

SHINPOU

社会保険新報

2024.2

No.880



日本橋（中央区）

江戸幕府開府の1603（慶長8）年に架橋され、五街道（現在は全国道）の起点となりました。当時は木造の太鼓橋でしたが、明治44（1911）年に現在の石造二重アーチとなり、平成11（1999）年には国の重要文化財に指定されています。（写真は麒麟像）

- 協会けんぽ東京支部 協会けんぽホームページで申請書を作成（P2） ネットプリントで申請書入手（P2）
協会けんぽの情報提供サービス（P3） 協会けんぽ東京支部メールマガジン（P3）
- 日本年金機構 健康保険・厚生年金保険の加入手続き<適用関係届書一覧>（P4） 第3号被保険者の海外転出の手続き（P5）
年金委員制度～『職域型』年金委員（P5） 国民年金ひとことメモ 国民年金保険料（月額）の改定（P5）
- フィオーレ健診クリニック 2024年度 健康診断の予約開始（P6）
- 東京社会保険協会 会員特典<日帰り温泉・舞台・メガロス>（P7） 話題のWord解説 年収の壁・支援強化パッケージ（P8）

協会けんぽ 東京支部 からの **お知らせ**

協会けんぽホームページで申請書が作成できます

～「届書・申請書作成支援サービス」をご利用ください～

協会けんぽでは、ホームページからダウンロードや印刷して直接記入する手書き用の届書・申請書に加えて、入力用の申請書をご用意しています。入力用の申請書は、「届書・申請書作成支援サービス」の対象です。入力漏れなどを自動的に確認できる等、不備の防止にもつながりますので、ぜひご利用ください。



● サービスをご利用いただくためには、PDFを表示するための「Adobe® Reader®」（無償）が必要です。
※「Adobe® Reader®」は、Adobe Systems Incorporated（アドビシステムズ社）の商標です。



入力した申請書は、印刷のうえ、郵送で提出してください。
(インターネット上での申請はできません)

使用上の
注意点等は
こちら



..... 申請書の書き方をYouTubeで紹介しています

申請書の記載でお問い合わせの多い「傷病手当金支給申請書」「高額療養費支給申請書」「任意継続被保険者資格取得申出書」を動画形式で解説



加入者や事業主が給付金の申請や健康づくりを行う際の参考として、協会けんぽの取組や申請書の記入方法を紹介



ネットプリントで申請書を手に入れます

協会けんぽの各種申請書は、全国のコンビニエンスストアに設置してあるマルチコピー機で即時に印刷(有料)できます。お急ぎの場合に便利です。印刷の手順等はコンビニエンスストアにより異なりますので、事前に協会けんぽホームページでご確認ください。

対応しているコンビニ
や利用手順はこちら



協会けんぽ以外の健康保険に加入されている方は、加入先の健康保険組合等にお問い合わせください。

▶ このページの記事の内容に関するお問い合わせは、協会けんぽ東京支部 (TEL 03-6853-6111→音声ガイダンス「1」) まで

協会けんぽ 東京支部 からの **お知らせ**

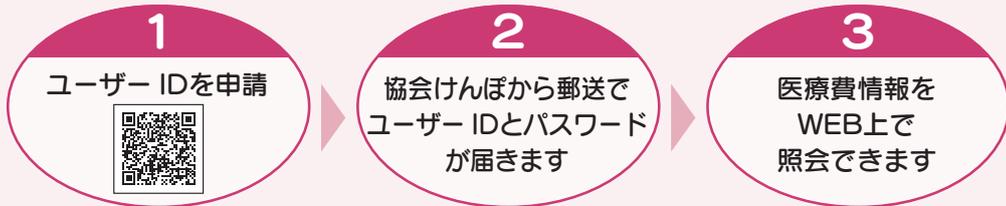
協会けんぽの情報提供サービスをご活用ください

情報提供サービスは、協会けんぽの加入者がIDを取得することにより、最大で2年分の医療費情報をパソコンやスマートフォン等から確認できます。

協会けんぽホームページのこちらのバナーをクリック



利用までの流れ



利用上の注意

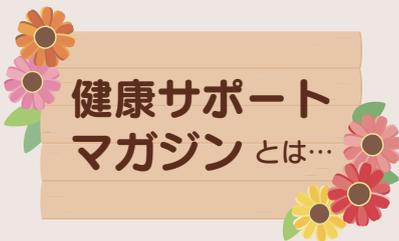
- 申請時に入力したお客様設定パスワードは、必ずご自身で控えてください。
 - 医療費情報は、ユーザーIDが発行された月の翌月22日頃から照会できます。
 - 診療・薬剤・医療費・健診情報は、マイナポータルから確認することも可能です。詳細は、マイナポータルにてご確認ください。
- ※照会が可能な医療費情報は、照会月の前月までに協会けんぽで受付している情報となりますが、医療費情報が協会けんぽに届くまでに、受診された月から概ね3か月程度を要します。そのため、確定申告に利用するための医療費通知情報は、マイナポータルから取得されることをおすすめします。

医療費のお知らせ依頼書はこちら



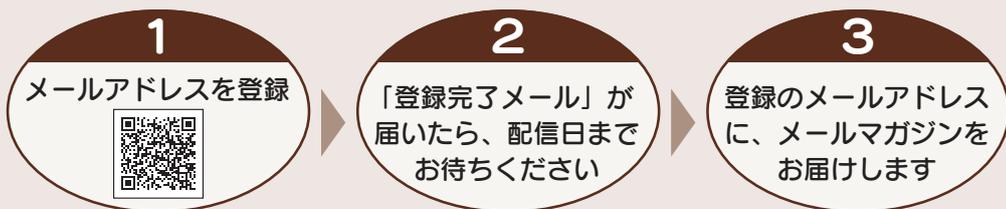
協会けんぽ東京支部メールマガジンにご登録ください

協会けんぽ東京支部では、健康保険の制度改正や保険料率変更等の最新情報をいち早くお届けするメールマガジン「健康サポートマガジン」を配信しています。協会けんぽの加入者はもちろんのこと、どなたでも無料でご利用できますので、お気軽にご登録ください。



利用者	パソコンまたはスマートフォンのe-mailアドレスをお持ちの方
利用料	無料
配信日	毎月1回（5日頃）および臨時号
コンテンツ	<ul style="list-style-type: none"> ● 協会けんぽの保険給付 ● 健診 ● 健康保険に関わる法改正・制度改正や保険料率変更などの最新情報

利用までの流れ



協会けんぽ東京支部ホームページのこちらのバナーをクリック



※「登録完了メールが届かない」というお問い合わせがありますが、その多くは、迷惑メール対策として特定ドメイン以外のメールをブロックする設定になっていることが原因です。「kyoukaikenpo.or.jp」（メールアドレスの@マーク後ろの部分）からのメールが受信できるように設定の変更をお願いします。

協会けんぽ以外の健康保険に加入されている方は、加入先の健康保険組合等にお問い合わせください。

▶このページの記事の内容に関するお問い合わせは、協会けんぽ東京支部 (TEL 03-6853-6111→音声ガイダンス「1」) まで



健康保険・厚生年金保険に**加入**したら**手続き**を**忘れず**に



健康保険と厚生年金保険は、企業等で働く人たちが収入に応じて保険料を出し合い、いざというときの生活の安定を図る目的でつくられた制度です。労働者や事業主が自由に加入を選択するものではなく、法律により加入が義務づけられています。健康保険と厚生年金保険に加入して適用事業所となったら、事業主は、従業員にかかる資格関係や報酬関係の各種手続きを法令に基づいて適時適切に行い、被保険者と保険料を折半して負担し、納付する義務があります。

※日本年金機構では、社会保険制度の適正な運営を図ることを目的として、すべての適用事業所に対し、事業所調査を実施しています。事業所調査時は、出勤簿や賃金台帳等を確認しますので、ご協力をお願いします。

健康保険・厚生年金保険適用関係届書一覧

健康保険・厚生年金保険に加入した場合、次のような手続きが必要です。

こんなときに	なにを (届書の種類)	いつまでに
・従業員を 採用 したとき	被保険者資格取得届 70歳以上被用者該当届	事実発生から 5日以内
・従業員が 退職 したとき ・従業員が 死亡 したとき	被保険者資格喪失届 70歳以上被用者不該当届	事実発生から 5日以内
・家族を 被扶養者 にするとき ・被扶養者となっている 家族に異動 があったとき ・被扶養者の 届出事項に変更 があったとき	被扶養者 (異動) 届 第3号被保険者関係届	事実発生から 5日以内
・被保険者の 氏名に変更 があったとき	被保険者氏名変更 (訂正) 届	すみやかに
・被保険者の 住所に変更 があったとき	被保険者住所変更届	すみやかに
・ 定時決定 のため、4月～6月の報酬月額届を行うとき	被保険者報酬月額算定基礎届 70歳以上被用者算定基礎届	毎年7月1日～ 7月10日
・ 随時改定 に該当するとき (報酬額に大幅な変動があった)	被保険者報酬月額変更届 70歳以上被用者月額変更届	すみやかに
・ 賞与 を支給したとき	被保険者賞与支払届 70歳以上被用者賞与支払届	賞与を支払った日から 5日以内

- 上記の届書を提出される際は、適用事業所を管轄する事務センターに郵送してください。
- 詳細は、日本年金機構ホームページ → 申請・届出様式 → 健康保険・厚生年金保険関係に掲載しています。

第3号被保険者が海外に転出したときの手続き

国民年金第3号被保険者（国民年金第2号被保険者の被扶養配偶者）が海外に転出したときは、海外特例要件に該当するかどうかで手続きが異なります。留学生や海外赴任に同行する家族等は、海外特例要件に該当しますので、届書に必要書類を添付のうえ、配偶者である第2号被保険者の勤務先に提出してください。なお、日本国籍の方は、海外転出中の期間、任意加入の届出により、国民年金に加入（保険料の納付が必要）することができます。



海外特例要件に…

該当する	留学生や海外赴任に同行する家族等は、第3号被保険者と認定されますので、国民年金 第3号被保険者関係届（健康保険 被扶養者（異動）届）に査証（ビザ）等の必要書類を添付して届出
該当しない	第3号被保険者の資格を喪失するため、国民年金 第3号被保険者関係届（健康保険 被扶養者（異動）届）により、第3号被保険者ではなくなったことを届出

詳細は  **日本年金機構**  **海外特例要件** **検索** でご確認ください。

年金委員制度 ～ 「職域型」年金委員の推薦

年金委員とは、厚生労働大臣からの委嘱を受けて、政府が管轄する厚生年金保険や国民年金に関する適用・給付・保険料等について、事業所や地域で啓発・相談・助言等の活動を行う民間協力員です。年金委員は、活動範囲によって「職域型」と「地域型」の2つに区分されています。今号では、勤務先と年金事務所を結ぶパイプ役として、主に事業所内で活動する「職域型」年金委員について紹介します。

「職域型」年金委員とは…

委嘱対象者	主に適用事業所において被用者年金に関する事務を担当されている方等
活動範囲	事業所内
活動内容	主に勤務先の社員やその家族を対象に、次のような活動を行う。 <ul style="list-style-type: none"> ● 公的年金制度に関するポスターやリーフレットの掲示・設置・配架 ● 日本年金機構主催の制度や事務手続きに関する年金委員研修会への参加 ● その他、政府管掌年金事業の推進に必要な活動 など



- 日本年金機構では、年金委員の方に対して、定期的に制度改正や手続きに関する情報提供を行っています。
- 「職域型」年金委員が設置されていない適用事業所におかれましては、ぜひ管轄の年金事務所まで推薦をお願いします。

詳細は  **日本年金機構**  **年金委員** **検索** でご確認ください。

国民年金ひとことメモ ▶ 国民年金保険料（月額）の改定

令和6年度および令和7年度の国民年金保険料（月額）が、右記のとおり改定されます。4月分の国民年金保険料から、新しい額に変更となります。

- 令和5年度の国民年金保険料は16,520円。令和6年度の前納額は日本年金機構ホームページに掲載。

令和6年度	令和7年度
16,980円	17,510円

詳細は、日本年金機構ホームページ、区市町村の窓口またはお近くの年金事務所まで

東京社会保険協会 **フィオーレ健診クリニック** からのお知らせ

2024年度 健康診断の予約開始について

フィオーレ健診クリニックでは、2024年度（2024年4月1日～2025年3月31日）の各種健康診断のご予約を、次の日程で開始予定です。※健康保険組合ごとに予約方法・受診期間等が異なります。

開始予定日	2024年3月1日(金)
予約方法	電話 お手元に健康保険証をご用意のうえ、健診予約専用ダイヤルにお電話ください。
	Web予約リクエスト
	<ul style="list-style-type: none"> 個人予約 …… 全国健康保険協会(協会けんぽ)または国民健康保険にご加入の方は、ご利用いただけます。 団体枠予約 …… どちらの健康保険組合にご加入の事業所ご担当者でも、ご利用いただけます。

受付時間

*土曜日は、コース・性別によって受付時間が異なりますので、予約時にお問い合わせください。

健診コース	8:00	8:30	9:00	9:30	10:00	10:30	11:00	11:30	12:00	12:30	13:00	13:30	14:00
人間ドック	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	—	—
生活習慣病健診 胃部レントゲンあり	●	●	●	●	●	●	● (女性のみ)	—	—	●	●	●	● (女性のみ)
定期健康診断 胃部レントゲンなし	●	●	●	●	●	●	● (女性のみ)	—	—	●	●	●	● (女性のみ)

土曜健診日*

2024年									2025年		
4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
20日	25日	22日	20日	—	7日	5日・19日	16日	7日	18日	15日	1日

ご予約から健診結果が届くまで

STEP① 予約	STEP② 健診準備	STEP③ 健診当日	STEP④ 健診結果
 <p>予約専用ダイヤル 03-5287-6211</p> <p>健診希望日の3週間前までにお申し込みください。</p>	 <p>案内状</p> <p>健診の約1週間前までに、事前書類等をお送りします。</p> <ul style="list-style-type: none"> 案内状に記載されたお申し込み内容、注意事項をよくご確認ください。 Web問診にご回答ください。 オプション検査のお申し込み(ご希望の方) 便採取 ※便検査容器が同封されている方 	 <p>検査開始時間の15分前に、健診フロアへお越しください。</p> <ul style="list-style-type: none"> 尿採取 ※当日の朝、採取してください。 当日の持ち物をお忘れなくご持参ください。 特定保健指導に該当された方には、健診終了後に保健指導を実施しています。 	 <p>健康診断結果報告書</p> <p>健診後約2週間ほどで、ご指定先に発送します。</p> <p>検査の結果、二次検査や精密検査・治療が必要とされた場合には、放置せず早めに医師の診察や検査を受けることをおすすめします。</p>

2024年4月からWeb問診に変わります
事前に回答をお済ませのうえご受診ください



 フィオーレ健診クリニック	保育室完備	「東新宿」駅A2出口から徒歩1分
	健診予約専用ダイヤル 03-5287-6211	【電話受付時間】月～金曜日(祝日を除く) 9:00～17:00 土曜健診実施日 9:00～12:00
❖健康診断についての詳細は、ホームページ https://www.k-fiore.jp をご覧ください。		



会員特典のご案内

お申し込み受付中!



日帰り温泉

箱根湯寮



古民家風の里山温泉。箱根湯本の里山風趣とともに、格別の時間を過ごせる大規模な日帰り温泉

入浴料【3月31日まで】

大人（中学生以上）	平日	1,400円	（通常 1,600円）
	土日祝	1,700円	（通常 1,900円）
こども（小学生）	平日	800円	（通常 900円）
	土日祝	800円	（通常 900円）

※利用は小学生以上になります。
 ※年末年始・GW・お盆等は土日祝の入浴料です。
 ※4月より料金改定予定。詳しくは、ホームページでご確認ください。



箱根湯本駅から
無料送迎バスで
わずか3分

箱根七湯のひとつ
「塔之沢温泉」が源泉の
美肌の湯



利用方法

会員限定ページから「レジャー施設の利用申込書」をダウンロードし、必要事項を記入のうえ、施設に持参してください。

※東社協会員限定の割引（新報メルマガ会員は利用不可）です。
 ※ユーザー名・パスワードが不明の場合は、「よくある質問」から照会してください。

ホームページ ▶ 会員特典 ▶ 会員限定ページ

舞台

銀行強盗にあって 妻が縮んでしまった事件



公演日 4月5日(金)昼・6日(土)夜・13日(土)昼

会場 日本青年館ホール（新宿区）

料金 5日 9,800円（S席/定価 11,800円）
 6日・13日 10,800円（S席/定価 11,800円）

締切 2月28日(水) ※各日10枚

申込方法や料金振込、チケット等の詳細は、ホームページに掲載。

ホームページ ▶ 会員特典 ▶ チケット・期間限定特典

メガロス

フィットネス動画公開中!



Billy's Bootcamp

期間 2月29日(木)まで

- まずはここから 10分ボクシング初級編 10分 初級
- 脂肪燃焼 -やる気アクセルを踏もう- 35分 中級-上級

ホームページ ▶ 会員特典 ▶ フィットネスクラブの利用割引



詳細はホームページをご覧ください

<https://www.tosyakyo.or.jp>

東京社会保険協会

会員事業課 ☎03-5292-3596





話題のWord
を解説します!

年収の壁・支援強化パッケージ

厚生労働省は、配偶者に扶養されるパートタイム労働者のいわゆる「年収の壁」について、2023年10月から「年収の壁・支援強化パッケージ」を実施しています。

「年収の壁」とは、一定の年収に達すると健康保険・厚生年金保険などの社会保険料負担が発生したり、収入要件のある企業等の配偶者手当がもらえなくなるのを避けるために、労働者が勤務時間の削減を余儀なくされることです。支援パッケージでは、「106万円の壁」および「130万円の壁」に対応し、労働者が希望どおり働くことのできる環境づくりを後押しする対策を講じています。

「106万円の壁」への対応

従業員101人（2024年10月からは51人）以上の企業等で働くパートタイム労働者は、年収が106万円以上になると扶養から外れ、健康保険・厚生年金保険に加入することになります（社会保険料の負担が生じます）。この対策として、保険料負担が生じて、

労働者の手取り収入が減らないように、企業等が手当を支給する場合等に、企業等に対して労働者1人当たり最大で50万円の助成を行います。

キャリアアップ助成金「社会保険適用時処遇改善コース」……企業等への支援

労働者本人負担分の保険料相当額の手当支給や賃上げなどにより、年収の壁を意識せずに働ける環境づくりを行う企業等を後押しします。

社会保険適用促進手当

事業主が被用者保険適用に伴い、労働者の手取り収入を減らさないように手当を支給した場合は、本人負担分の保険料相当額を上限として社会保険料の算定対象としません。



イメージ 時給が上がり（年収104万円→106万円）、健康保険・厚生年金保険に加入した場合



※保険料は、健康保険（協会けんぽ）・厚生年金保険等の保険料率で計算した場合の労働者本人の負担額。なお、手取り収入は税金については考慮していません。

「130万円の壁」への対応

従業員100人（2024年10月からは50人）以下の企業等で働くパートタイム労働者の年収が130万円（60歳以上または障害年金受給者は180万円）以上になると扶養から外れ、健康保険・厚生年金保険に加入することになります（社会保険料の負担が生じます）。この対策として、人手不足による超過勤務に伴う一時的な収入変動ということを勤め先の企業等が証明することを条件に、原則として2年までは、第3号被保険者のまま取り扱うことで、手取り収入が減少しないようになります。

事業主の証明による被扶養者認定の円滑化

例 毎月10万円で働くパートタイム労働者が残業により一時的に収入増になった場合



詳細は、厚生労働省ホームページ【年収の壁・支援強化パッケージ】 (https://www.mhlw.go.jp/stf/taiou_001_00002.html)

記事提供／日本年金機構 新宿年金事務所・全国健康保険協会(協会けんぽ)東京支部