2026 No.618



社会保険 ながさき

10・11 月号

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/



土谷棚田火祭り
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

- オンライン事業所年金情報サービスの申し込みはお済みですか? 2
- オンライン事業所年金情報サービスのメリット 2
- オンライン事業所年金情報サービスの申し込み方法 2
- 外国籍の従業員の国民年金加入期間に係る手続き 3
- 電子申請に必要なもの 3

全国健康保険協会　長崎支部

- 令和８年度 全国健康保険協会長崎支部 健康経営セミナー 4
- 従業員様の健康を守るため定期健診結果をご提供ください 5
- 交通事故などで健康保険を使用する場合は「第三者行為による傷病届」の提出をお忘れなく！ 5

一般財団法人長崎県社会保険協会

- 年金ライフプランセミナーのお知らせ 6
- 社会保険ボウリング地区大会（県大会）のお知らせ 6
- 令和７年度事業報告及び収支決算報告 7
- 日帰り温泉利用補助のご案内 7
- 歯科健診（無料）のご案内 8
- 出張年金相談所のご案内 8

回　覧

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

事業所内で回覧をお願いいたします。

オンライン事業所年金情報サービスの申し込みはお済みですか？

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。現在郵送していない「保険料増減内訳書」も受け取ることができ、保険料額の確認に大変便利です。

オンライン事業所年金情報サービスのメリット

オンライン事業所年金情報サービスは、受け取るデータによって様々なメリットがあります。

メリット	名称	概要
毎月の口座振替額・領収済額をオンラインで確認、データで管理	保険料納入告知額・領収済額通知書	社会保険料を口座振替で納付する事業所の、当月の口座振替額と前月の領収済額をお知らせする通知書
社会保険料の金額を、紙の通知より先に把握	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
前月からの保険料の増減理由や対象者が確認可能	保険料増減内訳書	保険料の増減に該当する被保険者、増減となった理由及び増減額の情報
一部のデータの入力を省略でき、スムーズな申請が可能	被保険者データ	届書作成プログラムで簡単に届書を作成するための、事業所情報と被保険者情報のデータ

オンライン事業所年金情報サービスの申し込み方法

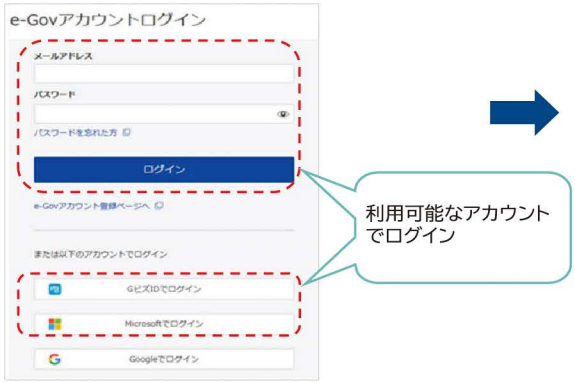
STEP 1　e-Gov電子申請アプリケーションをインストール

すでにインストールしている場合は、STEP2へ進んでください。



※e-Gov電子申請トップページ（https://shinsei.e-gov.go.jp/）ログインボタン右隣の＜e-Govを初めてお使いの方へ＞から、アプリケーションのインストール画面に遷移し、インストールを事前に行ってください。

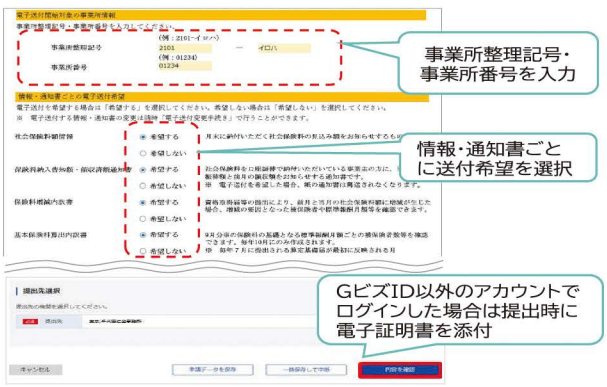
STEP 2　e-Gov電子申請にログインし、マイページから［電子送達申込み］を選択





STEP 3　電子送付開始手続きの［申込み入力へ］を選択、必要な情報を入力して提出





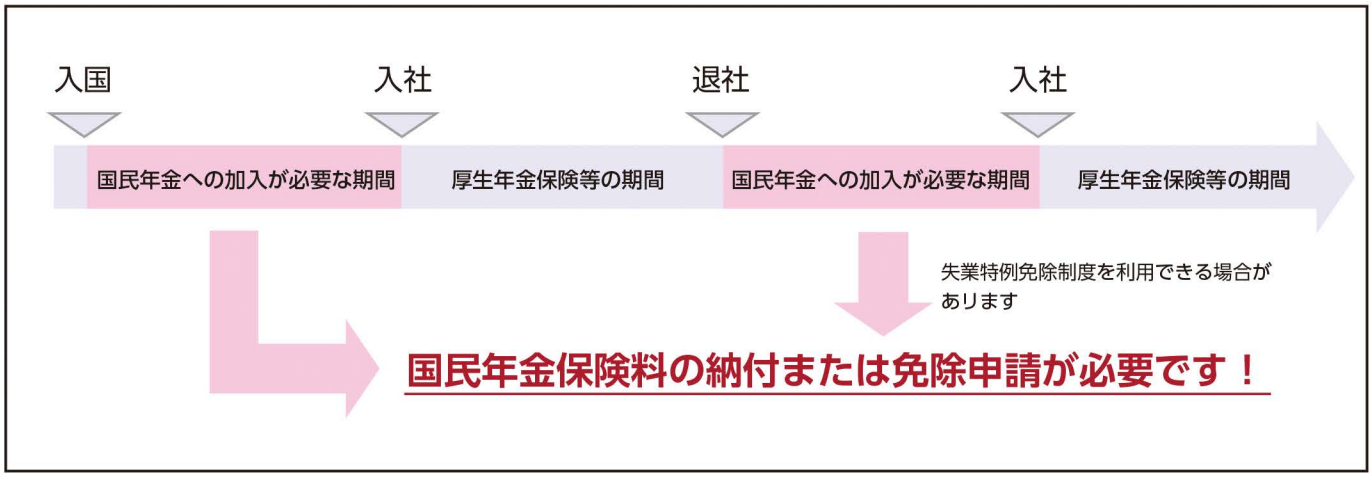
外国籍の従業員のみなさまへ周知をお願いいたします

外国籍の従業員の国民年金加入期間に係る手続き

外国籍の方が日本に入国し社会保険（厚生年金保険等）に加入する場合、「入国から社会保険加入までの期間」や、「離職により社会保険の資格を喪失した後の期間」は、法律によって国民年金の加入者となり、保険料を納付する義務があります。

※社会保障協定等により、日本の年金制度における被保険者とならない方を除きます。

保険料を未納のままにすると、障害年金の給付や在留資格（特定技能）の変更・更新申請、永住許可申請の審査に影響が出る場合がありますので、速やかに保険料納付や免除申請等の手続きを行う必要があることをご案内ください。



入国の初年度など、日本国内で前年所得がない場合は、申請を行うことにより全額免除が認められます。

また、離職して厚生年金保険等の資格を喪失した場合は、失業特例免除制度により、免除が認められる場合があります。失業特例免除制度を申請する際は、失業した事実が確認できる証明書類の写し（雇用保険受給資格者証や雇用保険受給資格通知、雇用保険被保険者離職票、雇用保険被保険者資格喪失確認通知書等）を添付する必要があります。

なお、国民年金保険料の免除申請は、紙による申請のほか、電子申請も可能です。

電子申請に必要なもの

①スマートフォン

スマートフォンにマイナポータルアプリをインストールしてください。

https://myna.go.jp

②マイナンバーカード



③数字4桁のパスワード

（例） 1 2 3 4

マイナンバーカード受取時に設定したパスワード

国民年金保険料の納付や免除制度及び電子申請についての詳細は、下記に記載のホームページをご確認ください。

（制度に関する詳細）

日本年金機構 検索

https://www.nenkin.go.jp/

（電子申請の詳細）

日本年金機構　電子申請 検索

https://www.nenkin.go.jp/denshibenri/index.html

令和８年度 全国健康保険協会長崎支部

健康経営セミナー

参加無料

「健康経営®」はＮＰＯ法人健康経営研究会の登録商標です。

企業の未来は従業員の健康づくりから

あなたの会社には、血糖値が高く心配な方はいらっしゃいませんか？
糖尿病は、自覚症状がないまま進行します。長崎の方にも増えており、働く世代にとって身近な健康問題です。
「確かな知識」を持ち、対策をとることで、従業員の健康を守ることができます。
本セミナーでは、糖尿病の専門医による基調講演、事業所による事例紹介、さらに皆様からご要望の多かった
メンタルヘルスを取り上げています。
事業主様、健康経営担当者様、労務管理担当者様、必見です！ぜひご参加ください。

日時 令和8年12月15日(火)
13:30開場　14:00開会　16:30終了予定

会場 ホテルニュー長崎
3F　鳳凰閣
(長崎市大黒町14-5)

プログラム

講演①　その「治療中断」が、会社の危機になる！　**基調講演**
～糖尿病専門医が明かす重症化のリアルと褒めて動かす健康風土づくり～
（医療法人緑風会みどりクリニック健診センター　センター長　阿比留 教生　氏）

講演②　「健康経営推進企業」による取組事例紹介
（ラッキーホールディングス株式会社　総務課長　髙橋 美帆　氏）

講演③　人的資本「人財」を衛(まも)るメンタルヘルス対策
（日本産業カウンセラー協会　認定講師　山川 里美　氏）

先着200名



FAX:095-829-6010　**申込締切:11月19日(木)**
※郵送の場合は必着

セミナー参加申込書

参加のお申込みは本紙をFAXで送信するか、郵送にてご提出下さい。
（お申込みいただいた方には、後日「参加票」をお送りいたします。）

事業所名				
事業所所在地	〒　　－ 長崎県			
電話番号	－　　－			
参加者	ふりがな		役職	
	お名前			
	ふりがな		役職	
	お名前			

お問い合わせは、企画総務グループ ☎ 095-829-6000まで

従業員様の健康を守るため

定期健診結果をご提供ください

労働安全衛生法に基づく定期健康診断を実施している事業所様は、
協会けんぽに加入する40歳から74歳の被保険者様の健診結果の提供をお願いします。

「提供依頼書」をご提出ください。

提供依頼書をご提出いただいた後は、協会けんぽが健診機関から直接結果を取得いたします。
健診機関から取得できなかった場合は、改めて健診結果のコピーのご提供をお願いいたします。

定期健診結果データの
提供について詳しくはこちら！



健診結果を提供する3つのメリット

1. **従業員様の健康を守る！**
   健診結果から、専門職による健康サポートを受けられます。
2. **マイナポータル上で健診結果が閲覧できる！**
   マイナポータル上で健診結果が経年で閲覧できるようになります。
3. **将来の健康保険料率の上昇の抑制につながる！**
   「インセンティブ制度」の評価項目である「特定健診等の実施率」に加算されるため、健康保険料率の上昇が抑制されます。

※医療保険者（協会けんぽ）へ健診結果を提供する場合、本人の同意は不要です（個人情報保護に関する法律）。

交通事故などで健康保険を使用する場合は「第三者行為による傷病届」の提出をお忘れなく！

交通事故や暴力行為（ケンカ）等、相手（第三者）の行為によりけがをした場合に、健康保険を使用して医療機関等を受診するときは、**「第三者の行為による傷病届」を協会けんぽにご提出いただく必要があります。**すぐに提出ができない場合には、取り急ぎ事故等の状況をお電話等でお知らせいただき、後日書類の提出をお願いいたします。

〈第三者行為による傷病届の提出が必要な場合〉



相手方がいる
交通事故



他人が飼っている
動物に噛まれた



他人からの暴力で
けがをさせられた

協会けんぽ
全国健康保険協会　長崎支部

協会けんぽ長崎　検索

〒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（代表）

オンラインで手軽に申請ができて、
申請書・届出書の入手や、郵送などの
手間や時間、費用が削減できる
電子申請サービスをご利用ください。 ▶



年金ライフプランセミナーのお知らせ

充実したシニアライフを過ごしていただくよう専門講師によるセミナーを開催します。

開　催　日	会　　場	定　員
11月 4日（水）	アルカスSASEBO（佐世保市三浦町）	50名
11月 5日（木）	諫早商工会館（諫早市高城町）	
11月 6日（金）	長崎県市町村会館（長崎市栄町）	

《開会》13：00　《終了》16：00　講師：ライフプランアドバイザー

◆ 内　　容　①ライフプランと生きがい　②年金・医療保険　③家庭経済プラン

◆ 参 加 費　無料。

◆ 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。

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．佐世保会場　2．諫早会場　3．長崎会場	
事　業　所　名 事業所所在地	〒　－ 所在地 事業所名 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　・委員（年金　健康保険）
	氏名	男・女　年齢　歳　・被保険者　・配偶者　・委員（年金　健康保険）
	氏名	男・女　年齢　歳　・被保険者　・配偶者　・委員（年金　健康保険）
	氏名	男・女　年齢　歳　・被保険者　・配偶者　・委員（年金　健康保険）

※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。

社会保険ボウリング地区大会（県大会）のお知らせ

地区名	長崎南	長崎北	佐世保	諫　早
日　　時	**12/8（火）** 18：15 開会	**12/11（金）** 18：15 開会	**11/29（日）** 10：15 開会	**12/2（水）** 18：15 開会
場　　所	長崎ラッキーボウル	長崎ラッキーボウル	西肥シルバーボウル	諫早パークレーン
申込期限 （定員）	12/1（火） 20チーム	12/4（金） 20チーム	11/24（火） 18チーム	11/25（水） 18チーム
	※定員になり次第締め切ります。			
参加資格	長崎県社会保険協会会員事業所に勤務されている方			
チーム編成	1チーム3名（男女問わず）※1事業所2チームまで			
競技方法	団体戦。1人2ゲーム、チームの合計点で順位を決定。※全チーム賞品をお渡しします ハンディ：女性には1ゲームにつき加点します。点数は当日お伝えします。			
参 加 費	1チーム　1,500円　大会当日徴収します。			
※県大会	**各地区上位3チームは令和9年1月17日（日）に開催する県大会に出場していただきます。** **参加費は必要ありません。詳細は後日、該当事業所へご連絡します。**			

社会保険ボウリング大会参加申込書

※事業所所在地区に○印を付してください。

地　　区	長崎南	長崎北	佐世保	諫　早
事業所所在地 事　業　所　名	〒　－ （　）　－			
参加者氏名	代表者携帯 （　）　－ 男・女	男・女		男・女

※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。

令和７年度事業報告及び収支決算報告

6月10日（水）定例理事会及び定時評議員会が開催され承認されました。

1. 社会保険制度の普及発展を図るための啓発事業

(1) 広報誌の発行
「社会保険ながさき」を発行し、会員事業所に配付した。

(2) 社会保険事務講習会の開催
社会保険事務講習会を開催した。（算定基礎・労働保険年度更新、初級編、労働保険・年金セミナー、ライフステージにおける社会保険・労働保険、中級編）（開催回数18回）

(3) 年金ライフプランセミナーを県内５会場で開催した。

(4) その他の啓発事業
・社会保険制度の解説書8,800冊、その他冊子を随時配布した。
・社会保険に関するセミナー、健康づくりに関するウェブ動画を配信した。（視聴回数448回）

(5) 商工会議所、商工会での研修会への参画

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歯科健診費補助事業　②職場における健康指導講習会の実施　③健康管理講座の実施　④健康相談所の開設　⑤健康啓発DVDの貸し出し　⑥日帰りバスツアーの実施　⑦社会保険ウォーキング大会の開催　⑧日帰り温泉利用の補助事業の実施　⑨社会保険「海の家」の開設　⑩社会保険ボウリング大会の開催　⑪ソフトバレーボール大会の開催　⑫施設優待事業の実施　⑬家庭常備薬斡旋事業　⑭チラシ同封サービスの実施　⑮社会保険ゴルフ大会の開催

3. 各種団体との協調に関する事業

(一社) 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した。
また、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等、本協会の事業運営に必要と認められる事業を実施した。

令和７年度 正味財産増減計算書

令和7年4月1日～令和8年3月31日　（単位：千円）

科　目	当年度	前年度	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	5	1	4
②特定資産運用益	2	1	0
③受取会費	39,288	40,192	△ 904
④事業収益	0	0	0
⑤雑収益	139	17	122
経常収益計	39,434	40,211	△ 777
(2) 経常費用			
①事業費	38,086	34,968	3,118
②管理費	11,179	10,879	300
経常費用計	49,265	45,847	3,418
当期経常増減額	△ 9,831	△5,636	△ 4,195
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	△ 9,831	△ 5,636	△ 4,195
一般正味財産期首残高	86,902	92,538	△5,636
一般正味財産期末残高	77,071	86,902	△9,831
Ⅱ指定正味財産増減の部	0	0	0
Ⅲ正味財産期末残高	77,071	86,902	△9,831

●日帰り温泉利用補助のご案内



申込書にご記入いただきFAXでお申し込みください。利用券の発行はなくなり次第終了となりますのでご了承ください。
※施設の詳細はホームページでご確認ください。
※今年度　初回申込の会員事業所を優先させていただきます。
※１枚につき１回限り補助（200円）します。差額と利用券を添えて精算してください。
※発行枚数には限りがございます（事業所の被保険者数に応じて発行）ので、お早めにお申し込みください。

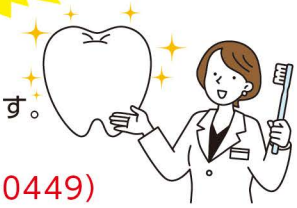
日帰り温泉利用券申込書

事業所名 所在地等	事業所の住所　〒　　－
	事業所名
	電話番号　　（　　）　　ご担当者名

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

無料歯科健診

締切せまる!!



お申込み期限：令和８年12月28日（月）

○ 歯科医院で行う「個別健診」と事業所内で行う「集団健診」の２種類があります。
○ 健診内容、健診の流れ、チラシ等は当協会のホームページへ掲載しています。
（注）下記調書をFAX後、歯科健診受診申込書を人数分送付いたします。 （FAX：095-843-0449）

歯科健診受診希望調書

事業所名	担当者	
事業所所在地	〒　－ 所在地 電話　－　－　FAX　－　－	
受診希望者数	個別健診　名	集団健診　名

※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及びそれに関するご連絡等以外に使用しません。

令和８年10月・11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、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８年10月 ８日(木)	9:00～12:00 13:00～14:00	新上五島町	新上五島町役場会議室
令和８年11月11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８年11月12日(木)	9:00～12:00 13:00～14:00	新上五島町	新上五島町役場奈良尾支所会議室

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８年10月 １日(木)	11:00～12:00 13:00～15:00	西海市	西海市役所西海総合支所
令和８年10月21日(水)	14:00～17:00	対馬市	対馬市役所峰行政サービスセンター
令和８年10月22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８年11月 ５日(木)	11:00～12:00 13:00～15:00	西海市	西海市役所西彼総合支所
令和８年11月25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８年11月26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　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：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）

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８年10月 ６日(火)	10:00～12:00 13:00～15:00	平戸市	平戸市役所会議室
令和８年10月22日(木)	10:00～12:00 13:00～15:00	松浦市	松浦市役所会議室
令和８年11月10日(火)	10:00～12:00 13:00～15:00	平戸市	平戸市役所会議室
令和８年11月17日(火)	10:30～12:00 13:00～15:00	平戸市	平戸市役所生月出張所会議室
令和８年11月26日(木)	10:00～12:00 13:00～15:00	松浦市	松浦市役所会議室

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８年10月 ６日(火)	10:00～12:00 13:00～15:00	島原市	島原市役所会議室
令和８年10月20日(火)	10:00～12:00 13:00～15:00	南島原市	南島原市役所加津佐支所相談室
令和８年10月27日(火)	10:00～12:00 13:00～15:00	南島原市	南島原市役所北有馬支所応接室
令和８年11月10日(火)	10:00～12:00 13:00～15:00	島原市	島原市役所会議室
令和８年11月17日(火)	10:00～12:00 13:00～15:00	南島原市	南島原市役所布津支所会議室
令和８年11月25日(水)	10:00～12:00 13:00～15:00	川棚町	川棚町役場相談室

長崎県の社会保険 事業概要 令和８年８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	24,895	263,810	287,312
船員保険	258	3,322	397,124
厚生年金保険	25,320	287,540	281,955

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

社会保険ながさき 2026 10・11 月号 No.618
記事提供／日本年金機構長崎南年金事務所／全国健康保険協会長崎支部
発行／一般財団法人長崎県社会保険協会 長崎市松山町4番52号 TEL(095)844-7120