



2023 No. 597
4・5
月号

社会保険 ながさき

一般財団法人長崎県社会保険協会 長崎県長崎市松山町4番52号 TEL (095) 844-7120 <https://shaho-nagasaki.or.jp/>



「松本ツツジ園 満開のツツジ」

Contents

日本年金機構 年金事務所

- 資格取得時のご本人確認の徹底のお願い 2
- 被保険者資格取得届などの届出は
便利な電子申請をご利用ください! 3
- 出張年金相談所のご案内 8

全国健康保険協会 長崎支部

- 令和5年4月スタート!
令和生活習慣病予防健診の自己負担額を軽減します 4
- 令和5年度の保険料率とインセンティブ制度について 5

一般財団法人長崎県社会保険協会

- 社会保険事務講習会
(算定基礎届・労働保険年度更新) お知らせ 6
- 健康啓発DVDの貸し出しのお知らせ 6
- 令和5年度 事業計画及び予算案が承認されました 7
- 職場の健康づくりを応援します 8

回 覧



事業所内で回覧をお願いいたします。

資格取得時のご本人確認の徹底のお願い

日本年金機構では、資格取得の一層の適正化に努めるため、事業主の方に資格取得時のご本人確認の徹底をお願いしています。



新たに採用する（被保険者となる）方

本人確認を行ったうえで、個人番号をご記入ください。基礎年金番号（※1）を記入する場合は、年金手帳等に記載されている番号を左詰めでご記入ください。

個人番号または基礎年金番号の確認ができない場合

A

住民票で個人番号を確認し、運転免許証等により身元確認をお願いします。

資格取得届に個人番号を記入のうえ、ご提出ください。

B

運転免許証等によりご本人確認をお願いします。

「資格取得届」と「基礎年金番号通知書再交付申請書（※2）」を併せてご提出ください。

〈本人確認ができる主なもの〉

運転免許証、マイナンバーカード（写真付きのもの）、住民基本台帳カード（写真付きのもの）、旅券（パスポート）、在留カード、国または地方公共団体の機関が発行した資格証明書（写真付きのもの）等（その他、本人確認の証明書については日本年金機構ホームページの「申請・届出様式」をご覧ください。）

※上記確認書類は有効期限内のものに限ります。

- （※1） ・ 日本に住所を有する20歳以上の方であれば、原則として基礎年金番号をお持ちです。
- ・ 20歳未満、外国人の方で、基礎年金番号をお持ちでない方は、必ず個人番号を記入したうえで、ご提出ください。
- （※2） 「基礎年金番号通知書再交付申請書」には、職歴等を漏れなくご記入ください。

～60歳以上の方が退職後1日の間もなく再雇用された場合～

被保険者資格喪失届と被保険者資格取得届を同時に提出していただくことにより、再雇用された月から再雇用後の給与に応じた標準報酬月額に決定することができます。

以下の(1)と(2)の両方、又は(3)を添付のうえ提出してください。

- (1) 就業規則や退職辞令の写し（退職日が確認できるもの）
- (2) 雇用契約書（継続して再雇用された日が確認できるもの）
- (3) 退職日及び再雇用された日に関する事業主の証明書

※電子申請により提出される場合は画像ファイル（PDF形式・JPEG形式）による添付データとして提出してください。

被保険者資格取得届などの届出は 便利な電子申請をご利用ください!

「電子申請」とは、インターネットを利用して申請・届出をする方法です。インターネットを経由するため、**いつでも・どこでも**手続きができます。

また、申請するために移動したり郵送する必要が無いため、書面や CD・DVD で行う申請に比べて、**コストが掛からない**などのメリットがあります。皆さま、ぜひこの機会に、電子申請の利用についてご検討ください。



電子申請のメリット



- 24時間365日、いつでも申請が可能です。
- 年金事務所に行かなくても、職場や出先などから申請が可能です。
- 移動時間や交通費、郵送費などのコスト削減が期待できます。
- 決定通知書をパソコンから確認できます。
- 保険証は紙で申請されるより**3～4日早く届きます**。

電子申請に関するお問い合わせ先

ねんきん加入者ダイヤル (日本年金機構電子申請・電子媒体申請照会窓口)

0570-007-123 ➡ [2番]をお選びください
(ナビダイヤル)

050 から始まる電話でおかけになる場合は、

03-6837-2913 ➡ [2番]をお選びください

〈受付時間〉 月～金曜日：午前 8 時 30 分～午後 7 時
第 2 土曜日：午前 9 時 30 分～午後 4 時
※祝日(第 2 土曜日を除く)、12 月 29 日～1 月 3 日は
ご利用いただけません。

ご提出にあたりご不明な点は「**電子申請相談チャット**」へ！
日本年金機構ホームページでは、電子申請に関するよくあるお問い合わせに自動でお答えする相談チャットを開設しています。
24時間いつでも対応していますので、ぜひご利用ください。

※日本年金機構ホームページでは、電子申請の具体的な利用方法、電子申請に関する Q&A や、お近くの年金事務所の所在地などもご覧いただけます。

日本年金機構ホームページに利用手順を掲載しています。
併せて利用手順の説明動画も掲載しています。ぜひ、ご覧ください。

<https://www.nenkin.go.jp/denshibenri/e-gov.html>

日本年金機構 電子申請

検索

令和5年4月スタート！ 生活習慣病予防健診の自己負担額を軽減します

令和5年度（令和5年4月1日受診分）より、生活習慣病予防健診の自己負担額を軽減します。
令和4年度まで生活習慣病予防健診をご利用されていない事業所様も、これを機会にぜひ生活習慣病予防健診のご利用をおすすめいたします。

一般健診（35歳～74歳の被保険者様対象）の自己負担額

軽減前

最高

7,169円



軽減後

最高

5,282円

最高18,865円の健診費用のうち、
約7割（最高13,583円）を協会けんぽが補助



付加健診（一般健診を受診する40歳、50歳の方が対象）の自己負担額

軽減前

最高

4,802円



軽減後

最高

2,689円

※令和6年4月より、付加健診の対象年齢について、現行の40歳、50歳に加え、45歳、55歳、60歳、65歳、70歳も対象になります。

生活習慣病予防健診とは？

- ・労働安全衛生法で定められた定期健診項目にプラスして、胃がん検診、大腸がん検診が受けられます。
- ・労働安全衛生法の項目を含んでいるため、定期健診の代わりとして受診できます。

乳がん検診、子宮頸がん検診、肝炎ウイルス検査の自己負担も同様に軽減します。

受けてだけで終わらせない！健診結果を次の行動にいかしましょう

健診を受け…

●生活習慣の改善が必要と判断された方

→ **特定保健指導**を利用しましょう！

健診の結果、生活習慣病のリスクが認められた方には、保健師・管理栄養士による特定保健指導（健康サポート）の案内を行います。対象となる方はご利用をお願いします。

●治療が必要と判断された方

→ **医療機関へ早期に受診**しましょう！

治療が必要と判断された場合は、早期に医療機関へ受診しましょう。協会けんぽでは、健診の結果、血圧値、血糖値、LDLコレステロール値が要治療・要精密検査と判定された方で、医療機関への受診が確認できない方へ、受診をお勧めする文書を送付しています。



令和5年度の保険料率と インセンティブ制度について

協会けんぽ長崎支部の令和5年度の保険料率は令和5年3月分(4月納付分)から以下の通り変更となりました。

健康保険料率	令和4年度 10.47% → 令和5年度 10.21%
介護保険料率	令和4年度 1.64% → 令和5年度 1.82%

※40歳から64歳までの方(介護保険第2号被保険者)には、健康保険料率に全国一律の介護保険料率が加わります。
※賞与については、支給日が3月1日分から変更後の保険料率が適用されます。

----- インセンティブ制度とは? -----

インセンティブ制度は、協会けんぽの加入者および事業主の皆さまの健康づくり等にかかる取り組み実績に応じて、健康保険料率にインセンティブを付与するものです。皆さまの取り組みが健康保険料率に反映されますので、下記の5つの評価指標にかかる取り組みの推進にご協力をお願いします。

指標① 特定健診等の実施率

加入者様

協会けんぽの健診を毎年受診しましょう！
＜被保険者(ご本人)様＞生活習慣病予防健診
＜被扶養者(ご家族)様＞特定健診

事業主様

協会けんぽの健診以外(事業者健診)を実施されている場合は、健診結果データを協会けんぽへ提供してください！(40歳以上の協会けんぽ加入者様分)

指標② 特定保健指導の実施率

加入者様

健診結果で「生活改善が必要」と判定された場合には、協会けんぽの特定保健指導を受けましょう！

事業主様

特定保健指導は主に保健師等が事業所を訪問し実施します。事業所で特定保健指導を受けられるよう環境整備にご協力をお願いします。

指標③ 特定保健指導対象者の減少率

加入者様

特定保健指導の対象とならないように、日頃から健康的な生活習慣に取り組みましょう。

また、特定保健指導を受けた方は、保健師等に相談しながら最後まで中断することなく継続しましょう！

指標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

加入者様

健診の結果、「血圧、血糖、脂質が要治療(再検査含む)」の判定を受けた方は必ず医療機関を受診しましょう。

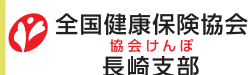
事業主様

従業員の健診結果を把握し、「要治療者」に対して受診を促してください。

指標⑤ 後発医薬品(ジェネリック医薬品)の使用割合

加入者様

医療機関でお薬が処方される場合、医師や薬剤師に「ジェネリック医薬品」の希望を伝え、積極的にご利用ください。



〒850-8537 長崎市大黒町9-22 大久保大黒町ビル本館8階
電話：095-829-6000
(受付時間/平日8:30~17:15)

協会けんぽ長崎

検索

メルマガ無料配信中



協会けんぽ長崎支部キャラクター

＼尾まがり猫家族／





社会保険事務講習会（算定基礎届・労働保険年度更新）お知らせ

下記申込書をご記入いただき、FAX でお申し込みください。ホームページからもお申し込みいただけます。

開催日	会場	定員
5月9日(火)	長崎商工会議所	50名程度
5月11日(木)	アルカスSASEBO	50名程度
5月16日(火)	諫早商工会館	50名程度

- 受付 13:00
 - 開会 13:20
 - 終了 16:00頃
- ※各会場共通

- ◆対象者 会員事業所に勤務され参加を希望する方 ◆講師 特定社会保険労務士
- ◆内容 算定基礎届・労働保険年度更新
- ◆参加費 無料（非会員事業所の方は資料代等として3,000円ご負担ください）
- ◆その他 詳細を後日連絡します。（FAX、ホームページ（メール）申込は返信）定員になり次第締め切ります。

社会保険事務講習会（算定基礎届・労働保険年度更新）参加申込書

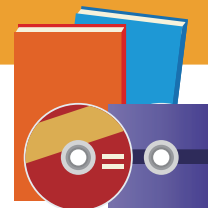
※希望会場に○を付してください。

参加希望会場	1. 長崎会場	2. 佐世保会場	3. 諫早会場
参加者氏名	担当者		
事業所名	〒		
事業所の所在地	所在地		
	電話	-	-
		FAX	-

※このお申込書にご記入いただいた個人情報は本事業の運営およびそれに関するご連絡等以外に使用しません。

健康啓発DVDの貸し出しのお知らせ

長崎県社会保険協会では、会員事業所を対象に「健康啓発DVD」を無償で貸し出しています。職場の健康づくりや研修会等にご活用ください。



健康啓発DVD借用申込書

貸し出しDVD 番号に○印を付してください	番号	タイトル			
	1	はじめてのウォーキング&ジョギング (31分)			
	2	若々しい体をキープ エクササイズ&ダイエット (32分)			
	3	Good-Bye ストレス (約29分)			
	4	正しく知れば怖くない がんのお話 (26分)			
	5	ストレスコーピングによるセルフケア (26分)			
	6	ストレスチェックを活用したセルフケア (25分)			
	7	部下が休職する前にできること (25分)			
	8	パワハラと指導の違いを学ぶ			
	9	指導をパワハラと言われないために			
貸し出し期間	自 令和 年 月 日から	視聴者人員 (予定) 名			
	至 令和 年 月 日まで希望する				
事業所名	〒				
所在地	電話番号 - -				
	担当者				

※お申し込み順に貸し出しますので貸出中の場合は、返却後となります。ご了承ください。

令和5年度 社会保険協会費（年会費）納入のお願い

社会保険協会の事業運営につきましては、平素よりご理解を賜りまして厚く御礼申し上げます。令和5年度の協会費の納付書を同封しておりますので、ご納付につきまして引き続き格別のご理解を賜りますようお願い申し上げます。

令和5年度 事業計画及び予算案が承認されました

当協会の理事会が開催され、令和5年度の事業計画と収支予算案について承認可決されました。

令和5年度 正味財産増減予算書 令和5年4月1日～令和6年3月31日

一般財団法人 長崎県社会保険協会 (単位:千円)

科目	予算額	前年度予算額	増減額
I一般正味財産増減の部			
1. 経常増減の部			
(1) 経常収益			
① 基本財産運用益	1	1	0
② 特定資産運用益	1	1	0
③ 受取会費	41,600	42,600	△ 1,000
④ 事業収益	0	0	0
⑤ 雑収益	24	24	0
経常収益計	41,626	42,626	△ 1,000
(2) 経常費用			
① 事業費	31,169	31,910	△ 741
② 管理費	10,385	10,566	△ 181
経常費用計	41,554	42,476	△ 922
当期経常増減額	72	150	△ 78
2. 経常外増減の部			
(1) 経常外収益	0	0	0
(2) 経常外費用	0	0	0
当期経常外増減額	0	0	0
当期一般正味財産増減額	72	150	△ 78
一般正味財産期首残高	89,947	85,434	4,513
一般正味財産期末残高	90,019	85,584	4,435
II正味財産期末残高	90,019	85,584	4,435

1. 社会保険制度の普及発展を図るための啓発事業

- ① 広報誌「社会保険ながさき」を作成し配布する。
- ② 事業所の社会保険事務担当者を対象とした「社会保険事務講習会」を次のとおり開催する。
 - ・ 算定基礎届と労働保険年度更新 ・ 初級編
 - ・ 労働保険・年金 ・ ライフステージ ・ 中級編
- ③ 年金ライフプランセミナーを開催する。
- ④ 会員事業所並びに新規適用事業所に対し、社会保険制度の解説及び「社会保険実務の手引き」等の冊子を配布する。

2. 被保険者等の福利増進及び健康の保持増進に関する事業

- ① 事業所における「健康づくり」に、健康運動指導士等を派遣し、健康指導講習会及び健康相談を実施する。健康相談所を開設する。
- ② 事業主及び被保険者等の健康の保持増進に関する事業を実施する。
 - ・ 健康啓発DVD貸し出し ・ 施設優待事業 ・ 家庭常備薬幹旋事業
 - ・ 社会保険ウォーキング大会 ・ 施設利用補助等 ・ ボウリング大会
 - ・ ソフトバレーボール大会 ・ 日帰りバスツアー ・ その他必要な事業

3. 各種団体との協調に関する事業

全国社会保険協会連合会並びに日本年金機構県内年金事務所、全国健康保険協会長崎支部、全国社会保険委員会連合会等の事業運営に協力する。長崎県社会保険委員会を支援・助成し、委員会活動及び委員活動の推進に寄与する。

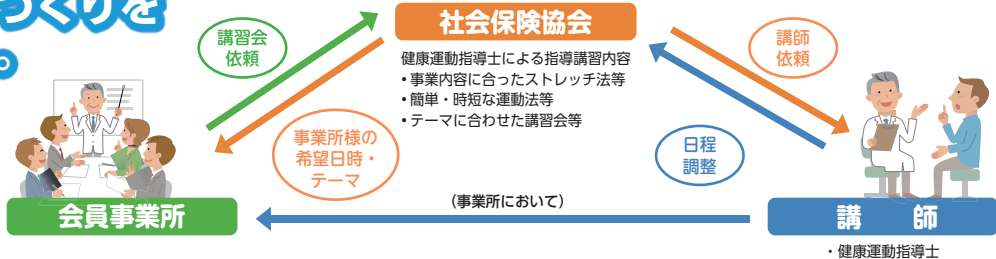
令和5年度 社会保険協会の主な事業

※実施月を変更する場合がございますので、広報誌・ホームページ等でご確認ください。ご不明な点は、お気軽にお問い合わせください。

通年	<ul style="list-style-type: none"> ・ ホームページ更新 ・ 健康づくり事業（職場の健康づくり、健康相談、健康啓発DVD貸し出し） ・ 健康相談所の開設 ・ 施設利用補助事業（温泉（通年）、海の家（夏季）） 		
4月	広報誌「社会保険ながさき」4・5月号	10月	広報誌「社会保険ながさき」10・11月号
5月	講習会（算定基礎届、労働保険年度更新） 長崎市、佐世保市、諫早市	10月	社会保険ウォーキング大会（県南、県北）
6月	広報誌「社会保険ながさき」6・7月号		ソフトバレーボール大会（壱崎市）
7月	講習会（初級編）長崎市、佐世保市、諫早市 講習会（中級編）五島市	11月	講習会（出産・育児・介護等）長崎市、佐世保市、諫早市
8月	講習会（労働保険・年金セミナー） 長崎市、佐世保市、諫早市	12月	広報誌「社会保険ながさき」12・1月号
	広報誌「社会保険ながさき」8・9月号		社会保険ボウリング大会（地区大会）
9月	年金ライフプランセミナー 長崎市、佐世保市、島原市	1月	社会保険ボウリング大会（県大会）
			2月
			講習会（中級編）長崎市、佐世保市、諫早市、新上五島町

無料 職場の健康づくりを応援します。

職場で働く皆様の健康管理と保持増進のサポートをいたします。
 お気軽にお申し込みください。



健康運動指導士による職場の健康づくり申込書

希望年月日	令和 年 月 日 () 時 分から 時 分まで	参加人数	名
希望する内容	例) 主に机上作業が多いため、肩こり解消運動法 例) テーマはお任せ。講演と実技を交えた講習会 等		
事業所名	担当者		
事業所所在地	〒 - 電話 ()		

令和5年4月・5月

出張年金相談所のご案内

各年金事務所では出張年金相談所を開設しています。どうぞご利用ください。

出張年金相談は予約制です。予約に関しましては市町窓口にお問い合わせください。ただし、西海市、平戸市、松浦市、対馬市の予約は管轄年金事務所にお申し込みください。五島市、壱岐市の予約はテレビ電話相談予約電話へお申し込みください。
 相談においでの際には、年金証書、振込通知書、年金手帳、被保険者証など、ご本人であることを確認できるものを必ずお持ちください。
 代理の方が相談を受けられる場合は、委任状、印鑑及び本人確認ができる身分証明書(運転免許証等)が必要です。

長崎南年金事務所 〒850-8533 長崎市金屋町3-1 ☎095-825-8707

開設日	時間	市町名	場所
令和5年4月13日(木)	9:00~12:00 13:00~15:00	新上五島町	新上五島町役場会議室
令和5年5月10日(水)	9:00~12:00 13:00~16:00	新上五島町	新上五島町役場会議室
令和5年5月11日(木)	9:00~12:00	新上五島町	若松支所会議室

五島市にお住まいの方は『**テレビ電話相談**』をご利用ください
 個室でプライバシーに配慮しています 必ずかしい操作は一切ありません
 予約制でお待たせしません 対面相談と同じ相談ができます

会場：五島市役所 1階 第2相談室
 (午前9時から午後4時まで 土日祝日、年末年始を除く)
 予約電話：095-808-7639
 (長崎南年金事務所 受付時間 午前9時00分~午後4時00分)

佐世保年金事務所 〒857-8571 佐世保市稲荷町2-37 ☎0956-34-1189

開設日	時間	市町名	場所
令和5年4月4日(火)	10:00~12:00 13:00~15:00	平戸市	平戸市役所会議室
令和5年4月13日(木)	10:00~12:00 13:00~15:00	松浦市	松浦市役所会議室
令和5年5月16日(火)	10:00~12:00 13:00~15:00	平戸市	平戸市役所会議室
令和5年5月18日(木)	10:30~12:00 13:00~15:00	平戸市	生月支所会議室
令和5年5月23日(火)	10:00~12:00 13:00~15:00	松浦市	松浦市役所会議室

長崎北年金事務所 〒852-8502 長崎市稲佐町4-22 ☎095-861-1354

開設日	時間	市町名	場所
令和5年4月6日(木)	11:00~12:00 13:00~15:00	西海市	大瀬戸コミュニティセンター
令和5年4月19日(水)	14:00~17:00	対馬市	中対馬振興部
令和5年4月20日(木)	9:00~12:00 13:00~15:00	対馬市	上対馬総合センター
令和5年5月11日(木)	11:00~12:00 13:00~15:00	西海市	大島総合支所会議室
令和5年5月24日(水)	13:30~17:00	対馬市	美津島行政サービスセンター
令和5年5月25日(木)	9:00~12:00 13:00~16:00	対馬市	対馬市役所別館会議室

壱岐市にお住まいの方は『**テレビ電話相談**』をご利用ください
 個室でプライバシーに配慮しています 必ずかしい操作は一切ありません
 予約制でお待たせしません 対面相談と同じ相談ができます

会場：壱岐市役所芦辺庁舎 1階 相談室
 (午前9時から午後4時まで 土日祝日、年末年始を除く)
 予約電話：095-861-1354
 (長崎北年金事務所 受付時間 午前8時30分~午後4時30分)

諫早年金事務所 〒854-8540 諫早市柴田町47-39 ☎0957-25-1662

開設日	時間	市町名	場所
令和5年4月5日(水)	10:00~12:00 13:00~15:00	波佐見町	役場相談室
令和5年4月12日(水)	10:00~12:00 13:00~15:00	南島原市	深江支所会議室
令和5年4月19日(水)	10:00~12:00 13:00~15:00	島原市	島原市役所会議室
令和5年4月26日(水)	10:00~12:00 13:00~15:00	南島原市	有家支所会議室
令和5年5月10日(水)	10:00~12:00 13:00~15:00	川棚町	役場相談室
令和5年5月17日(水)	10:00~12:00 13:00~15:00	南島原市	西有家庁舎相談室
令和5年5月24日(水)	10:00~12:00 13:00~15:00	島原市	島原市役所会議室
令和5年5月31日(水)	10:00~12:00 13:00~15:00	島原市	島原市役所会議室

長崎県の社会保険事業概要	事業所数 (船舶所有者数)	被保険者数	平均標準報酬月額
令和5年2月現在			
健康保険	23,770	260,182	269,367
船員保険	265	3,210	379,692
厚生年金保険	24,189	285,221	263,695

一般財団法人長崎県社会保険協会

〒852-8118 長崎市松山町4-52 囲本社ビル5階
 電話 095-844-7120 FAX 095-843-0449