



くまもと



2022
1・2
VOL.795



当協会ホームページに
楽しい記事を掲載してい
ます。
ぜひご覧ください!!



CONTENTS

- 謹んで新年のご挨拶を申し上げます。..... 2P
年金委員、健康保険委員、熊本県社会保険委員会の表彰 2～3P
社会保険事務講習会（2/16、3/2） 3P
- 日本年金機構
ねんきんネット 4P
 - 全国健康保険協会熊本支部
出産育児一時金制度 5P
 - 一般財団法人熊本県社会保険協会
メンタルヘルスケアの取り組み 6P
くまもと周遊そぞろハイクvol.2 ～三角岳 7P
西南の役遺跡巡りウォーキングと「いちご狩り」 8P

熊本の野草シリーズ Vol.4 大賀ハス

肥後の山野草

大賀ハス



二千年の眠りから覚めて
江津のほとりで花開く
泥より出でて泥に染まらず
愛でるは「純真な心」なり

©2010 熊本県くまモン #K32442

職場内で
回覧しましょう

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

一般財団法人熊本県社会保険協会

〒862-0950 熊本市中央区水前寺6-37-28 大銀東ビル2F
TEL.096-383-5600 FAX.096-383-5614



賀正 寅



本年もどうぞよろしくお願い致します

一般財団法人熊本県社会保険協会 会長
長野 和男



謹んで新年のお慶びを申し上げます。

昨年は、当協会の事業運営に多大なるご支援・ご協力を賜り、厚くお礼申し上げます。

新型コロナウイルスの感染が落ち着き始めた中で、新しい年を迎えることになりました。

皆さまには、引き続いてご自身とご家族の健康を守りながら、健やかな日々を過ごしていただきますようお願い申し上げます。

当協会としまして、状況を見ながら事務講習会、WEB講習会、ウォーキング、バスツアーなどを開催し、皆様への社会保険制度の周知や健康づくり等に取り組みながら、今年もさらに充実した事業を展開していく所存でございます。

新年にあたり、皆様方のますますのご活躍とご多幸を心から祈念申し上げます。年頭の挨拶とさせていただきます。



新年明けましておめでとうございます。

旧年中は、年金事業の運営に多大なるご理解とご協力を賜り厚く御礼申し上げます。

また、コロナ禍において、対策にあたる全ての方々に感謝いたしますとともに、1日も早い終息を願ってやみません。

日本年金機構では、社会が1日も早くコロナ禍から脱却することに貢献する決意を込めて、昨年の組織目標を「社会の安定・安心への貢献」として事業を推進してまいりました。

本年におきましても、年金制度を適切に運用し、当機構に与えられた役割を通じて、社会の安定と安心に貢献する1年とする所存です。皆様方には引き続きご支援ご協力を賜りますようお願い申し上げます。

結びに、本年が皆様方にとって実り多き年となることをお祈り申し上げます。

日本年金機構熊本東年金事務所 所長 馬場 秀一



新年明けましておめでとうございます。

旧年中は、協会けんぽの事業運営に多大なるご理解とご協力を賜り厚く御礼を申し上げます。

新型コロナウイルス感染症は、ワクチン接種等により少しずつ明るい兆候が見え始めてまいりました。一方で重症化率が注目されており、糖尿病などの基礎疾患がある方は新型コロナウイルス感染症の重症化リスクが高いと言われております。健診結果をきっかけにして、運動や食事等の生活習慣の改善や医療機関での適切な治療を行うことが必要です。

当支部では「健康経営」の取り組みを推進しております。この取り組みは事業所の主体的な働きかけによって従業員の皆様の心身が健康になることで、組織の生産性を向上させるものです。健診結果を活用して、ぜひ職場の健康づくりの推進をお願いいたします。

協会けんぽは「健康経営」の加入事業所様への浸透を図り、皆様の健康づくりのお手伝いをさせていただきたいと考えております。今後とも引き続きご支援とご協力のほど、よろしくお願い申し上げます。

全国健康保険協会熊本支部 支部長 富田 和典

おめでとうございます

この度、年金事業及び健康保険事業の推進・発展に長年ご尽力いただいた方々の功績をたたえ、次の方々が表彰されました。

※敬称略、順不同



【年金委員表彰】

●厚生労働大臣表彰

吉村 明美 熊本防錆工業 株式会社
梶尾 博 医療法人 カジオ会

●日本年金機構理事長表彰

中川 結城 合資会社 ナカガワ
石崎 良子 有限会社 はと衛生社

●日本年金機構理事表彰

山口 真徳 木村電機 株式会社
高瀬 直実 医療法人社団 岡山会 九州記念病院
稲垣 昇 社会福祉法人神召会認定こども園シオン
株式会社 富坂建設 (会社名のみ公表)
熊本県経済農業協同組合連合会 (会社名のみ公表)
元嶋 寛 社会福祉法人 権現福祉会
介護老人保健施設 向春苑
新堀 純子 株式会社 新堀産業
大戸迫哲文 社会福祉法人 白梅福祉会
特別養護老人ホーム白梅荘
福本 透 医療法人 木下会 うしぶか心愛病院
大木 友美 九州プラスチック工業 株式会社

社会保険事務講習会のご案内

●実施時間 受付13:00～ 開始13:30～ 終了予定16:30

実施日	会場	講話内容	備考
令和4年2月16日(水)	くまもと県民交流館 パレア9F 会議室1	①高額療養費の基本 ②加入手続きの基礎と諸届の作成方法	令和3年度版 「社会保険の事務 手続」を ご持参ください
令和4年3月2日(水)	くまもと県民交流館 パレア9F 会議室1	①任意継続被保険者、傷病手当金(第三者行為)等について ②社会保険の適用手続き、退職者の手続き	

主催 (一財) 熊本市社会保険協会
TEL:096-383-5600

講師 日本年金機構職員、社会保険労務士

参加費 会員事業所様は無料 ※ただし、非会員の事業所様は、資料代等として3,000円のご負担をお願いします。

申込方法 熊本市社会保険協会ホームページにてメール又はFAXにてお申込みください。

申込締切 申し込み先着順とし、定員になり次第締切らせていただきます。

受講決定者には開催月の前月にメール又はFAXにて「受付証」をお送りいたします。

社会保険事務講習会 参加申込書 (FAX番号: 096-383-5614)

開催日: 令和 年 月 日 () 会場名: くまもと県民交流館パレア

事業所名		整理記号		※不明の場合、記入不要です
所在地	〒	電話番号		
フリガナ		(参加証送付先) FAX番号		
参加者名				

※申込書に記載された情報は、この講習会のほか、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、会場責任者へ参加者名簿を提出すること以外の目的には使用いたしません。

【健康保険委員表彰】

●全国健康保険協会理事長表彰

中川 結城 合資会社 ナカガワ
岡田 絹 球磨酪農農業協同組合

●全国健康保険協会支部長表彰

(熊本東支部) 1名(氏名・会社名とも非公表)
橋本 雅彦 熊本信用金庫
山口 敬介 医療法人 再生会 くまもと心療病院
小国町森林組合(会社名のみ公表)
川上 俊郎 九州電機工業 株式会社
倉原香代子 社会福祉法人 泗水福祉会
江崎恵美子 株式会社 田中材木店
吉村 浩介 社会福祉法人 順和会
梅崎美智子 社会福祉法人 愛隣園 障害者支援施設 愛隣館
斉藤 智子 春日電気 株式会社
松本真理子 博陽工業 株式会社
永島 静子 熊本中央リース 株式会社
(八代支部) 1名(氏名・会社名とも非公表)

【熊本市社会保険委員会会長表彰】

●優秀社会保険委員表彰

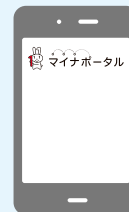
中川 知明 医療法人 信岡会 菊池中央病院
米来 健 常楽酒造 株式会社
佐藤 葉子 社会福祉法人 啓友会 南海寮
江崎 光恵 荒尾商工会議所





「ねんきんネット」の初回利用登録は

スマホと**マイナンバーカード**が便利です



手順1 マイナポータルへログイン

- ・マイナンバーカードの電子証明書パスワードを入力
- ・マイナンバーカードをかざして読み取り



ログイン完了

うさぎのマークでおなじみですね



手順2 「ねんきんネット」の初回利用登録

1



年金記録・見込額を見る
(ねんきんネット)

- ・マイナポータルログイン後の「年金記録・見込額を見る(ねんきんネット)」を押します

2

② ねんきんネットの利用規約

☒ 接続に同意する

ねんきんネットと連携

- ・利用規約を確認のうえ「連携に同意する」をチェック
- ・ねんきんネットと連携を押します

3



一覧で年金記録を確認する

- ・ねんきんネットのホームページがでてきたら接続完了

「ねんきんネット」でできること

- ご自身の年金記録の確認
- 将来の年金見込額の確認
- 各種通知書類の再交付申請

etc



「ねんきん定期便」「ねんきんネット」に関する
お問い合わせは下記専用番号へ

TEL 0570-058-555 (ナビダイヤル)

050から始まる電話でおかけになる場合は、(東京)03-6700-1144(一般電話)



出産育児一時金制度

支給条件・支給金額

被保険者または被扶養者の方が 出産すること

※妊娠4か月以上（85日）経過した出産・早産・死産・流産・人工妊娠中絶が支給対象です。

支給金額	産科医療補償制度（医療機関）	
	加入	未加入
	42万円	※ 40.8（40.4）万円

※（ ）の金額は、令和3年12月31日以前の出産が対象です。

産科医療補償制度

医療機関が加入する制度です。分娩時の何らかの理由により重度の脳性麻痺となった場合に、赤ちゃんのご家族の経済的負担を補償するものです。

出産育児一時金受給までの申請手順

直接支払制度を利用する場合

直接支払制度

協会けんぽから出産にかかった費用を出産育児一時金の範囲内で医療機関等に直接支払う制度です。

この制度を利用する場合、出産費用に出産育児一時金を充てることができるため、まとまった出産費用を事前にご用意いただく必要がありません。

① 出産費用は42万（または40.8万円）未満でしたか？

いいえ

支給金額を上回るため
申請は不要です。

はい

② 協会けんぽ熊本支部から出産育児一時金の通知書が届きましたか？
（出産から約3～4か月ほどお時間がかかります。）

いいえ

出産育児一時金内払金の
申請書でご申請ください

はい

通知書に同封の申請書（出産育児一時金差額の申請）でご申請ください

直接支払制度を利用しない場合

医療機関にて出産費用を精算後、出産育児一時金の支給申請書でご申請ください



なるほど！
こういう出産費用の
補助があれば安心ねー。

添付書類の確認や申請書の入手は下記お問い合わせ先にご連絡いただくか協会けんぽホームページへ

お問い合わせ先…096-340-0260 音声案内2番



メンタルヘルスケアの 取り組み

障害年金相談室 熊本
脇山社会保険労務士事務所
社会保険労務士 脇山 千佳子



皆様もご記憶のことかと存じますが、日本においては、4大疾病（がん・脳卒中・急性心筋梗塞・糖尿病）に精神疾患が加えられ2013年に5大疾病となりました。この5大疾病のなかで、精神疾患の患者さん（約420万人）が最も多い状態です。精神疾患は、統合失調症・うつ病・双極性障害・発達障害などがあります。

仕事や職業生活に関する強い不安・悩み・ストレスを感じている労働者は6割に及びます。

精神障害等による労災認定件数は増加しています。労働者の自殺数も6千人を超えています。

厚生労働省は、労働者の心の健康の保持増進のための指針（メンタルヘルズ指針）を定め、メンタルヘルズ対策を推進しています。その中で、50人以上の事業場ではストレスチェック制度が実施されています。

具体的には

事業者がストレスチェック制度を含めた職場のメンタルヘルズ対策を進めることを表明する。心の健康づくり計画を策定する。そして**4つのケア**

- ①セルフケア（労働者による）
 - ②ラインによるケア（管理監督者による）
 - ③事業場内産業保健スタッフ等によるケア（産業医・衛生管理者等による）
 - ④事業場外資源によるケア（事業場外の機関・専門家による）
- で行います。

取り組みの内容は

- ア教育研修・情報提供（管理監督者も含む全労働者）
 - イ職場環境等の把握と改善（メンタルヘルズ不調の未然防止）
 - ウ不調への気づきと対策（早期発見と適切な対応）
 - エ職場復帰支援
- です。

その際に注意しなければならない事は、「**個人情報保護への配慮**」と「**不利益な取り扱いの防止**」です。

50人未満の事業場においても、「**働きやすく元気な職場づくり**」を目指すと考えて頂ければイメージしやすいかと思います。健康経営は、生産性の向上や労働意欲にも波及していきます。

こころの健康問題が深刻な状態になると、休職・退職・自殺となります。最悪の場合、経営者は「労働者への安全配慮義務」を問われ、労災認定・損害賠償請求・社会的信用の失墜とそのデメリットは膨らんでいきます。

50人未満の事業場においては、上記④の事業場外資源を使って、ア「教育研修・情報提供」は始めやすく、原則無料でご利用もできます。熊本産業保健総合支援センター（096-353-5480）へお問合せください。

また、メンタルヘルズ対策関係助成金もあります。

①心の健康づくり計画助成金 ②ストレスチェック助成金 ③職場環境改善計画助成金
をご活用ください。

職場におかれましては、法定の「定期健康診断」を実施されているかと思います。これからは50人未満の事業場においても「こころの健康づくり」を始めて、働きやすく元気な職場を作っていきましょう。



くまもと周遊そとろハイク

vol.2



三角岳と三角西港

幼少のみぎりでガキの頃。
夏休みは「ナツウー ウミミ」ミ
ミ」の三段活用で三角方面に海水浴
が恒例行事だった。
だが、悲しむべきか、今や天草への
通過点となっている。

これじゃいかん。世界遺産の三角西
港やヤマトタケルの父、景行天皇も魅
入られた御奥米海岸が悲しんでいる。
有明海の眺望は素晴らしい。よし、
三角岳から俯瞰するぞ。

高さ406mの三角岳は低山と呼ば
れる。だけど、海拔0mからの高低差
はハイキング入門に最適の山である。

「三角岳」ハイキング

当日はピーカンの青空。

三角駅から10分で登山口に着く。

久しぶりの山歩きだが、今は便利な
スマホアプリがある。

初めての山でも地図画面に登山道や
歩いた行程が表示される。

磁石のズレを修正し地図を読む必要
はなくなったが、歩くための体力が必要なのは不変だ。

竹林の勾配で30分程汗をかき、緑の
匂いを楽しむと分岐に出る。

そこから15分で「天翔台」という展
望が開ける場所へ行く。

三角の町並みと海が見える。これが
この山の魅力だ。

巻貝のような白の「海のパンミツ」
が青い海に映える。
暫し展望を楽しみ分岐へ戻る。



「雲竜台」眺望

三角岳山頂まで60分との標識から、500
m程歩くと西港へ向かう分岐があり、帰りは
こちらから下山する。



「天翔台」眺望

西港分岐

残り1200m。途中開けた場所
へ出ると、不意に安山岩が出現する。

三角岳は古代の溶岩ドームだ。

岩盤をみると「がんばんべー」と言うのは
オヤジの癖なのでお許し願いたい。

ここは岩歩きも経験できる貴重な低山だ。
滑らないよう3点支持（手足の1つだけを順
に動かす）で登る。

鷲がホーホケツと、キョがない中途半端な
鳴声で応援してくれた。



岩盤の道

三角岳遠望



分岐から20分歩くと、絶景ホ
イント「雲竜台」の標識。

進むと看板に偽りなし。天草
1号橋を右手に見て、半島の突
端がぐるりと見渡せる。

碧い海と緑の島と白い橋が圧
倒的なパノラマで迫る。

これこそ見たかった風景。や
はり有明海はグレートだ。

しばし陶然となる…。

これから急な登りが続く。8
合目の標識が胸突き八丁だ。



雲竜台から有明海



アコウの木



旧簡易裁判所



山頂から有明海の眺望



三角岳山頂



グジラ岩



浦島屋



石積み埠頭

暫し明治のハイカラに浸る。
忙しい現代の中で、三角は穏やかな
時間の海に浮かんでいた。



高台にある旧
簡易裁判所や旧
宇土郡役所もノ
スタルジックだ。

帰りは下りでスピードアップ。
80分で「三角西港」へ降りる。

石積み埠頭に建てられた洋館の数々
が青い海に映える。

小泉八雲「夏の日の夢」にある浦島
物語の舞台「浦島屋」。

「三角西港」周遊

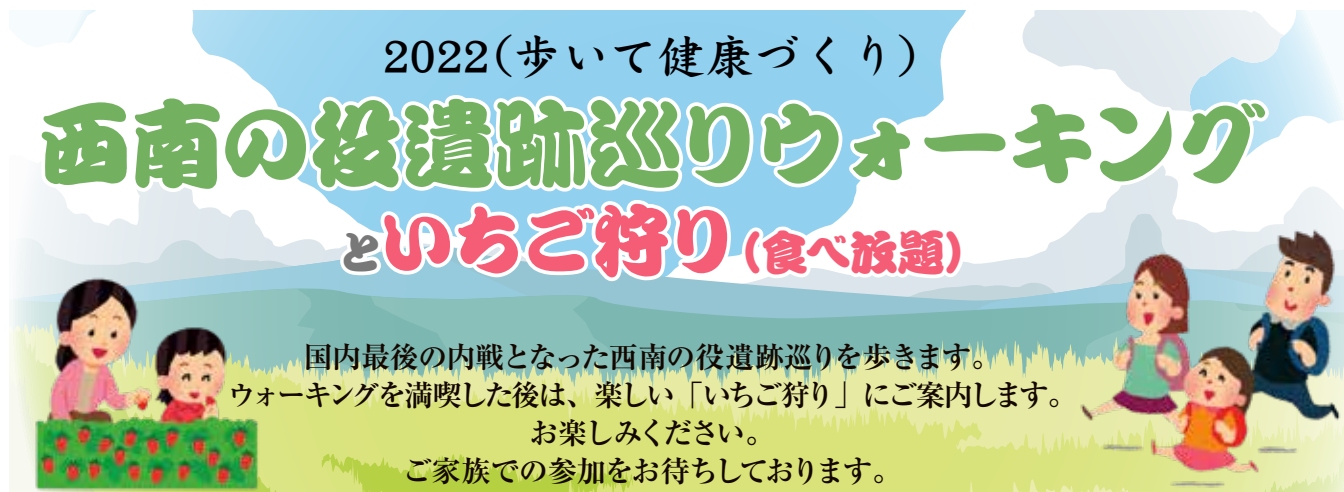


山頂にて



コバナタツナミソウ

傾斜が緩やかになると三角岳へ
270mの標識。三角駅から3キロ歩
いた。
最後の登りにあるグジラの形の石を
過ぎると、雲竜台から30分でひよっ
り山頂が現れた。
木洩れ日の樹木の間から眺望を楽し
みながら昼食。トンビがピーヒョロロ
口口と字余りの鳴声で旋回し、祝福
してくれた。



主催 一般財団法人熊本県社会保険協会

くまモンのタオル・温泉入浴券つき

開催日 令和4年3月12日(土) ※小雨決行

集合場所・時間 田原坂西南戦争資料館(田原坂公園)(駐車場あり) 午前8時30分集合 午前9時00分出発
(熊本市北区植木町豊岡858-1)

コース 約6~7kmコース(ガイド付き)
田原坂資料館(見学) → ウォーキング → いちご狩り(吉次園) → (バス移動) → 田原坂資料館
※田原坂資料館での解散は、午後2時頃の予定(昼食は用意しておりません)

参加費用 1人 500円(会員とその家族①~④) ※その他の方⑤は1,500円(いちご狩り食べ放題 資料館入館料含む)
※参加証(FAX)を持参のうえ、当日受付にご提出ください。

締め切り 3/4(金)締め切り(先着順)
※悪天候による中止の場合は、前日15時までに当協会ホームページに掲載いたします。

定員 先着50名(定員になり次第締め切ります。)

携行品 弁当、飲み物、帽子、雨具(雨の場合)、その他歩きやすい服装、シューズ

お申込み先 (一財)熊本県社会保険協会 ☎096-383-5600 FAX096-383-5614

西南の役遺跡巡りウォーキングと「いちご狩り」参加申込書(FAX用) ※コピー使用可

参加者には FAX にて「参加証」をお送りいたします。

※下記の内容について、該当箇所にご記入のうえ、FAXにてお申し込みください。

注)【参加者続柄】には下記の該当する番号をご記入ください。

①会員事業所にお勤めの方ご本人 ②配偶者 ③子・孫 ④親・祖父母 ⑤それ以外の友人・家族など

注)参加者 続柄番号	参加者氏名	性別	年齢	注)参加者 続柄番号	参加者氏名	性別	年齢
	参加代表者記入欄	男・女	歳			男・女	歳
		男・女	歳			男・女	歳
参加代表者の連絡先		携帯電話 (緊急連絡先)		FAX (参加証送付先)			

代表者勤務先名称

〒 -

勤務先住所

※この申込書に記入いただいた個人情報は、本事業の運営以外には使用いたしません。