 8）

協会けんぽ 東京支部 からの **お知らせ****あなたが次に加えるのはどれ？ 退職後の健康保険**

医療保険制度には、主にお勤めしている方が加入する**健康保険**、自営業者等が加入する**国民健康保険**、75歳以上の方が加入する**後期高齢者医療制度**等があります。75歳未満で退職する場合は、**再就職する・任意継続被保険者**になる（最長2年間）・**国民健康保険**に加入する・**家族の被扶養者**になる等の選択肢があり、退職後いずれかへの加入手続きが必要となります。

※後期高齢者医療制度の加入者には、後期高齢者医療広域連合から障害認定を受けた65歳以上74歳未満の方も含まれます。

CHECK! 退職後のあなたはどの健康保険に加入する？

※協会けんぽ以外の健康保険組合等へ加入されていた方が任意継続被保険者になる場合は、加入されていた健康保険組合等へお手続きください。

国民健康保険料の軽減制度があります

倒産・解雇等（雇用保険の特定受給資格者）や雇止め（雇用保険の特定理由離職者）等により離職された方は、国民健康保険料（税）が軽減される場合があります。任意継続被保険者の保険料よりも安くなる場合がありますので、お住まいの区市町村へご確認ください。

協会けんぽの
任意継続に関する
詳細はコチラ

**申請書は郵送でのご提出をお願いします**

退職者が多い12月末は、窓口の混雑が予想されます。任意継続資格取得申出書を含め、申請書はすべて郵送でのご提出が可能です。新型コロナウイルス感染症拡大防止のためにも、郵送でのご提出をお願いします。協会けんぽ東京支部ホームページでは、切り取って封筒の宛名としてご利用いただける「宛名ラベル」もダウンロードできますので、ぜひご活用ください。

「宛名ラベル」を
ダウンロード



協会けんぽ以外の健康保険に加入されている方は、加入先の健康保険組合等にお問い合わせください。

▶このページの記事の内容に関するお問い合わせは、協会けんぽ東京支部（TEL 03-6853-6111→音声ガイダンス「1」）まで

協会けんぽ 東京支部 からの **お知らせ****ご協力ください!****退職される従業員の保険証の回収**

被保険者の退職等により、健康保険の資格がなくなったにもかかわらず、その後も保険証を使用するケースが多く発生しています。退職される際は、次の3点についてご理解・ご協力をお願いします。



1

被保険者の退職、または、ご家族が被扶養者でなくなったときは保険証を必ず回収してください

退職日の翌日から保険証は使用できません。

※ご家族が被扶養者でなくなった場合、その当日から保険証は使用できません。



2

回収した保険証は資格喪失届・被扶養者異動届に添付してすみやかに日本年金機構へ返却してください

※保険証の返却が確認できない場合は、ご本人に返却の依頼をします。

※資格喪失届・被扶養者異動届は、日本年金機構の届出書です。



3

(電子申請で手続きされた場合) 回収した保険証を日本年金機構へ送付する際は「到達番号」がわかる書面を添付してください

※「到達番号」とは、電子申請が受け付けられた時点で、その申請に対して付与される番号です。

**保険証が利用できるのは
退職日までです**

無効な保険証の使用が判明した場合、退職された方から後日、医療費（総医療費の7割～9割）を返納していただくことになりますのでご注意ください。

マイナンバーカードが保険証として利用できます

このステッカー・ポスターが目印!

左記のステッカー・ポスターが貼ってある医療機関や薬局等で、マイナンバーカードが保険証として利用できます。

利用できる医療機関や薬局等については、厚生労働省ホームページをご確認ください



マイナンバーカードの保険証利用については、マイナポータルホームページをご確認ください



協会けんぽ以外の健康保険に加入されている方は、加入先の健康保険組合等にお問い合わせください。

▶このページの記事の内容に関するお問い合わせは、協会けんぽ東京支部 (TEL 03-6853-6111→音声ガイダンス「1」) まで



日本年金機構からの **お知らせ**
Japan Pension Service

再就職？ 自営業？ それとも…

退職後に加入する年金制度

適用事業所に勤務して給与等を支給されていた方が退職したときは、加入していた**厚生年金保険の被保険者の資格を喪失**します。退職後は、**再就職**する、**自営業者**または**無職**になる、**配偶者の扶養**になる等、状況に応じて加入する年金制度が異なるため**手続きが必要**です。なお、厚生年金保険の被保険者（退職者）に扶養されていた配偶者（国民年金第3号被保険者）は、国民年金第1号被保険者への切り替えが必要となる場合があります。届出書等は、お近くの年金事務所またはお住まいの区市役所や町村役場におたずねください。

再就職する

- 年齢 ▶ 加入制度** 70歳未満 ▶ 厚生年金保険（※）
- 届 出 書** 健康保険・厚生年金保険 被保険者資格取得届
- 提 出 者** 勤務先の事業主
- 提 出 先** 事務センター（郵送）または勤務先の所在地を管轄する年金事務所
- 提 出 期 限** 再就職日から5日以内

※70歳以上の方は年金への加入義務はありませんが、厚生年金保険の資格基準を満たす場合、70歳以上被用者該当届の提出が必要です。また、老齢厚生年金の受給資格期間を満たしていない場合は、高齢任意加入の制度があります。



自営業者または無職およびその配偶者になる

- 年齢 ▶ 加入制度** 20歳以上60歳未満 ▶ 国民年金【第1号被保険者】
- 届 出 書** 国民年金被保険者関係届書（申出書）
- 提 出 者** 本人または世帯主
- 提 出 先** 住所地を管轄する区市町村
- 提 出 期 限** 退職日の翌日から14日以内

※ 60歳以上は国民年金の納付期間終了。



配偶者（厚生年金保険の被保険者）の扶養になる

- 年齢 ▶ 加入制度** 20歳以上60歳未満 ▶ 国民年金【第3号被保険者】
- 届 出 書**
 - ① 配偶者が全国健康保険協会（協会けんぽ）の加入事業所の場合
健康保険被扶養者（異動）届／国民年金第3号被保険者関係届
 - ② 配偶者が健康保険組合の加入事業所の場合
国民年金第3号被保険者関係届
- 提 出 者** 配偶者【第2号被保険者】
- 提 出 先** 配偶者の勤務先を経由して、事務センター（郵送）または配偶者の勤務先の所在地を管轄する年金事務所
- 提 出 期 限** ① 事実発生日から5日以内 ② 事実発生日から14日以内

※ 60歳以上は国民年金の納付期間終了。なお、配偶者が65歳以上の場合は、原則として第3号被保険者にはなりません。



60歳以上65歳未満の方で、老齢基礎年金の受給資格期間を満たしていない、または、受給資格期間を満たしているが国民年金保険料の納付期間月数が少ないために満額（480月）を受給できない場合は、65歳になるまでの間、国民年金に任意加入することができます。また、1965（昭和40）年4月1日以前に生まれた方については、70歳になるまでの間、老齢基礎年金の受給資格期間を満たすまで特例的に任意加入が可能です。

詳細は **日本年金機構**
Japan Pension Service



就職・転職・退職

検索

でご確認ください。

▶ このページの記事の内容に関するお問い合わせは、管轄の年金事務所 (<https://www.nenkin.go.jp/section/soudan/>) まで



日本年金機構からの **お知らせ**
Japan Pension Service

2022年度「わたしと年金」エッセイ各賞発表

日本年金機構が、公的年金制度の普及・啓発活動の一環として展開している「わたしと年金」エッセイの2022（令和4）年度の各賞が発表されました。応募総数2,008件のなかから、**厳正なる審査の結果、右の方々が受賞**されましたので、お知らせします。

今年度も多くの皆様にご応募いただき、ありがとうございました。受賞作品は、日本年金機構ホームページに掲載していますので、ぜひご覧ください。



厚生労働大臣賞	三井 蒼葉 さん（岐阜県・高校生）
日本年金機構理事長賞	森 香菜子 さん（福島県・大学生）
優秀賞	石井 学 さん（神奈川県・50代）
	加藤木 裕子 さん（埼玉県・50代）
	下川 侑乃 さん（福岡県・高校生）
入選	石原 桃香 さん（神奈川県・大学生）
	岡田 結 さん（香川県・高校生）
	江田 日和 さん（福岡県・高校生）
	齋藤 和彦 さん（京都府・60代）
	宮城 保之 さん（佐賀県・50代）

年金を受給されている皆様へ

源泉徴収票のご送付

日本年金機構では、公的年金等を受け取られた方に、**2022（令和4）年分 公的年金等の源泉徴収票**を、2023（令和5）年1月から順次ご送付します。

この源泉徴収票は、令和4年分として支払われた年金額や源泉徴収された所得税額等をお知らせするものです。**所得税および復興特別所得税の確定申告**（住所地を管轄する税務署で受付）の際に必要となりますので、大切に保管してください。

なお、亡くなられた方については、死亡届を提出後2か月程度で、**準確定申告用源泉徴収票**をご送付しています。

確定申告が必要な方

年金以外に給与等の所得がある方は、多くの場合、所得税および復興特別所得税の確定申告が必要です。ただし、公的年金等の収入の合計額が400万円以下で、かつ、公的年金等にかかる雑所得以外の所得額が20万円以下の場合には、所得税および復興特別所得税の確定申告は必要ありません。



お知らせ

年金事務所等の年末年始の休業日



年金事務所、事務センター、街角の年金相談センターは、**次の日程で休業**します。電話でのお問い合わせ等も休業となります。ご不便をおかけしますが、よろしくお願いいたします。

年末年始休業日 2022年12月29日（木）～ 2023年1月3日（火）

この冬おすすめの会員特典

東京社会保険協会では、講習会やセミナーの開催、観劇会のチケット割引等の会員特典を実施しています。今号では、この冬おすすめの特典情報とあわせて、会費納入の口座振替についてもお知らせします。

詳細は、ホームページからご確認ください。



WEBセミナー 最新動画公開しました!

こんな時、こんな給付が受けられます【健康保険編】

業務外の病気やけがで会社を休み、給与が受けられないとき、本人や家族がなくなったとき、出産費用がかかったとき等、被保険者とその家族の生活を守るためのさまざまな給付について解説します。

- 傷病手当金／埋葬料 **一般** **会員**
- 出産手当金／出産育児一時金 **会員**

講師 特定社会保険労務士 大野 知美
(あすそら社会保険労務士事務所)

視聴期間 12月13日(火)13時～(6か月間)

視聴(無料)は、ホームページから。
会員はすべての動画を視聴いただけます。

ホームページ ▶ **講習会・セミナー**

会場型講習会 お申し込みが始まります!

年金の仕組みと手続き・給付

日時 2月21日(火)・22日(水)
各日10時～16時

会場 自動車会館(千代田区九段南)

料金 会員 2,000円 [一般 12,000円]

申込期間 12月20日(火)10時～
1月13日(金)15時

定員 各日180名

講師 社会保険労務士 山田 理香
(社会保険労務士MAG OFFICE)

お申し込みは、ホームページから。
郵送の場合は、申込書をダウンロードしてご使用ください。

ホームページ ▶ **講習会・セミナー**

チケット情報 希望日の5日前まで受付!

喜劇 老後の資金がありません



日時 2月1日(水)～7日(火) ※除外日あり

会場 新橋演舞場(中央区銀座)

定員 各公演10名

料金 会員 1等席 8,900円 [一般 12,500円]

ホームページ ▶ **会員特典** ▶ **期間限定特典**

お知らせ 会員事業所の皆様へ!

会費の納入は口座振替で

会員事業所に年1回お願いしている当協会への会費について、2023年4月から口座振替を開始します。手数料の負担なし、金融機関等に出向く手間なし、どの金融機関等でも振替OKと、簡単・便利な口座振替をぜひご利用ください。手続きやお申し込み先等は、ホームページでご確認をお願いします。

ホームページ ▶ **協会のご案内** ▶ **事業案内【年会費】**

詳細は、ホームページをご覧ください

東京社会保険協会

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

会員事業課 ☎03-5292-3596



スキー&スノボで冬をエンジョイ!

スキー&スノボシーズン到来! 東京社会保険協会では、この冬も契約スキー場のリフト1日券の利用割引を実施します。今号では、新幹線でスキー場に行くときにおすすめしたい駅弁もあわせてご紹介。しっかり腹ごしらえして、ゲレンデを満喫しよう!

ゲレンデ情報や利用方法等の詳細は、

HP

会員特典

期間限定特典

オンラインはデジタルチケット、特別割引は紙チケット(ダウンロードして出力)になります。



東北新幹線 エリア



▶ ハンターマウンテン塩原

リフト1日券+ 食事券(1,000円分)	通常	オンライン	特別割引
大人(中学生以上)	6,500円	4,800円	5,000円
子ども(小学生)	5,500円	3,800円	4,000円

▶ マウントジーンズ那須

リフト1日券+ 食事券(1,000円分)	通常	オンライン・特別割引
大人(中学生以上)	4,800円	3,800円
子ども(小学生)	4,000円	3,500円

上越新幹線 エリア



▶ 群馬みなかみほうだいぎスキー場

リフト1日券	通常	特別割引
大人(中学生以上)	5,100円	4,100円
子ども(小学生以下)	3,600円	2,900円
シニア(55歳以上)	4,600円	3,700円

※中高生の割引はありません。

※未就学児は保護者同伴で、リフト券は無料です。

(チケット窓口で要申請)



東北新幹線

上越新幹線

のおすすめ駅弁

掲載協力：駅弁屋 祭 グランスタ

新幹線を再現

**E5系
はやぶさ弁当**
1,300円(税込)



中身はお子さまランチ風。E7系やE6系のお弁当と食べ比べも楽しい。

12月末までの販売

**上越新幹線開業
40周年記念弁当**
1,380円(税込)



掛け紙を留めるゴム紐は、E4系新幹線Max&E7系のラインカラーの朱鷺色。

海鮮の親子

鮭はらこめし
1,450円(税込)



茶飯の上に、味付けされた鮭といくら(はらこ)のバランスが絶品。

ロングセラー

**仙台名物
牛たん弁当**
1,780円(税込)



器の紐を引くと、牛たんと麦飯がほっかほか。心もおなか也大満足。

あなたは
いくつ知ってる?

東京駅構内の名所を探せ!



毎日の通勤、新幹線に乗って旅行や出張…、目的は違えども、皆さんもたびたび東京駅を利用されていることでしょう。東京駅の構内には、見どころが点在しているのをご存じですか? 何気に通り過ぎてしまっているかもしれません。今号ではその一部をご紹介します。会社帰りや新幹線への移動の際に、見つけてみてください。

HP 社会保険新報

表紙の名所シリーズ



八重洲中央口 グランルーフ

「光の帆」をデザインモチーフとした、長さ約230mの大屋根。先進性と先端性を象徴する八重洲口のランドマークを美しく覆います。

地下中央通路八重洲側



銀の鈴広場

東京駅の待ち合わせスポット。現在の鈴は4代目でアルミ合金製ですが、初代は竹と和紙の手作りでした。毎時0分に鈴をイメージしたメロディーが流れます。



1 番線ホーム線路脇



0 キロポスト

新幹線、東海道線、中央線、東北線等の起点が東京駅であることを示しています。ポスト(標識)のデザインはさまざまですが、各ホーム同じ位置に設置されています。

京葉線連絡通路



ステンドグラス「天地創造」

鉄道開業100年記念事業のひとつとして、洋画家・福沢一郎氏の原画をもとに作成されました。横9m・縦5mに及ぶ大作で、駅構内らしくらぬ異彩を放ちます。

丸の内地下南口



動輪の広場

「栄光の名機。とうたわれたC62-15型蒸気機関車の動輪(直径1.75m)。かつては東海道、山陽、函館本線をかけめぐり、約263万km(地球65.7周)を走行しました。

丸の内駅前広場北側



井上勝の像

明治時代の鉄道官僚。創成期の主要鉄道道路建設を主導し、「鉄道の父」と呼ばれました。現在では、東京駅を見守るように銅像が建っています。

記事提供/日本年金機構 新宿年金事務所・全国健康保険協会(協会けんぽ)東京支部

編集・発行/一般財団法人 東京社会保険協会 〒160-8407 東京都新宿区新宿7-26-9 電話 03(3204)8877(大代表)

ホームページ <https://www.tcsyakyō.or.jp/>