

社会保険

こうち

Tosa Kochi

3

2026



堀川沿いの桜並木（高知市九反田）

毎年、桜の時期に高知市文化プラザかるぼーと前の堀川沿いに東へ約1kmに渡り、桜並木が続いています。満開になると桜並木は見事な桜のトンネルとなり多くの方を楽しませています。当協会の職場が大変近いこともあり、今年も桜のトンネルを堪能したいと思います。

- 協会けんぽからのお知らせ 2~3
- 日本年金機構からのお知らせ 4
- (一財)高知県社会保険協会からのお知らせ 5~8
 - ◆ 東京ディズニーリゾート利用券(R8年度「新規」助成事業)【申込書】 5
 - ◆ 東京ディズニーホテル宿泊割引のご案内(会員事業所様限定) 6
 - ◆ 福利増進事業 施設優待割引「施設利用会員証」の発行【申込書】 7
 - ◆ 健康づくり事業「R8年度 講師派遣(無料)」【申込書】 8

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。

協会けんぽからのお知らせ

協会けんぽの令和8年度の保険料率は 令和8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 **引き下げ**、介護保険料率は **引き上げ** になります。

健康保険料率 10.13%	令和8年3月分(4月納付分)～ 引き下げ	健康保険料率 10.05%
介護保険料率 1.59%	令和8年3月分(4月納付分)～ 引き上げ	介護保険料率 1.62%

※ 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。

**ご存知
ですか**

一人一人の取組で保険料率が変わる! インセンティブ制度



協会けんぽの5つの取組(評価指標)を順位付けし、総合順位が47支部中 上位15支部について、支部ごとの得点数に応じた報奨金によって保険料を引き下げられる制度です。また、取組の結果はその年の2年後の保険料率に影響します。

例えば、令和8年度のインセンティブをもとに令和10年度の保険料率を決定します。令和6年度の高知支部の総合評価は45位。残念ながら令和8年度のインセンティブを得ることはできませんでした。

皆さまの取組が、保険料率の伸びを抑える大きな力になります!

みんなで取り組む5つのポイント!

1 毎年健康診断を受ける

健診を受けて体の状態を把握しましょう。



2 特定保健指導を利用する

健診結果で「生活習慣改善が必要」とされたら、保健指導を受けましょう。



3 健康的な生活を心がける

保健指導の対象者にならないよう、健康的な生活を心がけましょう。




4 要治療者は必ず医療機関へ

健診結果で治療が必要と判定されたら医療機関を受診しましょう。



5 ジェネリック医薬品を使用する

ジェネリック医薬品を活用して、上手に医療費を節約しましょう。



インセンティブ制度について、詳しくはホームページで



加入者・事業主の皆さまへ



協会けんぽの **健診** がさらに手厚く、新しく!

＼ 令和**8**年**4**月スタート! ／

もっと! 1 人間ドック健診に対する補助を開始

- 対象** 35歳～74歳の被保険者
- 補助額** 協会けんぽが最高**25,000**円補助します
- 内容** 一般健診の項目に検査項目がさらに追加され、当日の医師による健診結果説明や特定保健指導も含まれる総合的な健診です。



もっと! 2 生活習慣病予防健診の対象者を若年者へ拡大

- 対象** 20歳、25歳、30歳の被保険者
- 自己負担額** 最高**2,500**円
- 内容** 血液検査や尿検査などの一般的な検査に肺のがん検診を加えた若年者用の健診です。



もっと! 3 40歳以上の女性に骨粗しょう症検診を開始

- 対象** 一般健診・節目健診を受診する**40歳～74歳**の**偶数年齢の女性**被保険者
- 自己負担額** 最高**1,390**円
- 内容** 問診や骨の中にあるカルシウムやマグネシウム等の成分量を測定することで、骨粗しょう症の予防と早期発見を目的とした検診です。



健診受診の流れ

- 1 受診を希望する健診機関に予約する**
全国の健診機関で受診することができます。協会けんぽへの申込手続きは不要です。
- 2 健診を受診する**
受診当日は、マイナ保険証等^{*}及び検査容器などを忘れずにお持ちください。
*保険資格の確認方法は、事前に健診機関へお問い合わせください。
- 3 健診結果を確認する**
生活習慣の改善が必要な方は「特定保健指導の利用」、要治療と判定された方は「医療機関の受診」をお勧めいたします。

健診実施機関等の一覧はこちら

協会けんぽ 健診機関

日本年金機構からのお知らせ

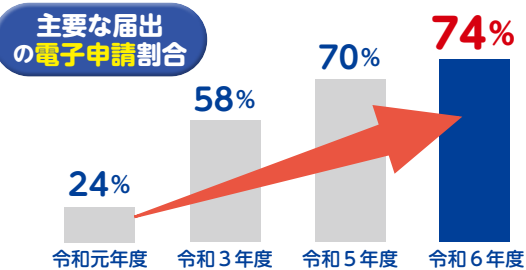


社会保険の手続きは **便利なオンラインサービス**をご利用ください!

届書の作成から通知書の受け取りまでがオンラインで完結します

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(7種類)の電子申請割合は、令和6年度末に約**74%**となり、多くの方に利用されています。



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。一度登録すると、定期的に受け取れます。

オンライン化を進めるメリット

1. マイナ保険証がより早く更新できます
2. 来所や郵送のコストが削減できます
3. 時間に縛られず申請が可能になります

これまでの取組による実際の効果例

資格取得届(電子)	平均処理日数	R1.4月	R6.4月	増減
電子申請		3.3日	0.5日	▲2.8日
紙申請		4.2日	3.2日	▲1.0日

ご利用方法等の詳細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

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

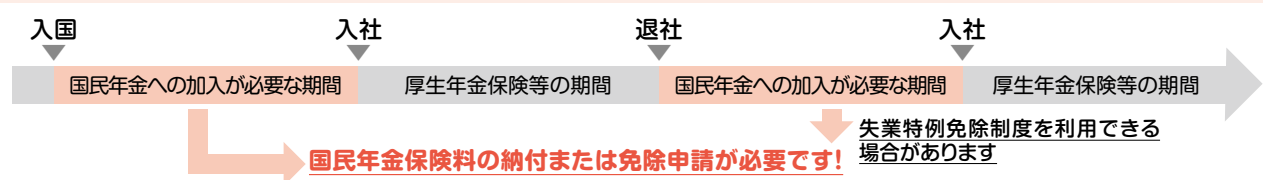
日本年金機構 オンライン事業所年金情報サービス

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

外国籍の従業員のみなさまへ周知をさせていただきます **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。 ※社会保険協定等により、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。

(一財) 高知県社会保険協会からのお知らせ

新規
事業

東京ディズニーランド・東京ディズニーシー パークチケット購入代金の助成事業のご案内

会員
限定

当協会では、会員事業所の被保険者とその家族の福利増進のため利用券を発行いたします。



東京ディズニーリゾート・コーポレートプログラム利用券

東京ディズニーランド®/東京ディズニーシー®のパークチケットの購入時にご利用いただける利用券です。

- ◎利用期間 令和8年4月1日から令和9年3月31日まで
- ◎補助金額 当協会が配布した利用券1枚(一人1枚)につき1,000円
※利用券は、東京ディズニーホテルでの利用はできません。
- ◎利用期間 令和7年度分の会費納付額に応じた枚数まで(下の表を参照)
- ◎申込方法 下記の申込書により、郵送にて申し込み手続きをお願いします

詳しくはこちら



公式東京ディズニーリゾート・コーポレートプログラム 検索

お問い合わせはこちら <https://www.tokyodisneyresort.jp/info.html>



※写真・イラストはイメージです。
© Disney © Disney/Pixar

申込締切

令和8年**12月18日(金)** ※配付予定枚数(300枚)に達し次第終了(当協会HPで周知)

申込枚数

R7年度協会費の納付済金額	申込の上限枚数
3,000円～ 4,000円	4枚まで
5,000円～10,000円	10枚まで
12,500円～18,000円	18枚まで
20,000円以上	25枚まで

※注意事項

右の表のとおり事業所単位で、申込枚数の上限が違いますので、ご注意ください。

利用方法

- パークチケット1枚につき、利用券1枚のみご利用いただけます。
- パークチケットは、購入同日から2カ月先までが販売されています。
- パークチケットの購入方法等は、上記の東京ディズニーのQRコード「詳しくはこちら」でご確認ください。
- 利用券及びPWは当協会の会員様の被保険者とそのご家族様以外に譲渡できません。

送付先

〒780-0823 高知市菜園場町1番21号 四国総合ビル6階
(一財) 高知県社会保険協会 TEL 088-855-6612

お得な宿泊割引について

東京ディズニーホテルの宿泊を検討している会員様は、6ページをご覧ください。
なお、宿泊割引を受けるためには「プランパスワード」が必要なため、下記申込書の「必要」に○印をお願いします。

申込方法

- ① 「東京ディズニー利用券申込書」 ※コピーのうえ記載をお願いします。
- ② 利用券送付用の宛先を明記した「返信用封筒」
※「返信用封筒」には、**切手110円**を貼ってください。

上記の①～②を同封のうえ「郵送」にてお申し込み下さい。

注：申込方法等に不備がある場合は、無効とさせていただきますのでご注意ください。

(コピー可)

令和 年 月 日

お申込は郵送で
お願いします!



東京ディズニーリゾート・コーポレートプログラム
利用券申込書

利用券 申込枚数	事業所住所	〒 -		
枚	事業所名称			
宿泊割引(6ページ)用 プランPWについて○印	申込責任者氏名	電話番号	-	-
		FAX番号	-	-
必要・不要		会員番号		

上記のとおり申し込みます。なお、PW等は会員事業所以外の第三者に譲渡しません。

(一財) 高知県社会保険協会からのお知らせ

2026年度



東京ディズニーリゾート・コーポレートプログラム限定! 「東京ディズニーセレブレーションホテル®」 宿泊割引のご案内

10% OFF

下記宿泊期間内の客室料金を10%割引にてご宿泊いただける特典をご用意しました。詳細をご確認のうえ、この機会にぜひご利用ください。

宿泊期間	2026年4/1 (水) ▶ 2027年3/31 (水) ^{※1}
予約期間	2026年2/2 (月) ▶ 2027年3/30 (火) ^{※2}
対象者	東京ディズニーリゾート・コーポレートプログラム加入企業・団体所属の皆さまとそのご家族 <small>※対象者は、企業・団体様によって異なる場合がございます。</small>

※1: 特定日、その他工事・運営上の理由で除外となる日程がございます。なお、2026年9月1日(火)～2027年3月31日(水)宿泊分は、「東京ディズニーセレブレーションホテル:ウィッシュ」のみが対象となります。※2: 宿泊日の4カ月前同日11:00～ご予約いただくことが可能です。ただし、予約開始日は変更になる可能性があります。※3: 本プランでの提供客室数には限りがございます。満室となっている場合もございますので、あらかじめご了承ください。詳しくは、予約サイト内の客室カレンダーをご確認ください。

詳細のご確認、ご予約は
利用者用サイト から! ▶

コーポレートプログラム利用者用サイト



当協会の会員事業所様限定

- 宿泊予約登録時に「プランパスワード」が必要なため、5ページの東京ディズニー利用券申込書により申請いただくと、返信用封筒にPWを同封します。
- 利用券が無くても宿泊割引は利用できます。



東京ディズニーセレブレーションホテル

パークの夢や冒険をそのままに手軽なリゾートステイを楽しめるホテル。新浦安エリアに位置し、シンプルなサービススタイルで手軽にリゾートステイをお楽しみいただけます。冒険や発見がテーマの「東京ディズニーセレブレーションホテル:ディスカバー」と、夢やファンタジーがテーマの「東京ディズニーセレブレーションホテル:ウィッシュ」の2棟からなります。



詳しくはこちら

東京ディズニーセレブレーションホテル 宿泊者特典

ホテル内でパークチケットを購入して、滞在中にパークを楽しもう

東京ディズニーリゾート・オフィシャルウェブサイトで売り切れている場合でも、滞在中にご利用いただけるパークチケットをご購入いただけます。

※ホテル内で購入するパークチケットには、東京ディズニーリゾート・コーポレートプログラム利用券はご利用いただけません。

パーク⇄ホテルの移動は、無料のシャトルバスが便利!

「東京ディズニーセレブレーションホテル」と各パークを結ぶシャトルバス(ウィッシュ&ディスカバー・シャトル)を無料でご利用いただけます。

- バス乗り場はホテルエントランス目の前!
- 約20分でパークへ到着!

※所要時間、時刻表の運行時刻は、天候や交通事情により遅延する場合がございます。
※シャトルバスは、写真と異なる場合がございます。

「施設利用会員証」を発行いたします

会員事業所様（協会費を納入されている事業所様）の従業員及びそのご家族の皆様の福利増進を目的として全国規模の宿泊施設の優待利用（割引）ができる「施設利用会員証」をご希望される事業所様に発行いたします。ご出張やご家族での旅行時など、お気軽にご利用ください。

また、既に「施設利用会員証」をお持ちの会員様も有効期限（2026.03.31）以降は利用できませんので、更新を希望される事業所様も、お手数ですが改めて申込書（下記）の提出が必要です。

● **申込方法** ※お申込みは、**〒郵送**でお願いします。

下記の申込用紙に必要事項をご記入いただき、宛先を明記した**返信用封筒長形3号（※110円切手貼付）**を同封のうえ、郵送にてお申し込みください。

● **申込送付先** 〒780-0823

高知市菜園場町1番21号 四国総合ビル6階
（一財）高知県社会保険協会 TEL 088-855-6612

● **会員証の発送** 申込書の内容確認後、施設利用会員証と契約施設一覧表等を送付いたします。なお、郵送時期は3月下旬から順次発送予定。

● **発行枚数** ご希望枚数は原則として**1事業所3枚まで**とさせていただきます。ただし、従業員数が多い等の理由で4枚以上希望する場合は、お電話でご相談ください。

● **有効期限** 2029年3月31日まで

● **注意事項** 「施設利用会員証」は事業所様において管理のうえ、施設をご利用される方に貸与していただきご利用下さい。「施設利用会員証」は事業所内で共同利用します。有効期限内であれば何度でもご利用いただけます。なお、有効期限が経過した「施設利用会員証」の返却は不要です。

● **施設へのお申込み・ご利用時の注意事項**

- ▶ 施設利用一覧表よりご利用したい施設の利用方法を参考に、電話やインターネットにより直接施設にお申し込みください。また、利用申込手続き時に、ID・PWやアカウント・アクセスキー等が不明な場合は、当協会にお電話でご連絡ください。なお、他の割引サービスとの併用はできません。
- ▶ 「施設利用会員証」は施設をご利用する際、1グループにつき1枚提示することでご利用いただけます。
- ▶ 対象施設をご利用の際は、「施設利用会員証」をご持参いただき施設から求められた時には必ずご提示ください。

● **優待利用できる施設** ※詳しくは、当協会ホームページの「施設優待利用のご案内」をご覧ください。

船員保険会 3施設	高輪・品川プリンスホテル限定 4施設
プリンスホテルグループ 46施設	プリンスホテルグループ娯楽施設（ゴルフ場、スキー場等）多数
アイコニア・ホスピタリティ 150施設	ダイワロイネットホテルズ 76施設
HMIホテルグループ 43施設 （ホテルマネージメントインターナショナル株式会社）	クア・アンド・ホテルグループ 3施設 （株式会社クア・アンド・ホテル）
その他（宿泊施設） 21施設	その他（日帰り施設） 6施設

（コピー可）

「施設利用会員証」申込書		申込年月日	令和	年	月	日
会員番号		希望枚数 (1事業所3枚まで)				枚
所在地	〒	—				
事業所名						
担当者氏名						
電話番号		FAX番号				



(一財) 高知県社会保険協会からのお知らせ

(コピー可)

令和8年度 健康づくり事業 (講師派遣)

皆様の職場の研修会や講習会へ 管理栄養士・健康運動指導士を派遣します！

会員事業所様 (協会費を納入されている事業所様) の職場で働く皆様の健康づくりをサポートするため、職場の研修・講習会などに管理栄養士・健康運動指導士を派遣いたします。

- 講師の派遣費用は無料です。
 - 講習の時間は1時間程度です。
 - 申込方法は、「申込書」により、FAX (088-855-6613) または郵送でお申込み下さい。
- ※お申し込みは、**実施希望日の1ヵ月前まで**にお願いいたします。

「職場の健康づくり」講師派遣申込書

申込年月日 令和 年 月 日

会員番号	(担当者氏名)		
所在地	〒 -		
事業所名			
電話番号	(FAX番号)		
実施希望年月日	令和 年 月 日 ()	午前・午後	時 分 ~ 時 分
受講者予定数	男子 名	女子 名	合計 名
講習会々場	会場名		
	住所		
希望講習内容	(講師用駐車場: <input type="checkbox"/> あり・ <input type="checkbox"/> なし)		
	※希望の講習内容に <input checked="" type="checkbox"/> 印をお願いします。 <input type="checkbox"/> 肥満と食事 <input type="checkbox"/> 食事と健康増進 <input type="checkbox"/> 生活習慣病予防 <input type="checkbox"/> 健康体操(実技) <input type="checkbox"/> ストレッチ体操(実技) <input type="checkbox"/> その他 () ※具体的な講習内容については、講師と打合せしていただく場合があります。		
会場での参加者	1. イスに座る 2. 床に座る 3. 立っている 4. 寝転ぶことも可能		

※講習時における事故、障害については責任を負いかねます。

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