

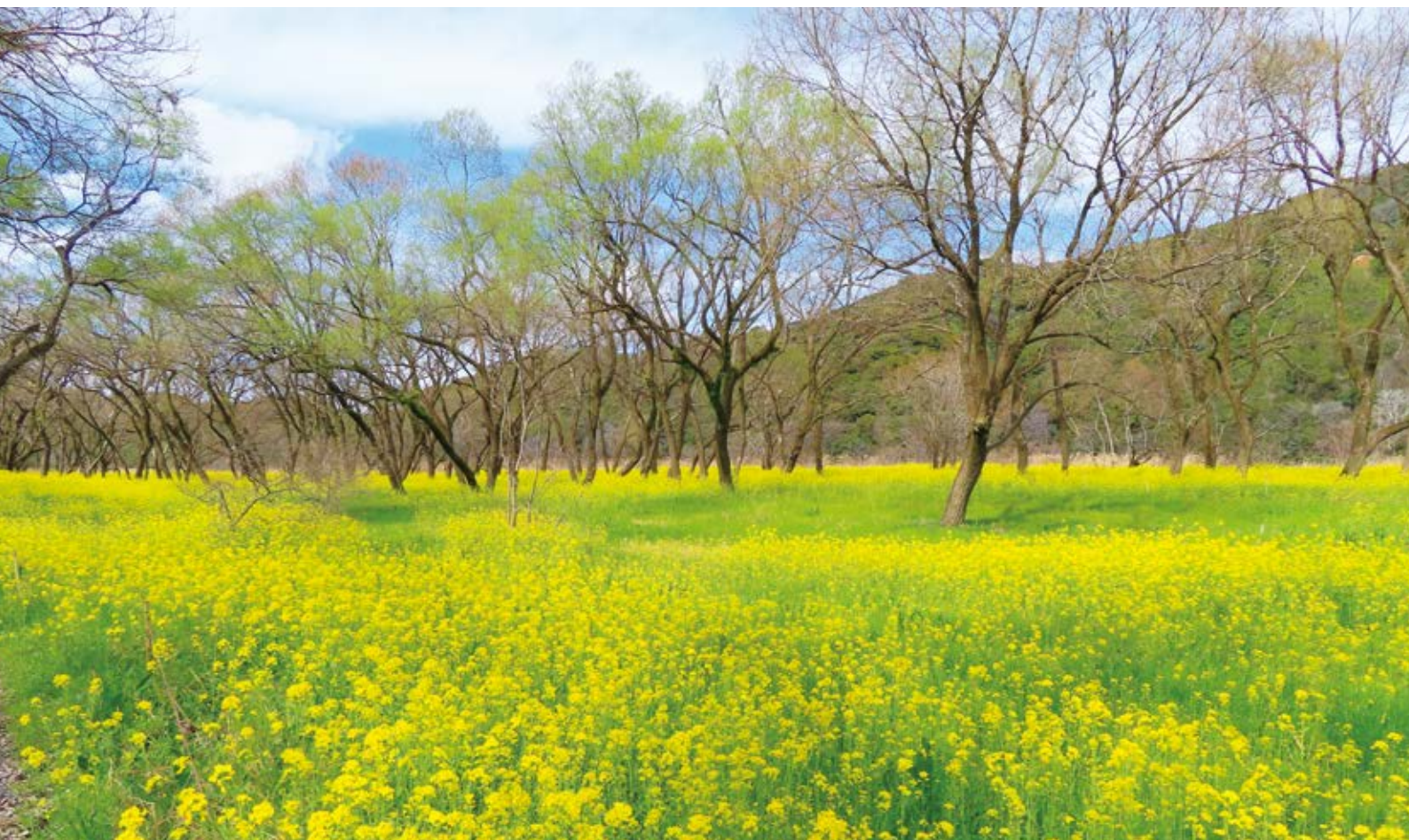
社会保険

こうち

Tosa Kochi

3

2025



四万十市入田 ヤナギ林の「菜の花」

四万十川下流にある四万十市入田の河川敷には1月下旬頃から咲き始め、1,000万本の「菜の花」がヤナギ林に広がります。

今年も3月9日(日)まで菜の花まつりが開催されていますので、まだ黄色の絶景が見られるかもしれませんね。

- 日本年金機構からのお知らせ 2～3
- 協会けんぽからのお知らせ 4～5
- (一財)高知県社会保険協会からのお知らせ
 - ◎ 健康づくり事業「DVDの貸出」【申込書】 6

一般財団法人 高知県社会保険協会
〒780-0823 高知市菜園場町1番21号 四国総合ビル6階
TEL 088-855-6612 FAX 088-855-6613
ホームページ <https://kochi-shahokyo.or.jp/>



職場内で回覧を
お願いします。

日本年金機構からのお知らせ

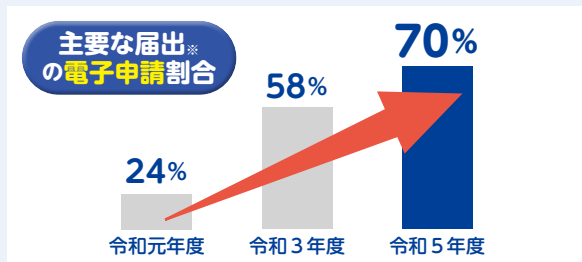


社会保険の手続きは便利なオンラインサービスをご利用ください。
業務効率化やコスト削減など、メリットがたくさんあります！

オンラインサービスの種類

電子申請

- 資格取得届や算定基礎届等の社会保険（健康保険・厚生年金保険）手続きを、e-Govやマイナポータルを使って、オンラインで申請・届出できるサービスです。
- 主要な届出*の電子申請割合は、令和5年度末に70%になりました。



*資格取得届・資格喪失届・算定基礎届・月額変更届・賞与支払届・被扶養者（異動）届・国民年金第3号被保険者関係届

※e-Gov: デジタル庁が運営する総合的な行政ポータルサイトです。
マイナポータル: デジタル庁が運営する、行政手続きの検索・電子申請などをワンストップで行うことができるサービスです。

オンライン事業所年金情報サービス

- 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。

＜受け取れる情報＞

保険料関係の情報・通知書

- 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
- 保険料納入告知額・領収済額通知書
当月の口座振替額と前月の領収額をお知らせする通知書
- その他情報
保険料増減内訳書や賞与保険料算出内訳書等の情報

電子申請に活用可能な情報

- 被保険者データ
社会保険に加入している従業員等の情報。「届書作成プログラム」に取り込むことで、簡単に届書を作成可能

メリットがたくさんあります

電子申請



いつでもどこでも申請可能

24時間365日オンラインで申請できます。在宅勤務をしても、自宅から申請できます。



処理が速くて正確

申請データをそのまま取り込んで処理をするため、紙の届出と比べ文字の曖昧さがなく、速く処理されます。



コスト削減

紙や電子媒体の届書の郵送料、年金事務所窓口に出向くときの時間や交通費が削減できます。



申請時のチェック・データ管理が簡単

申請時に不備がないかシステムチェックができます。処理状況・結果通知をPCで確認でき、データ管理も簡単です。

オンライン事業所年金情報サービス



連絡不要で定期的に受け取りが可能

1度の申し込みで、定期的に必要な情報・通知書のデータを受け取ることができます。



早く受け取り・確認が可能

例えば、被保険者データは、郵送よりも20日間程度早く受け取り・確認することができます。



電子申請が簡単に

被保険者データを「届書作成プログラム」に取り込むことで、簡単に届書データの作成・電子申請ができます。



いつでも確認が可能で、共有も簡単

24時間365日オンラインで確認できます。また、関係者間での情報共有が容易になります。

お問い合わせ先

高知西年金事務所

TEL 088-875-1717

高知東年金事務所

TEL 088-831-4430

南国年金事務所

TEL 088-864-1111

幡多年金事務所

TEL 0880-34-1616

■ オンラインサービスの利用方法

G ビズ ID の取得

G ビズ ID を取得すると、社会保険のほか、補助金や営業許可の申請など、オンラインの行政手続きの多くを利用することができます。

G ビズ ID の取得は、ホームページをご覧ください。

<https://gbiz-id.go.jp>

G ビズ ID

検索



取得は簡単で、どちらのサービスも無料で利用できます！

電子申請

届書作成プログラム

G ビズ ID
で
電子申請

人事労務管理ソフト
自社システム

G ビズ ID
または
電子証明書
で電子申請

または

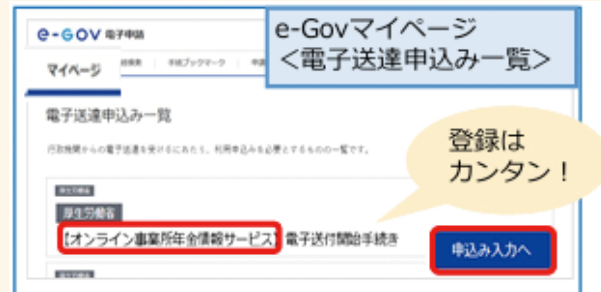
- 届書作成プログラムは、届書作成と電子申請ができるソフトウェアで、日本年金機構のホームページから無料でダウンロードできます。
- 電子申請は e-Gov やマイナポータルを經由して行います。

※人事労務管理ソフト・自社システムは、電子申請対応のものに限ります。

オンライン事業所年金情報サービス

- G ビズ ID があれば、すぐに利用できます。

電子申請と組み合わせれば、電子データの受け取りから届書の作成、申請までがオンラインで完結しますので、ぜひご利用ください。



■ 被保険者データのCDによる提供サービスが3月末で終了します

- 希望した事業主の方に被保険者データを収録したCDを郵送するサービスが、令和7年3月末をもって終了します。同じ内容の電子データをオンラインで受け取ることができる、オンライン事業所年金情報サービスに切り替えをお願いします。
- オンライン事業所年金情報サービスの利用は、G ビズ ID をお持ちの事業主の方に限定されていましたが、令和7年1月からは、①電子証明書をお持ちの事業主の方、②社会保険事務を受託している社会保険労務士の方についても、ご利用いただけるようになりました。

■ 登録方法や操作にお困りの場合は日本年金機構ホームページをご覧ください

- 日本年金機構のホームページには、おおまかな手続きの手順がわかる動画や、操作手順の詳細を記載したガイドブックを掲載していますので、ぜひご活用ください。

日本年金機構 電子申請

検索



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

日本年金機構 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

協会けんぽからのお知らせ

協会けんぽの令和7年度の保険料率は 令和7年3月分(4月納付分)から変わります

高知支部の健康保険料率は **引き上げ**、介護保険料率は **引き下げ** になります。

健康保険料率 9.89%	令和7年3月分(4月納付分)～ 引き上げ	健康保険料率 10.13%
介護保険料率 1.60%	令和7年3月分(4月納付分)～ 引き下げ	介護保険料率 1.59%

※ 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(10.13%)に介護保険料率(1.59%)が加わります。

加入者の皆さま、お一人おひとりの健康への積み重ねが
保険料率の上昇を抑える大きな力となります



退職後の健康保険加入のご案内

従業員の方の退職時には**保険料等を比較のうえ**、ご希望の手続先をご案内ください。

加入先	協会けんぽの任意継続	国民健康保険	ご家族の健康保険 (被扶養者)
手続先	協会けんぽ支部 (お住まいの都道府県支部)	国民健康保険担当課 (お住まいの市区町村)	ご家族の勤務先
加入条件	<ul style="list-style-type: none"> 退職日までに被保険者期間が継続して 2か月以上 あること。 退職日の翌日から 20日以内 に手続きすること (協会けんぽ支部必着)。 	<ul style="list-style-type: none"> お住まいの市区町村の国民健康保険担当課にお問い合わせください。 	<ul style="list-style-type: none"> ご家族の勤務先にお問い合わせください。
保険料	<ul style="list-style-type: none"> 退職前の保険料の2倍の金額。 ※資格喪失時の標準報酬月額をもとに計算されます。 ※上限あり(令和7年度の上限は標準報酬月額320千円) 支部により保険料率が異なります。 原則2年間は保険料の等級の変更なし(保険料率の変更は除く)。 	<ul style="list-style-type: none"> 加入する世帯の人数・前年の所得等によって決定されます。 お住まいの市区町村により保険料が異なります。 ※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。 	<ul style="list-style-type: none"> 被扶養者の保険料負担は原則ありません。

協会けんぽの
任意継続保険
について

パソコンからはこちら

協会けんぽ 任意継続 検索



スマートフォン
からはこちら



令和7年度 生活習慣病予防健診のご案内

協会けんぽでは加入者の皆さまの健康保持・増進のため、年度内1回に限り健診費用の一部を補助しています。

- 1 令和7年3月末に、事業所に健診対象者の情報を記載した「生活習慣病予防健診対象者一覧（令和7年度）」を送付します。※令和7年1月上旬時点の健診対象者
- 2 対象者一覧をご確認のうえ、**健診実施機関に直接ご予約**ください。
※予約後に協会けんぽへの連絡、対象者一覧の**提出は不要**です。

Point1 自己負担額を軽減!(令和5年度~)

一般健診 **軽減前** 最高 7,169円 → **軽減後** 最高 **5,282円**
付加健診 **軽減前** 最高 4,802円 → **軽減後** 最高 **2,689円**

令和7年1月以降に、協会けんぽに加入した方も受診できます。



Point2 付加健診の対象年齢を拡大!(令和6年度~)

節目の年齢では、+2,689円で健診項目をより充実させることができます。
付加健診の対象年齢は、**40歳、50歳**に加え、

45歳、55歳、60歳、65歳、70歳も対象になります。

【付加健診の検査内容】尿沈渣顕微鏡検査・血液学的検査・生化学的検査・眼底検査・肺機能検査・腹部超音波検査

■ 扶養家族の方の健診(特定健診)もありますので、ご利用ください。

パソコンからはこちら▶

協会けんぽ

特定健診

検索

スマートフォンからはこちら▶



全国健康保険協会 高知支部
協会けんぽ

LINE
友だち募集中



公式アカウント
はじめました。

お友だち登録方法



QRコードで登録

LINEアプリからQRコードを読み込んで登録してね。

ID、アカウント名検索

LINEアプリから「協会けんぽ高知」または「@kenpo_kochi」でアカウント検索し、友だちに追加してね。



(一財) 高知県社会保険協会からのお知らせ

健康づくり事業 (DVDの貸出)

『健康づくりDVD』を無料で貸出します！

会員事業所(協会費を納入されている事業所)の職場で働く皆様の健康づくりをサポートするため、健康づくりに関するDVDを貸出しいたします。事業所の従業員・そのご家族の皆さまの健康づくりにお役立てください。

- ☑ DVDの貸出は**無料**です。
ただし、DVDの返却にかかる経費は会員事業所様の負担となります。
 - ☑ 貸出期間は、**20日間程度**とします。
 - ☑ 貸出枚数は、**1回につき2枚以内**としてください。(※貸出申込は、何度でもできます。)
 - ☑ お申込方法は、**FAX (088-855-6613)** または郵送で お申込み下さい。
- ※ このDVDは、個人がご家庭で視聴することを目的としています。

(申込書はコピー可)

「健康づくりDVD」貸出申込書

申込年月日 令和 年 月 日

会員番号は、封筒の宛名シール右下(00****)6桁の数字です

会 員 番 号

担当者氏名

所 在 地

〒 —

事 業 所 名

電 話 番 号

FAX 番号

No.

「貸出希望DVD」の No. に 印をお願いします。

1	<input type="checkbox"/>	◆ はじめてのウォーキング&ジョギング	(31分)
2	<input type="checkbox"/>	◆ 若々しい体をキープ! エクササイズ&ダイエット	(33分)
3	<input type="checkbox"/>	◆ Good-bye ストレス	(29分)
4	<input type="checkbox"/>	◆ 正しく知れば怖くないがんのお話	(26分)
5	<input type="checkbox"/>	◆ 夏の熱中症 / 冬のヒートショックに気を付けよう!	(41分)
6	<input type="checkbox"/>	◆ ちょちょいのちょいトレ2.0 「毎日筋活部」 ~筋肉を育ててメタボを予防しよう!~	(60分)
7	<input type="checkbox"/>	◆ トータル・ヘルスプロモーションのための 健康サポート体操	(60分)
8	<input type="checkbox"/>	◆ 元気な職場をつくる メンタルヘルス5 ~自分でできるストレスコントロール セルフケアのための10の方法~	(25分)
9	<input type="checkbox"/>	◆ 元気な職場をつくる メンタルヘルス6 ~ストレス・コーピングによるセルフケア ストレスに上手く対処する方法~	(26分)

貸出希望期間

令和 年 月 日 ~ 令和 年 月 日 (日間)

お問合せ・お申込み先

〒780-0823 高知市菜園場町1番21号 四国総合ビル6階
一般財団法人 **高知県社会保険協会**
TEL 088-855-6612 FAX 088-855-6613