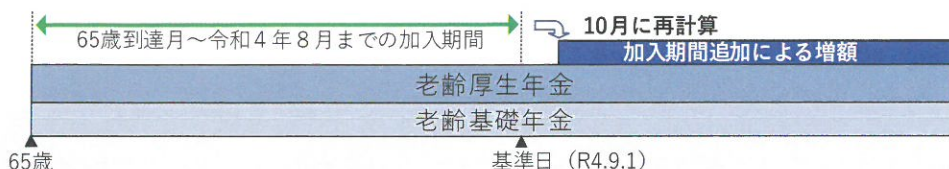


# 日本年金機構からのお知らせ

## 制度改正 在職中の老齢厚生年金を受給中の方へ、在職定時改定のお知らせを送付します

在職中の老齢厚生年金の受給者の方は、これまで資格喪失時（退職時・70歳到達時）にのみ在職中の期間を追加し、年金額が改定されていましたが、令和4年度から、在職中であっても年金額を毎年10月分から改定する制度（在職定時改定）が導入されました。

このため、令和4年9月1日（基準日）に在職中の65歳以上70歳未満の老齢厚生年金の受給者の方は、65歳到達日から令和4年8月までの被保険者期間を追加して、令和4年10月分から年金額が改定されます。この年金額改定のお知らせ（支給額変更通知書）を11月上旬に送付します。



## お知らせ 勤務期間要件の取り扱い変更について

### (1) 雇用期間が2カ月以内の場合における取り扱いが変更になります

これまでは、2カ月以内の期間を定めて雇用される方は健康保険・厚生年金保険の適用除外とされていましたが、令和4年10月以降は、当初の雇用期間が2カ月以内であっても、以下（ア）または（イ）に該当する方は、雇用期間の当初から健康保険・厚生年金保険の被保険者となります。

- （ア）就業規則、雇用契約書等において、その契約が「更新される旨」、または「更新される場合がある旨」が明示されている場合
- （イ）同一事業所において、同様の雇用契約に基づき雇用されている者が、更新等により最初の雇用契約の期間を超えて雇用された実績がある場合

※ただし、上記（ア）または（イ）に該当する場合であっても、2カ月以内で定められた最初の雇用契約の期間を超えて使用しないことについて、労使双方が書面による合意をしているときは被保険者に該当しないことと取り扱います。

### (2) 短時間労働者の勤務期間要件が一般の被保険者と同様になります

令和4年10月から、短時間労働者の適用要件の1つである「勤務期間1年以上」の要件が撤廃され、短時間労働者の勤務期間要件は一般の被保険者と同様になりました。

令和4年9月まで「勤務期間1年以上」の要件を満たさないことのみにより健康保険・厚生年金保険の被保険者となっていない従業員のうち、上記（1）に該当する場合は、令和4年10月1日から被保険者になりますので、事務センター等へ「被保険者資格取得届」等をご提出ください。

## お知らせ 短時間労働者の適用拡大について<資格取得届提出のお願い>

令和4年10月からの短時間労働者の適用拡大にともない、同一事業主の適用事業所の被保険者数が100人を超える月が直近12カ月のうち6カ月以上である場合は、日本年金機構において当該適用事業所を特定適用事業所に該当したものと扱い、「特定適用事業所該当通知書」を送付しています。

「特定適用事業所該当通知書」が送付された事業所で、新たに被保険者資格を取得する短時間労働者がいる場合は、事務センター等へ「被保険者資格取得届」等をご提出ください。

なお、届出には電子申請をぜひご利用ください。

令和5年（2023年）1月から、毎月の社会保険料額等の情報※をオンラインで受領・確認できるサービスの開始を予定しています。（※ 社会保険料額情報、増減内訳書、届出に必要な被保険者データ等）GビズIDでe-Govから電子申請を利用されている方は、サービス開始後、すぐにご利用いただけます。

#### メリット1 オンラインで情報を取得できる

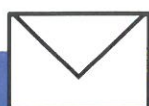
各種情報の受領・確認がオンライン上で完結するため、電話による郵送依頼や毎月の社会保険料額の確認は不要です。  
初回の利用登録以降は、定期的に受領いただけます。

#### メリット2 早期に確認できる

毎月の社会保険料額を納入告知書等が到着する前に確認できます。

#### メリット3 データの取得がスムーズ

電子申請に活用できる被保険者データをオンラインで取得できます。



## 年金だより

### 令和4年度「ねんきん月間」「年金の日」の取り組みについて

日本年金機構では、厚生労働省と協力して、毎年11月を「ねんきん月間」と位置づけ、国民の皆さまに公的年金制度に対する理解を深めていただくための取り組みを行っているところです。

また、11月30日の「年金の日」は、国民の皆さまに「ねんきんネット」等を活用してご自身の年金記録や公的年金の受給見込み額を確認していただき、高齢期の生活設計に思いを巡らしていただくことを目的としています。この機会にぜひ「ねんきんネット」をご利用ください。

「ねんきん月間」の期間中は、全国各地の様々な場所で、年金制度説明会を実施しています。従業員の方々やそのご家族を対象に、公的年金に関する手続きや制度改正等の情報をわかりやすくお伝えします。各事業所の社会保険事務担当者の皆さまは、本説明会のご利用をぜひご検討いただき、お近くの年金事務所にお申し込みください。なお、オンライン形式でも実施しています。

その他、ねんきん月間の主な取り組み内容は以下のとおりです。

- ・ 出張年金相談、年金セミナー
- ・ 当機構公式Twitterを活用した年金制度に関するミニ講座の発信
- ・ 職場と年金事務所を結ぶパイプ役として活躍されている年金委員の皆さまへの研修 など

### 出張による年金相談のご案内

一部の年金事務所では、出張による年金相談（年金のお受け取りに関するご相談）を、市区町村役場・市民会館等で開催しています。

※事前予約制となっており、定員になりしだい締め切りとなりますのでご了承ください。

「出張相談」の開催場所・日程等の詳細については、下部のURLまたは二次元コードより「日本年金機構からのお知らせ 特集ページ」をご確認ください。

#### 日本年金機構からのお知らせ 特集ページ

「日本年金機構からのお知らせ」の補足情報等を掲載しています。

<https://www.nenkin.go.jp/toku/setsu/kikou-oshirase.html>



#### ツイッター 公式アカウント @Nenkin\_Kikou

公的年金に関する各種手続きやお知らせなどを随時発信しています。ぜひフォローいただきご利用ください。

日本年金機構HP <https://www.nenkin.go.jp/>

# 健康だより

2022年  
10月号

職場内で提示・回覧を  
お願いします。

## 未治療者に対する受診勧奨の大切なお知らせ

協会けんぽにおいて、健診の結果、血圧値・血糖値が高く、医療機関への受診が必要と判定され、受診されたことが確認できない被保険者の方に対して、医療機関へ受診していただくための通知を直接ご自宅にお送りしています。

このたび、現役世代の循環器疾患の重症化予防対策として、令和4年10月にお送りする通知から血圧値及び血糖値に加えて、**LDLコレステロール値が高い被保険者の方についても受診勧奨を実施します。**

### LDLコレステロールとは？

悪玉コレステロールとも呼ばれ、肝臓で作られたコレステロールを全身へ運ぶ役割を担っており、増えすぎると動脈硬化を起こして心筋梗塞や脳梗塞を発症させる危険性があります。

参考：厚生労働省e-ヘルスネット

### LDLコレステロール値が高いまま放置すると？

LDLコレステロール値が180mg/dL以上の人は、100mg/dL未満の人と比べて、**約3~4倍**、心筋梗塞等になりやすいことが分かっています。

参考：標準的な健診・保健指導プログラム【平成30年度版】

### 受診勧奨基準値

血圧	収縮期血圧	160mmHg以上
	拡張期血圧	100mmHg以上
血糖	空腹時血糖	126mg/dL以上
	HbA1c	6.5%以上(NGSP値)
脂質	LDLコレステロール	180mg/dL以上

**令和4年10月通知分から新しく実施**

### 事業主の皆さま へのお願い

健診結果から医療機関への受診が必要と判定された場合には、必ず受診することを、事業主様から従業員様にお声掛けいただくとともに、従業員様が受診できるように配慮していただくようお願いいたします。



令和5年  
1月  
から

## 協会けんぽの申請書・届出書 新様式の使用にご協力をお願いします

令和5年1月から、より速い審査の実施と記入方法をわかりやすくすることを目的として、各申請書等の様式を変更いたします。

- 令和5年1月以降、新様式の申請書等の使用にご協力をお願いします。
- なお、令和5年1月以降、旧様式はご使用いただけませんのでご注意ください。



※新様式の申請書等は、令和4年11月以降に協会けんぽのホームページからダウンロードしていただけます。

# 健診受診が**第一歩め!**そして**次の一手**を

## 健診受診



## 健診結果

異常なし

要注意

検査・治療が必要

## 次の一手

引き続き健康に留意

特定保健指導を受ける

医療機関を受診

健診は、生活習慣病の発症予防だけでなく、早期発見のための大切な手段です。せっかく受けた健診、結果をサッと確認するだけで、そのままにいませんか?結果を見て、「次の一手」に早く行動することで、将来のあなたの健康に大きく影響します!

## 特定保健指導とは?

健診の結果、**メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)**に該当された40歳~74歳までの方を対象に行われる**無料**の健康サポートです。

保健師や管理栄養士が面談を行い、メタボリックシンドロームの解消を目指します。

「忙しくなくなった」「気候がよくなった」と先延ばしにしていると、体の中の老化(動脈硬化)がどんどん進んでしまいます。

ご自身の生活の中で、無理なく取り組める方法を、健康の専門家と一緒に考えて実行しましょう!

内臓脂肪が増えすぎると、**血圧・血糖・脂質**を上げる物質が分泌されます。これら一つひとつの症状は軽くても、重なったり、喫煙していることで、**動脈硬化**が急速に進み、ある日突然、**心臓病や脳卒中**を引き起こしてしまいます。これが**メタボリックシンドローム**の非常に恐ろしいところです。

また、**新型コロナウイルス**に感染した場合、**重症化しやすい**ことが報告されています。

まだ薬に頼らなくていい段階で**生活習慣を改善し、内臓脂肪を減ら**しましょう!

## 特定保健指導を受ける方法

### 生活習慣病予防健診 当日に受ける

健診機関の保健指導者からお声かけします



### 職場で業務時間中に受ける

協会けんぽからご案内のお手紙が届きます



### 職場またはご自宅で、ZOOMを利用して受ける(遠隔面談)

協会けんぽからのご案内後、お申し出ください

