

社会保険

No.58

令和7年1月発行

なごら



CONTENTS

新年のご挨拶…………… 2・3

日本年金機構からのお知らせ

社会保険の手続きはオンラインサービスをご利用ください… 4

老齢年金請求書等に添付する戸籍謄本等の省略… 5

協会けんぽからのお知らせ

長野支部の令和5年度インセンティブ制度実績は全国5位… 6

協会けんぽからのお知らせ

保険証の早期回収・返却にご協力をお願いします… 7

これからは医療機関を受診する際はマイナ保険証で！… 7

長野県社会保険協会からのお知らせ

ねんきん説明会のお知らせ…………… 8

一般財団法人 長野県社会保険協会

ホームページ <https://www.shaho-nagano.or.jp/> または



年頭のご挨拶



長野県社会保険協会
会長

大池 太士

謹んで新年のご挨拶を申し上げます。

会員の皆様方にはお健やかに新しい年をお迎えのこととお慶び申し上げます。

平素当協会の事業運営につきまして、皆様から格別のご支援、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感染症は相変わらず感染の拡大と縮小を繰り返しておりますが、社会生活においては各種の規制緩和に伴い、人の動きが大きくなって経済の動きも活発になりました。

しかし、コロナ後と言われる中、各国の金融政策による金利差が円安を進め、ウクライナ情勢や中東情勢も相まって物価高が恒常化し、国民生活に大きく影響しています。国が進める経済対策もすぐに効果が現れる状況にはなっておりませんが、国民の生活を守ることを第一に政府には政策立案を願ってほしいところです。

年々社会保障費が膨らみ続ける中で、医療保険制度を持続させていくために世代間の負担の見直しが行われ、公的年金制度においては老後の経済的安定を図るための見直しが議論されて始めています。社会保障や税制における様々な壁を取り払う予算編成も佳境を迎えました。

社会保障制度の役割はますます大きくなっておりますが、何としましても我々が安心できる制度として発展してほしいものです。

さて、当協会は県内の事業所の皆様を会員として設立されており、会員の皆様のご要望にお応えできるよう様々な事業を行っております。他方で社会保険制度の普及と円滑な運営を応援するために、制度の内容や事務手続に関する研修及び広報事業を積極的に行っております。

今後も会員の皆様や被保険者とご家族の健康保持と福利厚生のため、健康増進事業をはじめとする各種事業を確実に推進して参りたいと考えておりますので、ご理解とご協力をお願いする次第です。

結びに皆様方の益々のご活躍と事業所のご発展をご祈念申し上げ、年頭のご挨拶とさせていただきます。



日本年金機構
北関東信越地域部
長野南年金事務所
(長野県代表事務所) 所長

駒村 武彦

明けましておめでとうございます。

長野県社会保険協会並びに会員の皆様におかれましては、健やかに新しい年を迎えられたこととお喜び申し上げます。

日頃より公的年金事業の円滑な運営に多大なるご理解ご協力を賜り厚く御礼申し上げます。

日本年金機構では、公的年金制度の安定的な運営に向け、適用すべき国内居住者全てに年金制度を適用するとともに、適正な保険料の徴収、正確な給付に取り組んでまいりました。特に、国民年金保険料の納付率を年金制度に対するバロメーターとして、組織を挙げて引上げに取り組んできた結果、国民年金保険料の最終納付率は11年連続で上昇、令和4年度に機構発足後初めて80%台に到達し、以降も上昇を続けております。また、厚生年金では、令和5年度において新たに未適用事業所約9.5万事業所を新規適用するなど、基幹業務を着実に進めてきたところであります。

さて、我が国の喫緊の課題である少子高齢化や生産年齢人口の減少問題について政府主導による対策が進められる中、令和6年10月から短期労働者に対する被保険者の適用が従業員数51人以上の事業所に拡大されたところです。政府が目指す持続的な成長を可能とする経済構造の構築を担う事業として、引き続き制度周知に積極的に取り組んでまいります。

本年も、年金を正しく確実にお支払いし、国民の皆様の生活を支え、将来の経済的基盤、安心を提供するという当機構に与えられた使命を果たしてまいります。

年頭にあたり、長野県社会保険協会の益々のご発展と、会員の皆様のご健勝を祈念いたしまして、新年のご挨拶とさせていただきます。



全国健康保険協会
長野支部 支部長

清水 昭

謹んで新春のお慶びを申し上げます。

平素は、全国健康保険協会の事業運営にご理解とご協力を賜り厚く御礼申し上げます。

わが国は世界で最も高齢化が進んだ国のひとつです。そうした中、「健康寿命」への関心が高まっています。国の健康づくり運動「健康日本21（第三次）」では、第二次に引き続き「健康寿命の延伸と健康格差の縮小」に向け51項目の目標を設定しています。

さて、健康寿命とは一体どういうことをいうのでしょうか。実は、健康寿命の定義（指標）は、①健康上の問題で日常生活に制限のない期間の平均、②自分が健康であると自覚している期間の平均、③要介護2以上でない期間の平均、と三つあります。①②は3年ごとに行われる国民生活基礎調査の結果を用いていますが、調査はアンケート形式で行われるため、回答者の主観により左右されるものです。一方、③は介護認定の状況から導き出される客観的指標と断言は出来ませんが、

国の統計では、これらのうち①を主指標とし、残りの二つを補完的なものと位置付けています。何故でしょうか。それは、要介護度が表す「身体の健康」よりも自分の健康が日常生活に影響ないと考えられる「心の健康」をより重要視しているからだと思えます。主観的健康感が悪くなるにしたがって要介護となる割合が増えるというデータもあるようです。自分はまだまだ普通の生活をするのに支障がない体だ、と考えることができる、自分の体に自信を持つことが健康寿命を伸ばす秘訣なのかもしれません。

ちなみに長野県民の健康寿命ですが、①の指標で見ると、男女とも全国で30位台、③の指標だと、男女とも全国1位となっています。少し考えさせられるところもあるのではないのでしょうか。気持ちを強く持って来る超高齢化社会に臨みたいものです。

本年もよろしくお願いたします。長野県社会保険協会様ならびに会員企業様のますますのご発展、ご繁栄を祈念申し上げます。



あけましておめでとうございます。



本年も何卒よろしくお願申し上げます。

（一財）長野県社会保険協会

社会保険委員会

※日本年金機構※

- 会長（理事・中信支部長）
大池 太士
- 副会長（理事・長野北支部長）
羽生田豪太
- 理事（長野支部長）
山上 哲生
- 理事（東信支部長）
堀内 文雄
- 理事（南信支部長）
宮坂 好史
- 理事（伊那支部長）
増澤 良雄
- 理事（飯田支部長）
福澤 栄夫
- 監事
平石 直哉
- 監事
古川 穰

- 評議員 **堀川 明寛**
- 評議員 **牧 幸夫**
- 評議員 **鈴木 聡志**
- 評議員 **木下 敏彦**
- 評議員 **中林 健一**
- 評議員 **松尾 優**
- 評議員 **宇治 一成**
- 評議員 **小林 義直**
- 評議員 **矢ヶ崎 清**

- 長野南社会保険委員会
会長 **山上 哲生**
- 岡谷社会保険委員会
会長 **山田 利明**
- 伊那社会保険委員会
会長 **中林 健一**
- 飯田社会保険委員会
会長 **片桐 眞樹**
- 松本社会保険委員会
会長 **宇治 一成**
- 小諸社会保険委員会
会長 **鈴木 聡志**

- 長野南年金事務所長
駒村 武彦
- 長野北年金事務所長
駒村 武彦
(併任)
- 岡谷年金事務所長
東方 武志
- 伊那年金事務所長
北原 義則
- 飯田年金事務所長
上條 敬司
- 松本年金事務所長
清沢 聡
- 小諸年金事務所長
高野 勇樹

日本年金機構からのお知らせ

事業主の
皆さまへ

社会保険の手続きは オンラインサービスをご利用ください



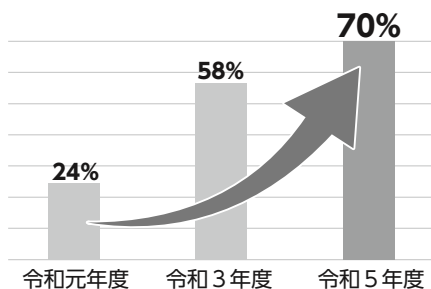
業務効率化やコスト削減など、メリットがたくさんあります！

オンラインサービスの種類

電子申請

- 資格取得届や算定基礎届等の社会保険（健康保険・厚生年金保険）手続きを、e-Govやマイナポータルを使って、オンラインで申請・届出できるサービスです。
- 主要な届出※の電子申請割合は、令和5年度末に70%になりました。

主要な届出の電子申請割合



※資格取得届・資格喪失届・算定基礎届・月額変更届・賞与支払届・被扶養者（異動）届・国民年金第3号被保険者関係届

e-Gov: デジタル庁が運営する総合的な行政ポータルサイトです。
マイナポータル: デジタル庁が運営する、行政手続きの検索・電子申請などをワンストップで行うことができるサービスです。

オンライン事業所年金情報サービス

- 毎月の社会保険料額や被保険者データ等の各種情報・通知書をオンラインで受け取れるサービスです。

<受け取れる情報>

保険料関係の情報・通知書

- ・社会保険料額情報
月末に納付する社会保険料の見込額の情報
- ・保険料納入告知額・領収済額通知書
当月の口座振替額と前月の領収額をお知らせする通知書
- ・その他情報
保険料増減内訳書や賞与保険料算出内訳書等の情報

電子申請に活用可能な情報

- ・被保険者データ
社会保険に加入している従業員等の情報。「届書作成プログラム」に取り込むことで、簡単に届書を作成可能

メリットがたくさんあります

電子申請

- いつでもどこでも申請可能**
24時間365日オンラインで申請できます。在宅勤務をしても、自宅から申請できます。
- 処理が速くて正確**
申請データをそのまま取り込んで処理するため、紙の届出と比べ文字の曖昧さがなく、速く処理されます。
- コスト削減**
紙や電子媒体の届出の郵送費、年金事務所窓口に出向くときの時間や交通費が削減できます。
- 申請時のチェック・データ管理が簡単**
申請時に不備がないかシステムチェックができます。処理状況・結果通知をPCで確認でき、データ管理も簡単です。

オンライン事業所年金情報サービス

- 連絡不要で定期的に受け取りが可能**
1度の申し込みで、定期的に必要な情報・通知書のデータを受け取ることができます。
- 早く受け取り・確認が可能**
例えば、被保険者データは、郵送よりも20日間程度早く受け取り・確認することができます。
- 電子申請が簡単に**
被保険者データを「届書作成プログラム」に取り込むことで、簡単に届書データの作成・電子申請ができます。
- いつでも確認が可能で、共有も簡単**
24時間365日オンラインで確認できます。また、関係者間での情報共有が容易になります。

老齢年金請求書等に添付する戸籍謄本等の省略

(1)改正内容

- 日本年金機構では令和6年11月から、マイナンバーを活用した行政機関間の情報連携により取得する戸籍関係情報の本格運用が開始されました。これにともない、老齢年金請求書等に添付する戸籍謄本または戸籍抄本の一部が省略可能となっています。

(2)年金給付関係対象届及び戸籍添付省略範囲

- 配偶者との身分関係を確認するための戸籍謄本等の添付は省略する。子との身分関係を確認する場合は、20歳以下を対象とする場合に限り戸籍謄本等の添付を省略する。

※場合によっては、添付省略にならないケースがあります。詳細は日本年金機構HP「大切なお知らせ2024」をご覧ください。

手続	届書名	身分確認の範囲	
		添付省略可	添付省略不可
老齢年金	・年金請求書（国民年金・厚生年金老齢給付） ・厚生年金保険老齢年金請求書 旧 他	配偶者、子	—
障害年金	・年金請求書（国民年金障害基礎年金） ・年金請求書（国民年金・厚生年金保険障害給付） 他	配偶者、子	—
遺族年金	・年金請求書（国民年金・厚生年金保険遺族給付） ・年金請求書（国民年金遺族基礎年金） 他	配偶者、子	父母、孫、祖父母
	・年金請求書（国民年金寡婦年金）	配偶者	—
	・国民年金死亡一時金請求書	配偶者 子（20歳以下）※1	子（20歳超） 父母、孫、祖父母、兄弟姉妹
未支給年金	・未支給年金・未支払給付金請求書 他	配偶者 子（20歳以下）※2	子（20歳超） 父母、孫、祖父母、兄弟姉妹 その他3親等以内の親族
諸変更 その他	・老齢厚生年金・退職共済年金加給年金額加算 開始事由該当届 ・老齢基礎／老齢厚生年金裁定請求書／ 支給繰下げ請求書 他	配偶者、子	—

※1 令和6年11月1日の開始時点では配偶者のみを対象とする。

※2 令和6年11月1日の開始時点では子は遺族年金と同時請求を行う場合を対象とする。

(3)開始日：令和6年11月1日

協会けんぽからのお知らせ

長野支部の令和5年度インセンティブ制度実績は全国5位

- ◎インセンティブ制度とは、協会けんぽの加入者及び事業主の皆さまの取組に応じてインセンティブ（報奨金）を付与し、翌々年度の健康保険料率に反映させる制度です。
（令和5年度の取組結果→令和7年度の健康保険料率に反映）
- ◎全国47支部が下記「5つの評価指標」に対して、各実績値とともに前年度からの伸び率等が考慮された得点によりランキングした結果、上位15位以内の支部に対してインセンティブ（報奨金）が付与されます。

長野支部の令和5年度の実績は…

総合順位（全国47支部中） **5位**



→ 上位15位以内になったことにより報奨金を獲得することができ、令和7年度の健康保険料率に反映します。

評価指標	令和5年度順位 (前年度順位)	皆様にご協力いただきたいこと
①特定健診等の実施率	26位 (11位)	<ul style="list-style-type: none"> 協会けんぽの生活習慣病予防健診（被保険者の方）、特定健診（被扶養者の方）を受診してください。 労働安全衛生法に基づく定期健診を実施している事業所様は、協会けんぽ加入者の方（40歳以上）の健診結果のデータをご提供ください。
②特定保健指導の実施率	8位 (12位)	<ul style="list-style-type: none"> 健診結果で生活習慣の改善が必要と判定された方（※1）は、協会けんぽの特定保健指導をご利用ください。 <p>（※1）腹囲：男性85cm以上、女性90cm以上、 収縮期血圧：130mmHg以上、空腹時血糖：100mg/dl以上など。</p>
③特定保健指導対象者の減少率	19位 (14位)	<ul style="list-style-type: none"> 特定保健指導の対象とならないよう、日常から健康的な生活習慣に取り組んでください。 特定保健指導を受けた方は、プログラムに最後まで取り組むとともに、必要に応じて医療機関を受診してください。
④医療機関への受診勧奨基準において速やかに受診を要する者の医療機関受診率	9位 (21位)	<ul style="list-style-type: none"> 生活習慣病予防健診の結果、血圧や血糖値、脂質の項目で「要治療者（再検査含む）」の判定を受けた方は、必ず医療機関へ受診してください。
⑤後発医薬品の使用割合	3位 (21位)	<ul style="list-style-type: none"> 医療機関や薬局でお薬を受け取る際は積極的に後発医薬品（ジェネリック医薬品）（※2）をご選択ください。 <p>（※2）後発医薬品（ジェネリック医薬品）とは、新薬（先発医薬品）と同等の有効成分・効能があると厚生労働省から認められている安価なお薬です。</p>

全ての事業主、加入者の皆さまの日々の健康への取り組みが、保険料の軽減および医療費適正化につながります。
協会けんぽも全力でサポートいたしますので、共に取り組んでまいりましょう。



「インセンティブ制度」に関するお問い合わせは企画総務グループ(TEL:026-238-1250音声案内4)まで

保険証の早期回収・返却にご協力をお願いします

退職日の翌日や扶養解除日以降の保険証は無効になります。無効になった保険証を使用して医療機関を受診することがないように、保険証の速やかな回収・返却にご協力ください。

また「退職予定の従業員様」や、「扶養から外れるご家族様」がいらっしゃる場合は、必ず該当の従業員に以下の2点をお伝えください。

① 保険証が使用できるのは**退職日**までです

保険証は退職日の翌日から使用できません。

ご家族（被扶養者）が扶養から外れた場合は、**扶養解除日**から使用できなくなります。

② 退職により無効となった保険証は、事業所へ返却しましょう

ご家族（被扶養者）の保険証も忘れずにご返却ください。



※令和6年12月2日より新たな保険証は発行されなくなりましたが、発行済みの保険証は令和7年12月1日までお使いいただくことができます。そのため、令和7年12月1日までに退職や扶養から外れた方の保険証については返却・回収が必要となります。

「保険証の回収」に関するお問い合わせはレセプトグループ(TEL:026-238-1250 音声案内3)まで

これからは医療機関を受診する際はマイナ保険証で！

令和6年12月2日より新規に保険証の発行はされなくなり、
マイナ保険証による医療機関等の受診を基本とした仕組みに変わりました。

～医療機関等を受診する際にマイナンバーカードを使用すると、多くのメリットがあります～

- メリット 1** **医療情報の共有化で安心！**
 健診結果や過去の診療・お薬情報を医師と共有でき、自身の健康・医療データに基づくより適切な医療を受けられます。
- メリット 2** **手続きなしで高額な窓口負担が不要に！**
 医療費が高額な場合に申請する「限度額適用認定証」が不要になります。
- メリット 3** **確定申告の医療費控除申請がカンタンに！**
 マイナポータルのカンタンな手続きで、領収書を保管・提出する必要もなくなります。



マイナ保険証についての
特設サイトはこちらから



マイナ保険証に関するお問い合わせは
(026-238-1250 音声案内0)まで



共に目指します。世界で一番（ACE）の健康長寿。
全国健康保険協会 長野支部
 協会けんぽ

メルマガ登録から健康づくりを始めよう♪
 毎月10日に健康情報配信中！
 登録はこちらから→→→



kyoukaikenpo.or.jp(の後ろ)からのメールを受信できるよう設定してください

ゴンドラ(リフト)&ロープウェイ利用補助券ウィンターシーズンについて



利用補助券裏面の、利用できる券種等を変更された施設があります。
ご利用の際は、当協会HPをご確認ください。



協会
ホームページ

ねんきん説明会のお知らせ

参加費
無料

充実したシニアライフに必要な「年金」について、下記の日程でねんきん説明会を開催いたします。
参加を希望される方は、事前にお申し込みのうえ、ご出席ください。

会場	長野	小諸	岡谷	伊那	飯田	松本
日時	1月27日(月) 14:00~	2月5日(水) 14:00~	1月24日(金) 14:00~	1月28日(火) 14:00~	2月4日(火) 14:00~	2月6日(木) 14:00~
場所	ホテル信濃路	小諸市文化センター	テクノプラザおかや	きたっせ	飯田文化会館	サンプロアルウィン
	長野市中御所 岡田町131-4	小諸市乙女甲 1275-2	岡谷市本町 1-1-1	伊那市山寺 1979-2	飯田市高羽町 5-5-1	松本市神林 5300
申込先FAX	026-227-1545		0266-21-2423			
お問い合わせ	東北信事務センター TEL 026-227-1455		中南信事務センター TEL 0266-21-2422			

内容 老齢年金・在職老齢年金等について (120分)

講師 日本年金機構年金事務所職員

定員 50名

対象者 社会保険加入事業所の被保険者とそのご家族の方及び事業所の社会保険事務担当者

申込方法 下記の参加申込書にご記入いただき、**FAX**にてお申し込みください。
*受講の決定については、開催日までにお申し込みください。

申込期限 **開催日の1週間前(必着)** *ただし、定員になり次第締切とさせていただきます。

「ねんきん説明会」参加申込書

FAX送信日 月 日

希望会場 (○をつけてください)	長野	小諸	岡谷	伊那	飯田	松本
事業所名			事業所記号	(例 01-いろは)		
所在地	〒					
電話番号						
申込責任者	*後日、申込責任者あて「受講票」をお送りいたします。					
フリガナ 参加者氏名	①		③		*協会使用欄	
	②		④			
説明会で特に聞きたい事項がありましたらお書きください。						

*ご記入いただきました個人情報は、当説明会の運営のみに使用させていただきます。