

社会保険

みえ

CONTENTS

日本年金機構 年金事務所

VOL.585

- 外国籍の従業員を雇用する事業主の皆さまへ
- 19歳以上23歳未満の方の被扶養者認定における年間収入要件が変わりました

全国健康保険協会(協会けんぽ)三重支部

- 上手な医療のかかり方 医療費節約テクニック!
- 協会けんぽの「任意継続被保険者」について ● 「電子申請」がはじまります!

一般財団法人 三重県社会保険協会

- 新春のご挨拶、令和7年度年金委員・健康保険委員功労者表彰
- 制度説明会開催のご案内、年金セミナー開催のご案内、社会保険事務セミナー(実務講座)開催結果
- 健康づくり指導講習会のご案内、健康づくり事業(健康ウォーキング)開催結果
- 業務災害補償制度「経営ダブルアシスト」のご案内

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)



▶ 三重の風景シリーズ 井 41 : 北牟婁郡紀北町「種まき権兵衛の里」

「権兵衛が種まきや、カラスがほぜくる…」の俗謡で有名な権兵衛さんにちなんで作られた施設です。三重県最大級の日本庭園や展示室・茶室を備えた権兵衛屋敷があります。実は権兵衛さん、上村権兵衛として実在した人物とされており、1737年1月26日に没し、紀北町便ノ山の宝泉寺に葬られたと言われています。鉄砲の名人で、大蛇退治の活躍が今も語り継がれています。

2026
1

職場内で回覧をしてください

外国籍の従業員を雇用する事業主の皆さまへ

年金事務所から封筒（封筒イメージ図）が届いた従業員の方は、保険料が未納になっている場合や、免除申請の手続きが済んでいない場合があります。従業員の方からご相談を受けた場合には、お近くの年金事務所（国民年金課）をご案内願います。

封筒イメージ図



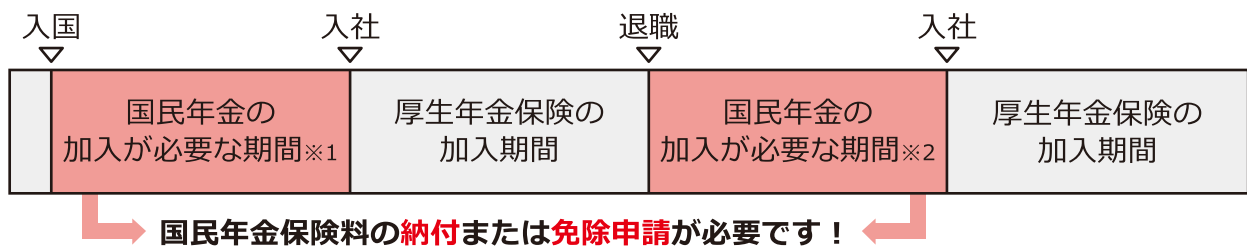
〈外国籍の方で国民年金保険料が未納になっている主なケース〉

国民年金は、国籍に関係なく、日本に住所を有する20歳以上60歳未満の方が被保険者になります。

外国籍の方が日本に入国した場合、「入国から厚生年金保険加入までの期間」（※1）や、「退職により厚生年金保険の資格を喪失した後の期間」（※2）が、未納になっている場合があります。

この期間についても、法律によって国民年金に加入し、保険料を納付する義務があります。

〈国民年金加入イメージ図〉



〈国民年金保険料の免除制度をご利用ください〉

国民年金には、経済的な理由により保険料を納めることができない場合の「保険料の免除制度」があり、原則として前年の所得を基準に審査しています。このため、入国された最初の年については、免除基準に該当する可能性があります。

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。納付が困難な場合は、速やかに免除申請の手続きを行なっていただくようお近くの年金事務所（国民年金課）をご案内願います。

年金制度に関する詳しい内容は、日本年金機構ホームページをご覧ください。

【外国人向けサイト】

<https://www.nenkin.go.jp/international/index.html>



19歳以上23歳未満の方の 被扶養者認定における年間収入要件が変わりました

令和7年度税制改正において、現下の厳しい人手不足の状況における就業調整対策等の観点から、19歳以上23歳未満の親族等を扶養する場合における特定扶養控除の見直し等が行なわれたところです。

これを踏まえ、**被扶養者としての届出にかかる者（以下「認定対象者」という。）が19歳以上23歳未満である場合の年間収入要件の取り扱いが変わりました。**

認定対象者の収入要件

扶養認定日が令和7年10月1日以降の認定対象者（被保険者の配偶者を除く。）が19歳以上23歳未満（※）の場合は、「年間収入130万円未満」が「**年間収入150万円未満**」に変わりました。

なお、この「年間収入要件」以外の要件に変更はありません。

※年齢要件（19歳以上23歳未満）は、扶養認定日が属する年の12月31日時点の年齢で判定します。

なお、令和7年10月1日以降の届出で、令和7年10月1日より前に遡って認定する場合の19歳以上23歳未満の認定対象者の年間収入要件は130万円未満で判定します。

●上手な医療のかかり方 医療費節約テクニック！

テクニック1

時間外受診 を控える

医療機関を受診する時間によっては、初診料や再診料の他に「時間外加算」がかかります。急病でやむを得ない場合を除き、**加算のない診療時間内**に受診するよう心がけましょう。

① 深夜(22時～翌6時)の初診の場合 ▶ +4,800円

※支払額は自己負担割合等によります。(歯科除く)



医療費は窓口での自己負担分以外に
皆さまの貴重な保険料から
まかなわれています！

平日8時～18時、土曜8時～12時が基本です！

おおむね
18時

22時

夜間

深夜

平日

土曜は
12時まで

6時

おおむね
8時

夜間と早朝は
診療時間内であっても
500円割増になる
ことがあるよ



テクニック2

処方薬の基本は **ジェネリック**

バイオシミラーも
登場！

医療機関で薬を処方してもらうときは、**先発医薬品**と**効きめ・安全性が同等で、価格が安い**
「**ジェネリック医薬品(後発医薬品)**」が主流になっています。

先発
医薬品



開発に莫大なお金と時間がかかるため
価格が高い

特許期間(約20～25年)が終了
他の製薬会社でも製造ができるように

ジェネリック
医薬品
(後発医薬品)



開発費用が抑えられるため
価格が安い

薬によっては約6割もおトク

安さの
理由を知れば
納得だね

飲みやすくなるよう
工夫したジェネリック
医薬品もあるんだ！



がんなどの治療薬である高価な医薬品にも後続品がある！？

先行バイオ医薬品

生物の力(バイオテクノロジー)を利用して
開発された、たんぱく質を有効成分とする
薬を「**バイオ医薬品**」と呼び、がんなどの
今までは治療が難しかった病気への効果が
期待されています。



バイオ医薬品は
従来の薬よりも高価なもの。

がんなどの患者様には
価格が安いバイオシミラーの存在を
知っていただきたい！

バイオシミラー
(バイオ後続品)

ジェネリック医薬品同様、特許期間終了後に製造されるのが
「**バイオシミラー(バイオ後続品)**」で、**価格が安く、効きめ・
安全性はバイオ医薬品と同等です***。 **3割～5割程度もおトク**

バイオシミラーについて

詳しくはこちら



*複雑な構造であるため、ジェネリック医薬品よりも多くの試験を行い、同等の効果・安全性を厚生労働省が認めている薬です。

ジェネリック医薬品をご希望の方は医師や薬剤師にご相談ください

● 協会けんぽの「任意継続被保険者」について

被保険者（ご本人）様が、会社をご退職等して健康保険の資格を喪失したときは、**ご自身で**次に加える健康保険を選択し、加入のお手続きをしていただく必要があります。

退職後の健康保険は、次の**3つの選択肢**から**ご自身で選択**していただきます

	国民健康保険	協会けんぽ任意継続	ご家族の健康保険 (被扶養者)
手続き先	お住まいの市区町村	お住まいの都道府県の 協会けんぽ支部	ご家族のお勤め先
保 険 料	前年度の所得や家族構成により決定 ※ 離職理由などにより保険料が 減免されることがあります	在職時の 約2倍 (上限あり) ※ 上限金額は毎年見直し 変更することがあります	負担なし
	必ず双方の保険料を比較してください		
加入要件	お住まいの市区町村役場へ ご相談ください	下記をご確認ください	ご家族が加入されている健康保険の 扶養認定条件を満たす必要があります

任意継続の加入要件

- 退職日(資格喪失日の前日)までに
継続して2ヵ月以上の被保険者期間があること
- 退職日の翌日(資格喪失日)から**20日以内(必着)**に
「健康保険任意継続被保険者資格取得申出書」を
提出すること(20日目が土日祝日の場合は翌営業日まで)

申出書については、お住まいの都道府県の
協会けんぽ支部へ **郵送または電子申請**にてご申請ください。

任意継続被保険者の資格取得をご希望の方へ マイナ保険証をお持ちでない方は、マイナ保険証のご登録を行っていただくか、「資格確認書交付申請書」のご提出が必要となります。

申出書のダウンロードはこちら



協会けんぽのHP ▶ 申請書ダウンロード ▶
任意継続の申請書 ▶
任意継続被保険者資格取得申出書 ▶



保険料や加入要件を
要確認!でござる



スマホの方はこちら

手書き用・入力用から
選択してダウンロード

マイナ保険証のメリット

- ✓ 手続きなしで高額な窓口負担が不要
- ✓ 確定申告の医療費控除申請もカンタン



マイナ保険証への
切り替えを
ご確認ください

マイナ保険証の
登録方法や
安全性について、
詳しくはこちら▼



資格確認書をご使用の方へ

退職された翌日から(本人・家族)、資格確認書は使用できません。

今後病院にかかるとき

健康保険が変わったことを病院の窓口に出して
新しい資格確認書または
マイナ保険証を提示して受診してください。

退職や扶養でなくなってからも
引き続き資格確認書を使ってしまうと...

資格確認書を誤って使用してしまうと
自己負担額を除いた医療費(総医療費の7割~9割)を
返還していただくことになります。

● 「電子申請」がはじまります!

令和8年1月からスタート「電子申請」

オンラインで各種給付金の申請ができるようになります!

電子申請は、郵送にかかる手間がない、申請後の処理状況がオンラインで
確認できるなど、メリットがたくさん!ぜひご利用ください。

電子申請にはマイナバーカードが必要です。
お持ちでない方は、発行をご確認ください。



詳しくは、
こちらをご覧ください!



● 新春のご挨拶

謹賀新年

謹んで新年のお慶びを申し上げます。

皆様方には、平素より当協会の事業運営に格別のご理解ご支援を賜り、心より感謝申し上げます。

令和7年は、会員の皆様の要望を拝聴しつつ、事業の適正化を図り、制度説明会、利用券・補助券の福利厚生事業等を進めてまいりました。おかげさまで各事業とも計画に沿って概ね順調に進捗しております。

2026年は「丙午（ひのえうま）」にあたります。かつては根拠のない迷信から「不吉」とされていたこともあるようですが、丙は火を、午は馬を表すことから、「情熱と行動力で突き進む」「目標達成・成功」という意味合いを持ちます。役職員一同、熱意を持って協会事業の円滑な運営と発展のため、最善を尽くし責務を果たしてまいり所存でございますので、変わらぬご厚誼を賜りますようお願い申し上げます。

最後に、皆様方の益々のご活躍とご多幸を心から祈念申し上げ、年頭のご挨拶といたします。



一般財団法人三重県社会保険協会

会長 浦田 康寛

令和7年度「年金委員・健康保険委員」功労者表彰

三重県年金委員・健康保険委員大会が11月18日に開催され、年金・健康保険事業の推進・発展のために、永年にわたり委員としてご活躍、ご尽力いただいた方々に対して表彰が行われました。

受賞おめでとうございます

受賞された委員功労者は以下の方々です。

(敬称略)

【年金委員功労者】				【健康保険委員功労者】			
○日本年金機構理事長表彰				○全国健康保険協会理事長表彰			
伊藤 義人	桑名商工会議所	(桑名市)		原田 恵美	朝日土木(株)	(四日市市)	
				中川 幸美	(株)NAKAGAWA	(松阪市)	
○日本年金機構理事表彰				○全国健康保険協会三重支部長表彰			
倉光 優次	旭電器工業(株)	(津市)		益川 和代	(有)三重非破壊検査	(鈴鹿市)	
岡田 弘二	伊勢湾倉庫(株)	(四日市市)		加藤 ゆかり	天元工業(株)	(桑名市)	
前川 真二郎	恩賜財団 済生会明和病院	(多気郡明和町)		服部 千賀子	(株)三重アロー	(桑名市)	
中村 直美	キクカワエンタープライズ(株)	(伊勢市)		藤谷 多永	中勢林業(株)	(津市)	
中川 理佐	(株)中村組	(尾鷲市)		田村 崇史	(株)GMC	(四日市市)	
				舘 利江子	(株)日館建設	(鈴鹿市)	
				小田 勉	(株)ミライト	(四日市市)	
				伊藤 公一	(株)暁興産	(三重郡川越町)	
				遠山 杏子	(社労)総合経営労務センター	(津市)	
				石井 あゆみ	東海住電精密(株)	(三重郡菟野町)	
				小倉 知恵	鈴鹿スチール(株)	(鈴鹿市)	
				川添 あさみ	(株)ディグリー	(鈴鹿市)	
				健康保険委員様	(株)ナガシマゴルフ	(いなべ市)	
				健康保険委員様	(株)野呂テック	(四日市市)	
				健康保険委員様	東海精工(株)	(三重郡菟野町)	
				健康保険委員様	(有)小林組	(津市)	

他1社1名様



● 制度普及事業

制度説明会開催のご案内

令和8年2月13日（金）に、津市のメッセウイングNHW（メッセウイング・みえ）にて「制度説明会」を開催いたします。
日本年金機構本部の方をお招きし、年金制度改正を中心に講演いただくほか、協会けんぽの令和8年度健康保険料率等についてもお話しいたしますので、是非ご参加ください。



内容は下記を予定しております。

- ・年金制度改正について
- ・年金制度改正を踏まえた厚生年金適用の留意点
- ・調査指摘改善指導事例集の解説
- ・令和8年度健康保険料率
- ・電子申請や健診補助について（協会けんぽ）

年金セミナー 開催のご案内



令和8年2月に、県下7会場にて「年金セミナー」を開催いたします。
内容は下記を予定しております。

- 老齢年金…老齢年金の請求や在職老齢年金、繰り下げ請求 など
- 遺族年金、脱退一時金（外国籍の方）
- ねんきんネット…年金請求、源泉徴収票、扶養控除申告書 など

年金給付についての知識を深める機会です。是非ご参加ください。
詳細及びお申込は、別紙チラシをご確認ください。

社会保険制度セミナー（年金制度）開催結果

令和7年10月に県下7会場において、社会保険事務セミナー「実務講座」を開催し、315名様のご参加をいただきました。
ありがとうございました。

実際の事案とオンラインサービスについて、実務に即した知識を学んでいただきました。



アンケート

受講された方にアンケートをお願いいたしました。一部ご紹介します。
アンケートにご協力いただき、感謝申し上げます。

- 月額変更届について、よくわかる内容だった。電子申請オンラインを申請してみようと思いました。
- 事例を出して説明していただき、わかりやすかったです。
- 実務の手引きがあっても解読が難しいですが、各パターン例題を出していただきながらの説明でしたので、わかりやすかったです。オンライン申請も検討中でしたので良かったです。
- 初めてのことなどわからない所はありましたが、今後自分が覚えていくのに役立つかなと思い参加しました。資料を参考に覚えていきたいと思います。
- 被扶養者異動届、算定基礎届に関してエラーの多いところを中心に説明いただき、大変分かりやすかったです。

今月号の同封チラシ

- 制度説明会開催のご案内 津市で開催 2/13（金）
- 年金セミナー開催のご案内 県下7会場で開催 令和8年2月
- 家庭常備薬等の斡旋のご案内

● 福利厚生事業

◆ 健康づくり指導講習会

三重県社会保険協会では、会員事業所様に講師を派遣し、「健康づくり指導講習会」を開催しております。（無料です）

今回、名張市の事業所様にて、健康講話及びストレッチ等を行った様子をご紹介します。

皆様の事業所でも開催をご検討ください。



【参加者のご意見】

- ・楽しく研修することが出来ました。普段使わない筋を伸ばして健やかに過ごしたいと思います。
- ・体が軽くなり、研修直後、柔軟性を体感しました。あっという間に時間が経って楽しかった。
- ・自分を労わることも大事だと感じた。自宅でもしたいと思いました。

◆ 健康ウォーキング大会

四日市支部と津支部の健康ウォーキング大会を開催いたしました。

四日市支部は10月11日（土）に京都宇治へ、津支部は10月18日（土）に静岡浜松へ

それぞれバス2台で向かいました。

四日市支部が51人参加、津支部が44人参加と昨年より多くの方にご参加いただきました。

宇治、浜松ともに心配された天候も大きく崩れることなく、秋の宇治、はままつフラワーパーク等を自由に歩いていただきました。ありがとうございました。

今回ご参加いただきました方も、ご参加いただけなかった方も、次回（令和8年度）のウォーキング大会へのご参加を心よりお待ちしております。

都道府県社会保険協会の会員事業所の皆様へ

全社連では、「本会会員である社会保険協会の会員の皆様」へのサービスの充実に目的に、全国中小企業団体中央会が運営する「業務災害補償制度（経営ダブルアシスト）」（業務災害総合保険）を導入しています。

業務災害補償制度
経営ダブルアシスト®
(業務災害総合保険)

最大約

58%割引!!

東京海上日動の**経営ダブルアシスト®**なら
全国中小企業団体中央会所属会員の皆様への割引

「労災リスクへの企業防衛」「従業員の福利厚生」を割安な掛金で備えられます!!

健康経営アシストサービスもご利用いただけます!

業務災害
補償制度の

6つの
特徴

- 1 全国中小企業団体中央会の
スケールメリットによる
割安な保険料
- 2 労災事故での高額賠償に備える
「使用者賠償責任補償」を標準セット
- 3 政府労災保険の給付を待たずに
保険金のお支払いが可能^(*)
(*) 精神疾患（メンタルヘルス疾患）、脳疾患・心疾患等を除きます。また、使用者賠償責任補償特約については、政府労災等の決定を待ってからお支払いする場合があります。
- 4 契約は補償対象者無記名式
短期労働者やパート・アルバイトはもちろん、
派遣社員^(*)、構内下請作業員^(*)も包括補償
(*) オプション
- 5 医療の補償について、
年齢や健康状態にかかわらず
告知不要でのご加入が可能!
- 6 保険料は売上高で算出
保険料は全額損金算入可能!

※本広告は、全国中小企業団体中央会を契約者とする業務災害総合保険団体契約の概要について紹介したものです。
ご加入にあたっては、必ず「パンフレット兼重要事項説明書」をよくお読みください。

「パンフレット兼重要事項説明書」(PDF)は、こちらからダウンロードできます。▶ <https://www.zensharen.jp/kda/kwa.pdf>



お申込み・
お問い合わせは

【取扱代理店】

〒104-0061 東京都中央区銀座1-14-7 銀座吉澤ビル4F
株式会社リスクコンサルティングファーム 担当: 金谷、伴 TEL: 03-6264-4771 FAX: 03-6264-4772

【提携引受保険会社】

東京海上日動火災保険株式会社 担当: 医療・福祉法人部
TEL: 03-3515-4143

25TC-002561
2025年9月作成

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	
		1月	2月			1月	2月
柿安シティホール (桑名市民会館)	10:00~15:00	8	5	鈴鹿商工会議所	10:00~15:00 (12~13時は除く)	14	—
		15	12			28	25
		22	19	亀山市役所	10:00~15:00 (12~13時は除く)	15	19
		29	26			—	—
		—	—	志摩市商工会館	10:00~15:00	8	12
上野商工会議所	10:00~15:00 (12~13時は除く)	8	12	熊野市役所	10:00~14:00	7	4
		—	—	熊野市役所紀和総合支所	10:00~13:00	—	20
名張商工会議所	10:00~15:00 (12~13時は除く)	—	—	御浜町役場	10:00~14:00	14	18
		27	24	紀宝町役場	10:00~14:00	21	25

※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