



2025 No. 611
8・9
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/>



「長崎市 精霊流し」 写真提供 (一社) 長崎県観光連盟

Contents

日本年金機構 年金事務所

- 「賞与支払届」の届出はお済みですか? 2
- 「わたしと年金」エッセイ募集 3

全国健康保険協会 長崎支部

- マイナ保険証・資格確認書・資格情報のお知らせの違い 4
- 整骨院・接骨院で施術を受ける場合健康保険の対象かどうかご確認ください 4
- 「健康経営」広がっています!企業の未来は従業員の健康づくりから 5
- LINE公式アカウントの友だち追加をお願いします! 5

一般財団法人長崎県社会保険協会

- ライフステージ(出産・育児・介護)における社会保険講習会のお知らせ 6
- 社会保険ウォーキング大会のお知らせ 6
- 社会保険事務講習会(中級編)及び「社会保険ゴルフ大会」開催のご案内 7
- 第2回「社会保険ゴルフ大会」開催のご案内 7
- 年金ライフプランセミナーのご案内 7
- 世界遺産・軍艦島とANAクラウンプラザホテル長崎グラバービルで食す「ランチbuffet」 8

「無料歯科健診」のお申込みは好評のうちに終了しました。

無料歯科健診につきましては、お申込みが予定人数に達したため、令和7年7月末日をもって、受付を終了させていただきました。多数のお申込み、誠にありがとうございました。

回 覧

事業所内で回覧をお願いいたします。

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

「賞与支払届」の届出は

お済みですか？



賞与を支給したときは、支給日から5日以内に「賞与支払届」を管轄の年金事務所へ提出していただくことになります。

また、賞与支払予定月に賞与の支払いが行われなかった場合には、「賞与不支給報告書」の提出をお願いします。（令和3年4月からの取扱いです。）

保険料や将来受け取る年金にも反映しますので、適正な届出をお願いします。

● 資格取得月・資格喪失月の取扱い

- ・ 資格取得した月（資格取得日以降）に支給された賞与は届出が必要となり保険料賦課の対象となります。
- ・ 資格喪失した月に支給された賞与は保険料賦課の対象になりませんが、資格喪失日の前日までに支給された賞与については届出が必要となります。
- ・ 資格取得した月に資格喪失となった場合で、資格取得日から資格喪失日の前日までに支払われた賞与については保険料賦課の対象となり届出が必要です。

※将来の年金額には保険料賦課の対象となったものが反映されます。

「賞与支払届」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の必要が無い、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。

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

日本年金機構 電子申請





募集期間

令和7年6月2日（月）～
令和7年9月8日（月）消印有効

応募要項

- ・ 公的年金の大切さ、応募者ご自身やご家族との公的年金制度のかかわり、公的年金についてのあなたの考えなど、公的年金制度をテーマにしたエッセイ。
- ・ 日本語で1,000～2,000文字程度。
- ・ 作品用紙の裏に、氏名、ふりがな、年齢、住所、電話番号、職業または所属（会社名、学校名等）を明記してください。
- ・ 内容は応募者本人が創作したもので、未発表のものに限ります。（応募作品は返却しません。）

発表

受賞作品は日本年金機構ホームページに全文を掲載する（11月下旬予定）他、日本年金機構が発行する刊行物への掲載等を行います。
受賞作品の著作権は日本年金機構に帰属します。受賞者の氏名、年代、住所地の都道府県を公表します。



詳細は、左記の二次元コードを読み取り、日本年金機構ホームページの「わたしと年金」エッセイについてご覧ください。

賞

厚生労働大臣賞、日本年金機構理事長賞、優秀賞、入選
賞状の授与並びに記念品を贈呈します。

応募資格

中学生以上の方

提出先

日本年金機構 事業推進統括部
管理・市区町村調整グループ わたしと年金 担当
〒168-8505 東京都杉並区高井戸西3-5-24

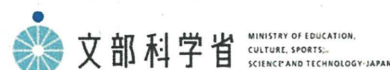
お問い合わせ先

日本年金機構 事業推進統括部
管理・市区町村調整グループ わたしと年金 担当
（電話番号）03-5344-1100（代表）

主 催



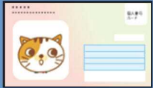
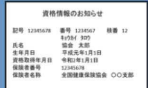
後 援



全国高等学校長協会
全国都道府県教育委員会連合会

マイナ保険証・資格確認書・資格情報のお知らせの違い

令和6年12月2日から従来の健康保険証の新規発行は終了し、マイナ保険証で医療機関などを受診していただく仕組みに移行しました。

	マイナ保険証	資格確認書	資格情報のお知らせ
			
取得方法	マイナンバーカードを入手後、保険証の利用登録を行うことでマイナ保険証として使用できます。	- 資格取得届や被扶養者異動届の資格確認書発行要否欄にチェックされた方に発行します。 - チェックされていない方のうち、マイナ保険証をお持ちでない方には資格取得から30～50日後に発行します。	協会けんぽに新規加入された方全員に自動的に発行します。
使用場面	医療機関等を受診するとき	マイナ保険証を利用することができない方が医療機関等を受診するとき	- 各種給付金の申請に必要な記号・番号等を確認するとき - 医療機関等のカードリーダーが使えない場合に医療機関等を受診するとき
使用方法	医療機関等に設置されているカードリーダーで読み取り	医療機関等へ提示	マイナ保険証と資格情報のお知らせの両方を医療機関等に提示(資格情報のお知らせはマイナポータルから確認できる「わたしの情報」でも代用可能) ※資格情報のお知らせや「わたしの情報」のみでは受診できません

※健康保険証は令和7年12月1日までしか使用できません。
 令和7年12月1日以前に退職された方の保険証は回収してください。
 令和7年12月2日以降に退職された方の保険証は自己破棄が可能となります。



整骨院・接骨院で施術を受ける場合
健康保険の対象かどうかご確認ください

柔道整復師(整骨院・接骨院)の施術を受ける場合、健康保険の対象になる場合とならない場合があります。健康保険の対象とならない場合に健康保険を使用したときは、その治療費の全額、または一部を負担していただくことがあります。

健康保険の対象になる場合	健康保険の対象にならない場合
- 外傷性(※)が明らかな打撲・捻挫・挫傷(肉離れ等) - 応急手当などやむを得ない場合の骨折・脱臼(応急処置後の施術は医師の同意が必要です) (※)外傷性とは、関節等の可動域を超えた捻れ、外力によって身体の組織が損傷を受けた状態であり、慢性に至っていないものであることです。	- 単なる肩こりや筋肉疲労 - 病気(神経痛・リウマチ・五十肩など)からくる痛み・こり - 脳疾患後遺症などの慢性病 - 労災保険が適用となる仕事や通勤途上での負傷

健康保険を使用し、整骨院・接骨院にかかる場合の注意事項

- ①負傷の原因を正しく伝える。
 ③領収証をもらい、大切に保管する。
- ②療養費支給申請書は、内容を確認し必ず自分で署名する。
 ④治療が長引く場合は、一度医師の診断を受ける。

「健康経営」広がっています！ 企業の未来は従業員の健康づくりから

「健康経営」
とは？

従業員の健康を企業の財産ととらえ、企業の成長のために、
従業員の健康づくりに積極的・戦略的に取り組むことです。
※「健康経営®」はNPO法人健康経営研究会の登録商標です。

「健康経営」
のメリット

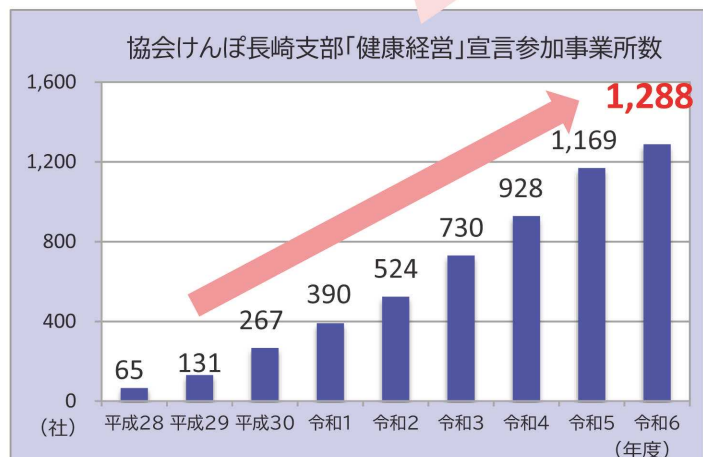
生産性の向上

リスクマネジメント

企業のイメージアップ

従業員の健康づくりに取り組むことで、従業員
が健康で長く働く環境が整い、労働力不足を
防ぐことにつながります。
また、「健康経営」に取り組む優良な企業とし
て、社外的なイメージ向上が期待できます。

「健康経営」宣言事業
参加事業所増加中！



従業員の健康のために、「健康経営」始めませんか？

協会けんぽ長崎支部と長崎県が取り組みをサポートします！

「健康経営」の
申し込みはこちら→
「登録票」を協会けんぽ
長崎支部に郵送または
FAXにて提出するだけ！



「健康経営」の
詳しい内容に
ついてはこちら→



LINE公式アカウントの友だち追加をお願いします！

協会けんぽ長崎支部LINE公式アカウントでは、月に2回ほど、「季節の健康情報」や
「健康保険についての情報」などをお届けしています。健康づくりなどにお役立ていた
だける情報を発信しておりますので、友だち追加お待ちしております！

右の二次元コードを読み込み、「追加ボタン」を押すだけ！



全国健康保険協会
協会けんぽ
長崎支部

〒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

メールマガジン
ご登録はこちら！！



協会けんぽ長崎支部キャラクター

「尾まがり猫家族」





ライフステージ (出産・育児・介護) における社会保険講習会のお知らせ

開催日	会場	定員
9月9日(火)	諫早商工会館(諫早市高城町)	50名
9月12日(金)	長崎県市町村会館(長崎市栄町)	50名
9月17日(水)	アルカスSASEBO(佐世保市三浦町)	50名

- 《開会》13:10 《終了》15:30 講師: 特定社会保険労務士
- ◆参加費 無料。但し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。
 - ◆お申込 下記申込書をご記入いただきFAXでお申込みください。ホームページからもお申込みいただけます。詳細については、後日ご案内します。(FAX、メール申込は返信します)

ライフステージ社会保険事務講習会参加申込書 ※希望会場に○を付してください。定員になり次第締め切ります。

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

※この申込書の個人情報は、本事業の運営等以外は使用いたしません。

●社会保険ウォーキング大会のお知らせ

- ＜県南地区＞

開催日 令和7年10月18日(土)

場所 長崎市伊王島ウォークコース

集合 長崎港(大波止) 8:20

現地集合の方は事前にお知らせください。

※乗船券、温泉入浴券を配付します。
- ＜県北地区＞

開催日 令和7年10月11日(土)

場所 波佐見町桜づつみ河川公園ウォークコース

集合 現地集合です。必要な方は9:30JR川棚駅から送迎します。事前予約が必要です。

※「湯治楼」温泉入浴券を配付します。

- 【共通事項】
- ・開催予定時間10:00~12:00(午前中には終了する予定です)・雨具等の各自ウォーキングに必要なもの。

健康ウォーキング大会参加申込書 (希望会場に○を付してください)

参加場所	1.長崎市伊王島(①現地集合 ②船利用) ※小学生までの方はお知らせください。			2.東彼杵郡波佐見町(①現地集合 ②送迎希望) ※送迎はJR川棚駅から 要予約		
事業所名 と所在地	事業所名					
	〒 -			☎ - -		
参加者氏名		〒 -		☎/携帯 - -		
		〒 -		☎/携帯 - -		
		〒 -		☎/携帯 - -		

※この申込書の個人情報は、本事業の運営等以外は使用いたしません。

社会保険事務講習会（中級編）及び「社会保険ゴルフ大会」開催のご案内

<社会保険事務講習会（中級編）>

- ・開催日：9月26日（金）開会9：20、閉会12：20
- ・会 場：福江文化会館
- ・講 師：年金事務所担当者、社会保険労務士
- ・内 容：社会保険の適用と健康保険・年金給付等

※講習会・ゴルフ大会の申込は、同封したチラシのお申込書にご記入後FAXにてお申し込みください。

<社会保険ゴルフ五島地区大会>

- ・開催日：9月27日（土）8：30スタート
- ・場 所：五島カントリークラブ
- ・その他：8：30 スタート4組
- ・参加費：2,000円

●第2回「社会保険ゴルフ大会」開催のご案内

- ・開催日：10月31日（金）8：56 スタート 5組
- ・場 所：長崎国際ゴルフ倶楽部（先着順で定員になりましたら締め切ります）
- ・参加費：2,000円
- ・申 込：下記申込用紙にご記入いただきFAXでお申し込みください。（ホームページからでも可）

社会保険ゴルフ大会参加申込書（申込 FAX 095-843-0449）

事業所名		
事業所所在地	〒 -	
	電話番号 ()	FAX ()
参加者氏名	携帯電話 () 男・女 生年月日 年 月 日	携帯電話 () 男・女 生年月日 年 月 日

●年金ライフプランセミナーのご案内

開催日	会 場	定 員
11月4日（火）	諫早商工会館（諫早市高城町）	50名
11月5日（水）	アルカス S A S E B O（佐世保市三浦町）	50名
11月6日（木）	長崎商工会議所（長崎市桜町）	50名

《開会》13：10 《終了》16：20 講師：ライフプランアドバイザー

◆内 容 ①年金・医療保険 ②ライフプランと生きがい ③家庭経済プラン

◆参加費 無料。（配偶者の方と一緒にご参加いただいても結構です。但し、申し込みは必要です）

◆申込方法 下記申込書でFAXしていただくか、ホームページからメールでの申込みです。後日詳細についてご案内しますが、案内が無い場合はご連絡ください。

年金ライフプランセミナー参加申込書

※希望会場等に○印を付してください。定員になり次第締め切ります。性別・年齢は任意でご記入ください。

希望会場	1.諫早会場 2.佐世保会場 3.長崎会場 (・年金委員 ・健康保険委員)				
事業所名	事業所名				
事業所所在地	〒 - 所在地				
	電話 ()	返信用FAX ()			
参加者氏名 (該当箇所に○印を付してください)	氏名	男・女	年齢	歳	・被保険者 ・配偶者
	氏名	男・女	年齢	歳	・被保険者 ・配偶者
	氏名	男・女	年齢	歳	・被保険者 ・配偶者
	氏名	男・女	年齢	歳	・被保険者 ・配偶者

※この申込書の個人情報は、本事業の運営等以外には使用いたしません。

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



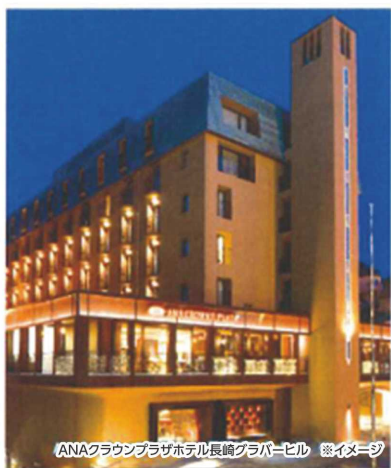
世界遺産・軍艦島とANAクラウンプラザホテル 長崎グラバービルで食す「ランチブッフェ」

出発日 11月15日(土)

日帰りバスツアー

11月15日(土) 開催予定 (10/1 受付開始)

詳細は、次号「社会保険ながさき」10・11月号でお知らせいたします。



ANAクラウンプラザホテル長崎グラバービル ※イメージ



軍艦島(端島) ※イメージ



軍艦島コンシェルジュクルーズ船 ※イメージ



グラバービルランチ ※イメージ



軍艦島デジタルミュージアム ※イメージ

スケジュール

<長崎発>

ANAクラウンプラザホテル

11:15集合

<佐世保発>

佐世保駅

9:30発

＝ 諫早駅西口

ANAクラウンプラザホテルにて合流

ランチブッフェ

11:30～12:30

軍艦島デジタルミュージアム

12:35～13:10

軍艦島コンシェルジュ船舶へ乗船

常盤桟橋より 軍艦島クルーズ

13:40発～16:20着予定

※長崎ご参加のお客様は常盤桟橋にて解散

常盤南駐車場

16:30発

＝ 諫早駅西口

＝ 佐世保駅

18:30頃到着

＝ : バス移動

... : 徒歩移動

※最少催行人員20名(最少催行人員に満たない場合、中止にする事がございます)

※次号「社会保険ながさき」10・11月号 受付開始

主催旅行会社 長崎バス観光(株)

●お詫び

○広報誌「社会保険ながさき」6月・7月号の内容に誤りがございましたので訂正しお詫び申し上げます。

正：世知原温泉 山暖簾 誤：つしま 世知原温泉 山暖簾

令和7年8月・9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、島原市、東彼杵町、川棚町、波佐見町の予約は管轄年金事務所にお申し込みください。五島市、吉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7年8月7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7年9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7年9月11日(木)	9:00～12:00	新上五島町	新上五島町役場若松支所会議室

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

む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)

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7年8月7日(木)	11:00～12:00 13:00～15:00	西海市	西海市役所大瀬戸コミュニティセンター
令和7年8月20日(水)	14:00～15:00	対馬市	対馬市役所中対馬振興部
令和7年8月21日(木)	9:00～12:00 13:00～15:00	対馬市	対馬市役所上対馬総合センター
令和7年9月4日(木)	11:00～12:00 13:00～15:00	西海市	西海市役所大島総合支所
令和7年9月17日(水)	13:30～17:00	対馬市	対馬市役所美津島行政サービスセンター
令和7年9月18日(木)	9:00～12:00 13:00～16:00	対馬市	対馬市役所別館会議室

吉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

む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：吉岐市役所声辺庁舎 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)

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7年8月5日(火)	10:00～12:00 13:00～15:00	平戸市	平戸市役所会議室
令和7年8月19日(火)	10:30～12:00 13:00～15:00	平戸市	平戸市役所館浦出張所
令和7年8月21日(木)	10:00～12:00 13:00～15:00	松浦市	松浦市役所会議室
令和7年9月2日(火)	10:00～12:00 13:00～15:00	平戸市	平戸市役所会議室
令和7年9月11日(木)	10:00～12:00 13:00～15:00	松浦市	松浦市役所会議室
令和7年9月16日(火)	10:30～12:00 13:00～15:00	平戸市	平戸市役所館浦出張所

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

開設日	時間	市町名	場所
令和7年8月5日(火)	10:00～12:00 13:00～15:00	波佐見町	波佐見町役場相談室
令和7年8月19日(火)	10:00～12:00 13:00～15:00	南島原市	南島原市役所有家支所会議室
令和7年8月26日(火)	10:00～12:00 13:00～15:00	南島原市	南島原市役所口之津支所会議室
令和7年9月2日(火)	10:00～12:00 13:00～15:00	南島原市	南島原市役所西有家庁舎相談室
令和7年9月9日(火)	10:00～12:00 13:00～15:00	島原市	島原市役所会議室
令和7年9月17日(水)	10:00～12:00 13:00～15:00	南島原市	南島原市役所深江支所会議室
令和7年9月30日(火)	10:00～12:00 13:00～15:00	南島原市	南島原市役所南有家支所相談室

長崎県の社会保険
事業概要
令和7年6月現在

	事業所数 (船舶所有者数)	被保険者数	平均標準 報酬月額
健康保険	24,675	264,828	279,195
船員保険	266	3,275	391,816
厚生年金保険	25,106	289,517	273,298

