

# LPAの会からのお役立ち情報

## 退職時の健康保険「任意継続」の制度が変わりました。

### ①退職時の健康保険について

健康保険は、務めている職場を退職すると、任意継続健康保険、国民健康保険、家族の健康保険(扶養に入っている方)などのいずれかに加入する手続きをする必要があります。

国民健康保険は聞いたことがあるという方もいると思いますが、任意継続健康保険という言葉は初めて聞いたという方もいると思います。任

意継続健康保険は、退職日まで継続して2ヶ月以上、勤務先で健康保険に加入し、退職翌日から20日以内に申請すると、勤務先で加入していた健康保険に退職した後も2年を限度に継続して加入できる制度です。病気やケガで仕事を休まなくてはならず給与が出ない時に給付される傷病手当などの一部の給付を除き、それまでと同じ保険給付は受けられません。しかしながら、事業者が半分負担していた保険料は全て本人負担になります。

### ②任意継続健康保険と国民健康保険の保険料の違いについて

2022年1月に改正された点の説明をするうえで関係していくため、任意継続健康保険と国民健康保険の保険料の違いについて記載します。

(1)任意継続健康保険の特徴は、保険料が退職時の標準報酬月額(月々の報酬を等級に分けたもの)で決まり、原則2年間変わりません。

(2)国民健康保険は、保険料が世帯の

国際健康保険加入人数によって変わり、前年の所得(1月～12月)によって来年度(4月～翌年3月)の保険料が決まるという特徴があります。また保険料の減免制度があります。

### ③2022年1月の制度改正で変わった点

これまで、任意継続健康保険に加入すると原則2年間加入し続けなければなりませんでしたが、2022年1月の改正で、2年を待たずに国民健康保険へ移行できるようになります。(2)で記載しましたが、国民健康保険へ移行すると、保険料が決まります。このことから、退職後すぐに国民健康保険に加入すると、保険料は高くなりますが、退職後に所得が下がったという方は、翌年度以降の保険料は下がることが想定されます。



材料・中身 (米ぬか200g  
玄米200g 塩100g  
唐辛子1本 ローリエ1枚)  
布、さらし (25cm×34cm)  
各一枚針 糸



写真の「ぬかたんぽ」は、今回的小物レシピを情報提供していただいた組合員さんの手作りです。2月号掲載後、情報の更新があったため本格的な寒さが来る前に再掲載します。

### カンタン小物

## レンジでホットカホカ 「ぬかたんぽ」

さむい季節は、



作り方  
①米ぬか、玄米、塩、唐辛子、ローリエを混ぜ合わせておく。  
②外表にさらしと布を重ね、長辺1辺を縫う(縫い代は約5mm)。縫つたら、側半分にして折る

※長期間使用しない場合は、虫やカビを発生させないようにするため、よく乾燥させ、保存容器や袋に入れて冷蔵庫で保管してください。乾燥状態で加熱すると、ぬかやローリエ等が発火する恐れがあるため、連続使用を避け、半日ほど間を開けてご使用ください。



広報担当も、レシピ作成時に上手く切れないことがあります。そこで、オープンペーパーと同じ、紙刃でペーパーにシリコーン樹脂が塗布されているCO・OPクッキングシート(写真はクッキングシートの紙刃)を切ってみました。端から切る際に、真ん中をがっちりおさえても同じ紙刃のCO・OPポリエチレンラップのように勢いよく切ろうとすると上手に切れませんでした。回答通り、端から少しづつ切るときれいに切ることができました。

当商品には環境への配慮から、個装箱に天然繊維を原料にした紙製のカット刃を付けております。刃の素材には、紙繊維を薬品処理してほぐしかためたものを使用しており、ご使用後に刃と箱を分別する必要がなく、処分性に優れているのも特長となっております。

また、当商品の個装箱はBOX型で、箱のフタでオープンペーパーを上から押さえ付けてカットしています。ただく仕様になつておりますが、ペーパーはシリコーン樹脂を両面に塗布した高密度耐油紙(パルプ纖維を高度にたたきほぐして抄紙した強度の強い紙)となつておりますので、金属刃と比較いたしますと、切りにくく感じられることがあるかと存じます。

そのほか、箱の中のオープンペーパーが少なくなり巻きが短くなりますと、カットする際に個箱のフタの抑えが利きにくく滑り

当商品のような紙刃でシートを切る際には、ペーパーを形状についてあらためて確認してまいります。

当商品のような紙刃でシートをしっかりと閉めて、箱の中央を親指で押さえ、ペーパーを手前で引き上げるように端から少しすつ切つていただきますと、比較的まっすぐに切れると思います。

参考にしていただけましたら幸いに存じます。

コーポ東北品質管理本部

C・無漂白オーブンペーパーが、紙の刃になつてから、きれいに切れなくなりました。切り方のコツを教えてください。

## Q&A拡大版