

社会保険

みえ

CONTENTS

日本年金機構 年金事務所

- 令和7年1月からより多くの方が「オンライン事業所年金情報サービス」を利用できるようになりました
- 戸籍謄本等の添付省略について

全国健康保険協会(協会けんぽ)三重支部

- 令和7年度保険料率のお知らせ
- 健康保険料率を引き下げる《インセンティブ制度》

一般財団法人 三重県社会保険協会

- 年金セミナー・制度説明会 開催結果
- 「割引券」のご案内
- 健康DVD・交通安全DVDをご利用ください
- 社会保険協会事業のご案内
- 事務セミナー(基礎講座)のご案内
- 健康体操の講師を派遣いたします
- 会員様へ(お願い)と(お知らせ)

「活用次第DEお得DO無限DAI!」と言っても過言ではないのDA」の巻

行政資料提供／◆日本年金機構 ◆全国健康保険協会三重支部(協会けんぽ)

VOL.581



▶ 三重の風景シリーズ #37: 松阪市飯高町「^{めずらしとうげ}珍布峠」

珍布峠ウォーキングコースは【新日本歩く道紀行100選「歴史の道」】に認定された飯高駅発着のコース! むかしむかし紀州のお殿様が参勤交代の際に通っていた和歌山街道。伊勢神宮への参詣道としても多くの人が行き交った歴史ある道です。アップダウン少なめで健康ウォークにピッタリなコース! 大迫力で神秘的な素掘りの切り通しを、ぜひ間近でご覧ください。

2025
5

職場内で回覧をしてください

令和7年1月からより多くの方が 「オンライン事業所年金情報サービス」を利用できるようになりました

日本年金機構では、毎月の社会保険料額等の社会保険に関する情報や一部の通知をデータで提供する「オンライン事業所年金情報サービス」を提供しています。

これまで、当サービスを利用可能な方は、GビズIDをお持ちの事業主の方のみでしたが、令和7年1月6日から電子証明書をお持ちの事業主の方や社会保険労務士の方も利用可能になりました。

ぜひこの機会にオンライン事業所年金情報サービスをご利用ください。

【令和7年1月からの新サービスの概要】

対象者	内 容
事業主	GビズIDをお持ちでない場合でも、電子証明書をお持ちであれば、オンライン事業所年金情報サービスの利用が可能になりました。
社会保険労務士	届書作成用の被保険者データを受け取ることが可能になりました。委託関係の確認のため提出代行証明書を添付し、データが必要な都度申し込みを行ってください。

サービスの詳細は日本年金機構ホームページをご覧ください。



オンライン事業所年金情報サービス

検索

https://www.nenkin.go.jp/tokusetsu/online_jigyousho.html

戸籍謄本等の添付省略について

「健康保険 被扶養者（異動）届」および「厚生年金保険 養育期間標準報酬月額特例申出書・終了届」提出時に添付する戸籍謄本等について、以下のとおり**添付省略**が可能です。

【健康保険 被扶養者（異動）届】

被保険者と扶養認定を受ける方の個人番号を記入し、事業主が届書の「続柄確認済み」欄の□に✓を付している場合は、従来より戸籍謄（抄）本の添付省略が可能でした。令和6年11月以降は、事業主が届書の「続柄確認済み」欄の□に✓を付していなくても、被保険者と配偶者の婚姻関係、被保険者と20歳以下の子との親子関係を明らかにする場合で、被保険者と扶養認定を受ける方に日本の戸籍があり、双方の個人番号が記入されている場合は戸籍謄（抄）本の添付省略が可能です。ただし、子の出生を理由とする届け出の場合は、引き続き添付が必要です。

【厚生年金保険 養育期間標準報酬月額特例申出書・終了届】

従来は申出者と子の身分関係を明らかにするために戸籍謄（抄）本の添付が必要でしたが、令和6年11月から、申出者と子に日本の戸籍があり、双方の個人番号が記入されている場合は添付省略が可能です。

なお、令和7年1月からは、個人番号の記入がない場合でも、事業主が届書の「確認済み」の□に✓を付している場合は、添付省略が可能です。

● 令和7年度保険料率のお知らせ

三重支部の健康保険料率は変更となります

令和7年2月分（3月納付分）まで
給与・賞与の

9.94%



令和7年3月分（4月納付分）から
給与・賞与の

9.99%

全国一律の介護保険料率も変更となります

令和7年2月分（3月納付分）まで
給与・賞与の

1.60%



令和7年3月分（4月納付分）から
給与・賞与の

1.59%

※健康保険料と介護保険料は、労使折半となります。

※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。

※任意継続被保険者の方は、令和7年4月分の保険料率から変更となります。

各都道府県の健康保険料率は、都道府県ごとの医療費水準に基づいて算出されます。

①年に1回健診を受けていただくこと

②健康サポート(特定保健指導)の利用や医療機関への早期受診で重症化を防ぐこと

③会社全体で健康づくりに取り組んでいただくこと（健康事業所宣言）

などによって、三重支部の医療費の上昇を抑えることができれば、
健康保険料率の伸びを抑えることができる仕組みとなっています。

皆さまの取り組みが、健康保険料率の伸びを抑える大きな力になります。

健康保険料率を引き下げる《インセンティブ制度》

インセンティブ制度って？

加入者と事業主の皆さまの取り組みを健康保険料率に反映させる制度です。5つの指標に基づいて都道府県支部をランク付けし、47支部中上位15支部に報奨金を付与することによって健康保険料率を引き下げます。

5つの評価指標と総合の実施結果（令和5年度実績）

1 特定健診等の実施率

令和4年度 6位
令和5年度 27位



年に1回は必ず健診を受けましょう。
「生活習慣病予防健診」「特定健診」をぜひご利用ください。

2 健康サポートの実施率 （特定保健指導）

令和4年度 46位
令和5年度 23位



生活習慣の改善が必要な方は、協会けんぽの健康サポート（特定保健指導）を受けましょう。

3 健康サポート対象者の減少率 （特定保健指導）

令和4年度 29位
令和5年度 33位



日頃から健康的な生活習慣を心がけましょう。会社全体で健康づくりに取り組む「健康事業所宣言」もおすすめです。

4 要治療者の医療機関受診率

令和4年度 28位
令和5年度 12位



「要治療」「要精密検査」の判定を受けた方は、すみやかに医療機関を受診しましょう。

5 ジェネリック医薬品の使用割合

令和4年度 25位
令和5年度 40位



積極的にジェネリック医薬品（後発医薬品）を使用しましょう。
※ご希望の場合は医療機関または薬局にてご相談ください。

令和4年度 27位
令和5年度 30位



健康保険料率を引き下げるためには、
皆さまのご協力が不可欠です！



健診から始まるサイクルで、3つの「もったいない」をやっていませんか？

「健診受けない」もったいない



01 健診を毎年受けていますか？

協会けんぽ加入者は健診をお得に受けられるのに、受けないのはもったいない。
健診を受けて健康状態を確認

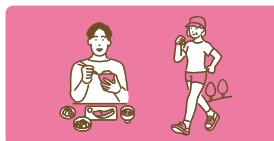
「受けっぱなし健診」もったいない



02 健診を受けっぱなしにしていますか？

せっかく健診を受けても、改善につなげなければもったいない。
健診結果に応じて行動することで健康状態を改善

「健康づくりを継続しない」もったいない



03 日々の健康づくりに取り組んでいますか？

良好な健康状態になっても、それを継続しないのはもったいない。
食事や運動に気をつけて、良好な健康状態を維持

健康づくりサイクル



健康づくりサイクルについての特設サイトはこちら▶



● 制度普及事業

◆ 「年金セミナー」(2月) 開催結果

県下7会場で「年金セミナー」を開催いたしました。
障害年金・遺族年金など、専門的な内容について学習され、知識を深めていただきました。
また、高齢年金についても熱心に受講いただきました。
ご多忙の中、参加いただき、ありがとうございました。



(制度説明会の様子)

◆ 「制度説明会」(2月4日) 開催結果

令和7年2月4日(火)に、三重県総合文化センター中ホールにて、「年金制度改正」「短時間労働者の適用拡大」「事業所調査の指摘・改善事例」に関する説明会を日本年金機構と共催で開催いたしました。
午前と午後合わせて、約1200名が参加され、制度改正の方向性や最新情報について受講いただきました。当日は、大変混雑し、座席・駐車場に関してご不便をおかけし申し訳ございませんでした。

◆ 事務セミナー(基礎講座)のご案内

社会保険に関する届出をスムーズに行いたいと考えているアナタに朗報です。
行政機関の職員さんが最新情報も盛り込んで、優しく丁寧に説明いたします。
社会保険事務の新人さんからベテランさんまでご参加をお待ちしております。
日頃の疑問点の解消に、ぜひ事務セミナーをご活用ください。



● 福利厚生事業

「割引券」のご案内

お得情報



御社の福利厚生の1つとして、ぜひご活用ください。

会員様だけの特典です。
割引価格にて、日帰り温泉、ボウリング、県立美術館、石水博物館、東京ディズニーリゾートなど、お出かけください！

OR7年度より、日帰り温泉入浴施設に「島ヶ原温泉 やぶっちゃんの湯」が参入!! ミネラル豊富な良質な温泉です。
○昨年度好評をいただきました「東京ディズニーリゾート」につきましても、利用券発行いたします。
※同封チラシをご参照いただき、お申込ください。 たくさんの申込を心よりお待ちしております。

日帰り温泉入浴料 割引券のご案内



NEW!
島ヶ原温泉
やぶっちゃんの湯

- アクアイグニス片岡温泉
- モクモク手づくりファーム
野天 もくもくの湯
- 大山田温泉さるびの
- ヒルホテルサンピア伊賀
天然温泉 芭蕉の湯
- 島ヶ原温泉 やぶっちゃんの湯
- 磨洞温泉 涼風荘
- ヴィソン 本草湯
- 奥伊勢フォレストピア宮川温泉
- 風待ちの湯 福寿荘
- 入鹿温泉 ホテル瀬流荘
- 湯元山荘 湯ノ口温泉

お食事



アナタは、どの
組み合わせで、
楽しめますか?
醤油ソフト
オススメです!

温泉

と

キャンプ

野外アクティビティ

県内の魅力的な11施設がアナタのお越しをお待ちしております! ちょっとお得に「日帰り温泉」 くつろぎのひとときを!

健康啓発事業

会員事業所様は「無料」です！



健康体操の講師を派遣いたします

働く人が心身ともに「健康」であることが、いい仕事を生み、事業所の生産性向上に寄与します。研修会やイベントの1コーナーとして、「健康に関する講演」「ストレッチ」などはいかがでしょうか。肩こり、腰痛、フレイル予防など、ご要望に応じて、適したインストラクターを派遣いたします。講師に対する謝金、交通費につきましては、当協会ですべて負担いたします。ぜひ、御社の健康増進対策の一環として、ご検討ください。

お得です！



健康DVD・交通安全DVDをご利用ください

当協会では、職場で働くみなさまの「健康」「安全」をサポートする事業を行っています。研修会や食堂、休憩場所などで、「健康DVD」「交通安全DVD」の上映はいかがでしょうか。会員事業所様には「無料」貸出を行っていますので、ぜひご活用ください。詳細や申込方法など、当協会へお問い合わせください。

健康DVD一覧

- 夏の熱中症・冬のヒートショックに気をつけよう(42分)
- はじめてのウォーキング&ジョギング(31分)
- 筋肉を育ててメタボを予防しよう(60分)
- 若々しい体をキープ！エクササイズ&ダイエット(33分)
- 健康サポート体操(60分)
- Good-byeストレス(29分)
- 自分でできるストレス・コントロール(25分)
- 正しく知れば怖くない がんのお話(26分)
- ストレス・コーピングによるセルフケア(26分)
- 腰痛・肩こり・頭痛(25分)
- ストレスチェックを活用したセルフケア(25分)
- あなたのための熱中症対策(25分)
- 部下が休職する前にできること(25分)
- ～災害事例から考えよう～

交通安全DVD一覧

- 漫然運転を防ぐ コメンタリー運転の効果とポイント(16分)
- ながら運転 ながらスマホ 一瞬が事故を招く(16分)

(お願い)

令和7年度につきましても「会費」を納入いただき、会員特典を存分にご活用ください。割引券の申込、健康講師派遣依頼、DVDの貸出申込、セミナー参加申込など、お待ちしております。

(お知らせ)

施設利用会員証の利用について選択肢が増えました！ スマホやタブレット、PC画面で「WEB会員証」を提示してスマートに施設を利用されませんか？ 詳細は三重県社会保険協会ホームページをご覧ください。

今月号の同封チラシのご案内

- 令和7年度「会費」のお願い
- 2025年度保存版 三重県社会保険協会のご案内
- 社会保険事務セミナー「基礎講座」
- 健康ゴルフ大会（四日市・松阪・伊勢・尾鷲）
- 日帰り温泉入浴料割引券
- ボウリング割引券
- 東京ディズニーリゾート利用割引券
- 三重県立美術館「企画展」観覧助成券
- 石水博物館観覧助成券
- 下呂温泉・長良川温泉宿泊助成券
- 割引券申込用紙

三重県社会保険協会事業のご案内

「活用次第^{DE} お得^{DO} 無限^{DAI}！ と言っても過言ではないのDA」の巻

～事務担当者 ^{やしろ え やす こ} 社会保子さん  ・ ^{きょう こ} 協子さん  姉妹のある日の会話 Part22～

保子さん  「突然やけど…問題！DEDEN♪…活用次第で、お得になるもの、な～んだ？」 (最終話)

協子さん  「遊休地をアスファルト舗装して駐車場経営！」

保子さん  「『不動産王に俺はなる！土地活用なら^{ルフィ}琉非不動産へ！』…やないんよ。別の『活用』ない？」

協子さん  「え・え・う・うる・うれ・えよ！」

保子さん  「下二段活用！ア行で活用…「得」^{う いにしえ} 古の活用やなくて現代的リアル活用はございせんか？」

協子さん  「ん～と じゃあ…24時間対応可能なAIを活用したカスタマーサービス！」

保子さん  「これからの時代、『AIと社会保険協会は活用したほうが絶対にいい！』…って言うしなっ！」

協子さん  「AI導入よりコスバがいい社会保険協会は活用すれば、お得なこと間違いなし！」

保子さん  「東京ディズニーリゾートは1000円引き、スキーリフトも1000円前後お得やし…」

協子さん  「ウォーキング大会もお値打ち価格！それだけで元が取れるんとちゃう？」

保子さん  「まだまだあるで！年に何回か開催されるセミナーあるやん。すべて参加しても全部〈無料〉！」

協子さん  「セミナーに参加したら図書や冊子がもらえるしなっ！ええやんええやん！」

保子さん  「あと、健康体操のインストラクターを自前で依頼したら大変やけど、無料派遣やしなっ！」

協子さん  「研修会の教材に、健康DVDやストレスマネジメントDVD！これもレンタル無料！」

保子さん  「割引券も全制覇！日帰り温泉・ボウリング・県立美術館・石水博物館・海の家・プール！」

協子さん  「活用次第でお得度アップ！従業員もスマイルアップ！まさにホスピタリティや～」

保子さん  「おもてなしの心は活用次第で自他双方がお得に！次の職場でも気配りと思いやりの心でなっ！」

協子さん  「おっ【中華の求人】で検索したら、三軒隣の『中華一番』で〈ホール&総務〉急募やて！」

保子さん  「グッジョブ協子！アタシホール、アンタジム！ンフフ、共に中華をめざしましょう、協子大王！」

協子さん  ^{オネエ} 「お姉の王騎！我らも矛を次なる者へ託して、情味あふれる慈愛ファーストの『中華一番』へ」

保子さん  「早速オーダー通しの練習するで！イーガーコーター！エンザーキーイーナーホー！」

(姉妹の会話はこれでおしまい)

姉妹の会話シリーズ、クイズコーナーなど、長年ご厚情を賜り、誠にありがとうございました。

次回7月号より広報誌「社会保険みえ」はリニューアルし、さらにパワーアップいたします。Stay tuned !

年金事務所による出張年金相談日

相談場所	相談時間	相談日		相談場所	相談時間	相談日	
		4月	5月			4月	5月
柿安シティホール (桑名市民会館)	10:00～15:00	3	8	鈴鹿商工会議所	10:00～15:00	9	14
		10	15			23	28
		17	22	亀山市役所	10:00～12:00	17	15
		24	29		13:00～15:00		
上野商工会議所	10:00～15:00	10	8	志摩市商工会館	10:00～15:00	10	8
		—	—	熊野市役所	10:00～14:00	2	7
名張商工会議所	10:00～15:00	—	—	熊野市役所紀和総合支所	10:00～13:00	18	—
		—	—			9	14
		22	27	御浜町役場	10:00～14:00	9	14
				紀宝町役場	10:00～14:00	16	21

※桑名市・伊賀市・名張市・鈴鹿市・亀山市・志摩市については、予約による年金相談を行っていますので、ぜひご利用ください。

【お申し込み先】 各年金事務所 お客様相談室までお電話ください。

桑名市 ⇒ 四日市年金事務所 059-353-5515
 伊賀市・名張市・鈴鹿市・亀山市 ⇒ 津年金事務所 059-228-9112
 志摩市 ⇒ 伊勢年金事務所 0596-27-3601