

# 法務ページ

## 2024.11 Vol.199

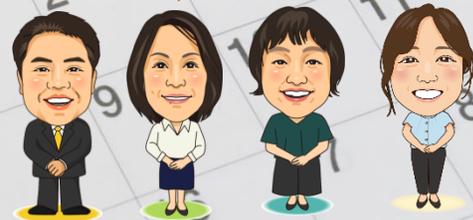
メルマガ「労務のツボ」月2回好評配信。登録はHPで

### せのお社会保険労務士・行政書士事務所

文化祭のシーズンですね。  
学芸会が楽しみです。



(発行・差出人)  
せのお社会保険労務士・行政書士事務所  
代表 妹尾 悟  
(返還先)  
岡山県井原市岩倉町1081-1 〒715-0016  
TEL (0866) 63-3213 FAX (0866) 63-3214  
●HPは「せのじむ」で検索してね♪



#### 徒然なるままに Vol.145

#### 新しい自転車



この時期になると「鍋」が楽しい社労士の妹尾です。今年は鍋の「器」にもこだわって、より一層、鍋を楽しみたいと思っています。益々、成長しそうです(^\_^)

先日、三男坊の体が成長し自転車が小さくなったので、私の父が孫にと、自転車を買ってくれました。

新しい自転車が嬉しい三男坊は、平日でも自転車に乗りがります。そのため私の日課のウォーキングにもついてきます。

三男坊は自転車、私は徒歩。いつものウォーキングコースを回りますが、自転車で伴走されているような状態になり、いつしかウォーキングがランニングに変わり、帰ってくるとヘトヘトです。まあ、その分、鍋が美味しくなりそうです。(^^)／ (妹尾 悟)

#### 知っ得！ 人事労務トピックス



#### ●12月2日、マイナ保険証が始まります

いよいよ12月2日から健康保険証とマイナンバーカードの一体化が始まります。そこで、今回の制度に関するポイントを、実際に手にする書類で確認しておきましょう。

##### ①健康保険証について

従来の健康保険証は本年12月2日に廃止。現在持っている健康保険証は、退職等で資格喪失にならない限り、令和7年12月1日まで使用できます。

##### ②マイナ保険証とは

マイナ保険証とは、マイナンバーカードを健康保険証として利用登録したものの。

##### ③資格確認書

資格確認書は、本年12月2日以降、資格取得届などによる本人からの申請に基づき、会社を経由しマイナ保険証を持っていない加入者に発行するもの。

#### 寒暖差アレルギー



こんにちは、スタッフの筒井です。  
皆さんの周りには、鼻がムズムズしたり、くしゃみを連発したりしている人はいませんか。その正体は、近年注目を集めている「寒暖差アレルギー」かもしれません。

太陽が出ている昼間は暖かいけれど、日が落ちた夕方以降は急激に冷え込む。秋から冬にかけての時期や春先などの季節の変わり目は、このように1日の寒暖差が大きくなります。それによって起きるくしゃみや鼻水、鼻づまりなどの症状を「寒暖差アレルギー」というらしいです。医学的には「血管運動性鼻炎」と呼ばれ、温度差が刺激となって鼻の粘膜の血管が広がり、粘膜が腫れることで引き起こされる症状と考えられているようです。(筒井 浩美)

#### 秋の恵み



こんにちは、スタッフの川合です。  
日に日に寒さが増してまいりましたが、お元気でお過ごしでしょうか。

紅葉の美しい季節ですので、今年は紅葉狩りに行きたいなと思っております。昨年の法務ページにも書きましたが、私の実家では田んぼしていて今年もお米をたくさん収穫することができました！

昨年は猪が田んぼに数回遊びに来ていましたが、今年は遊びに来ることなく無事に美味しいお米を収穫することができました。お米を食べるたびに、秋の恵みに感謝し、日々の生活に感謝の気持ちを忘れずに過ごしたいと思います。

(川合千愛輝)