

社会保険

こうち

Tosa Kochi

8

2026



国営讃岐まんのう公園（香川県仲多度郡まんのう町吉野）

- 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
- 社会保険協会からのお知らせ 5～8
 - ◆ 健康づくり ゴルフ「幡多大会」・「中央大会」のご案内 【申込募集】 5
 - ◆ 東京ディズニーリゾート利用券（助成事業）のご案内 【申込募集】 6
 - ◆ 社会保険制度「事務講習会」のご案内（講師：社会保険労務士）【申込募集】 7
 - ◆ 「社会保険事務説明会」（講師：年金事務所・協会けんぽ職員）【申込募集】 8



協会けんぽからのお知らせ

給付金を公金口座で受け取る場合の注意点

マイナンバーを利用した情報照会の結果、公金受取口座情報が取得できないケースが多発しています。公金受取口座を利用する場合、以下の登録が必要となりますのでお知らせします。

公金口座の登録方法

- ① 「マイナポータル」アプリにログイン
- ② トップページ内の「おかね」エリアの公金受取口座を選択
- ③ 「登録を始める」をタップし、口座情報を入力
- ④ 口座情報の登録を完了させる



※公金口座を登録されていない方は、申請書に振込先指定口座を記入いただきますようお願いいたします。

各種申請手続きが

オンラインでもっと手軽に

これからは、**電子申請**がおすすめです。



「安心」



システムチェックにより、**記載漏れなどのミスが防げます。**



制度の詳細やよくある質問を画面上で確認しながら入力できるため、**正確に申請ができます。**

「便利」



郵送などにかかっていた**手間、時間、費用が削減できます。**



スマホやPCから**申請後の処理状況が確認できます。**

詳しくは、電子申請
特設ページをご覧ください。



電子申請できる申請書の対象が加入者と
社労士となりますので、予めご了承ください。

健診で健康チェックしていますか？

協会けんぽの健診を活用し、ライフスタイルにあった健康的な暮らしを続けましょう。

年に1度の健診で、からだのチェック

受けないと
もったいない

協会けんぽからの費用補助を使って健診が受けられます

被保険者(従業員)の方の
生活習慣病予防健診、人間ドック健診

被扶養者(ご家族)の方の
特定健診

特定保健指導の対象となった方

健診結果をもとに、事業所へ保
健師・管理栄養士の健康サポート
(特定保健指導)を
無料でご案内してい
ます！



特定保健
指導とは



要治療・要精密検査の方

自分では気がつかないうちに、
症状・病状が進んでいることも…
病気の発症・進行を
防ぐためにも、健診
結果の確認と、**早期**
の受診が大切です！

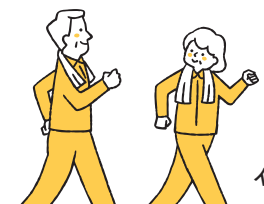


重症化
対策とは

日々の健康づくりも続けよう



「運動・食事・禁煙」
3つのイネ！の
積み重ねで健康キープ



適度な運動



バランスのいい食事



禁煙減煙



協会けんぽの健診がさらに手厚く、新しく！

もっと！1

35歳以上の方は人間ドック健診に
最高**25,000円**の
補助！

もっと！2

35歳以上の方に加え**20、25、30**歳の方も
生活習慣病予防健診
の対象に！

もっと！3

40歳以上の女性に
骨粗しょう症検診を
開始！



特設サイト公開中 ▶



日本年金機構からのお知らせ

令和8年度「わたしと年金」エッセイを募集

日本年金機構は、厚生労働省と協力して11月を「ねんきん月間」と位置付け、この取り組みの一環として、広く皆さまから公的年金をテーマにしたエッセイを募集しています。

公的年金の大切さや意義を、皆さまと一緒に考えていきたいと思いますので、ふるってご応募ください。

募集作品

応募者ご自身やご家族との公的年金制度のかかわりなど、「わたしと年金」をテーマにしたエッセイ。公的年金の大切さ、社会保障としての公的年金の意義など、公的年金に関するエピソードを盛り込んだものであれば、どんな内容でも結構です。

応募要項

- 日本語で1,000文字から2,000文字程度(※)とします。
※400字詰め原稿用紙の場合は3枚から5枚、word文書形式による場合はA4版原稿(40字×35行)横書き1頁から2頁程度。
- 作品用紙の裏に、氏名、氏名ふりがな、年齢、住所、電話番号、職業または所属(会社名、学校名等)を明記してください。
- 郵送で日本年金機構「わたしと年金」担当宛に提出してください。応募作品は返却しません。
- 内容は応募者本人が創作したもので、未発表のものに限ります。

応募資格 中学生以上の方

応募締切 2026年(令和8年) **9月7日(月曜日)**

提出先 ※当日消印有効

〒168-8505 東京都杉並区高井戸西3-5-24

日本年金機構 事業推進統括部

地域年金事業グループ「わたしと年金」担当宛

※なお、郵送のみの受付とします。

賞

- 厚生労働大臣賞 ● 日本年金機構理事長賞
- 優秀賞 ● 入選

詳しくは「令和8年度「わたしと年金」エッセイ募集」で検索

<https://www.nenkin.go.jp/info/torikumi/nenkin-essay/r8essay.html>



「公的年金制度」を学べるアニメーション動画のご案内



日本年金機構では、公的年金の大切さや意義を皆様と一緒に考えていきたいと思い、毎年公的年金を題材としたエッセイを募集し、優秀な作品を表彰しています。

以下のページに、「わたしと年金」エッセイ過去受賞作品のエピソードから作成したアニメーション動画を掲載しています。学生の方や現役世代の方の体験談を通じて、年金についてわかりやすく学べる動画となっておりますので、ぜひご覧ください。

■「わたしと年金」エッセイアニメーション動画

<https://www.nenkin.go.jp/info/torikumi/nenkin-essay/animation.html>



11月30日(いいみらい)は「年金の日」です!!

年に一度は、ねんきんネットでチェック。
未来の自分に、今日できること。



厚生労働省では「国民お一人お一人が「ねんきんネット」等を活用しながら、高齢期の生活設計に思いを巡らしていただく日」として、11月30日(いいみらい)を「年金の日」としています。

「ねんきんネット」は、パソコンやスマートフォンからいつでもご自身の年金記録の確認や各種手続きが行えるサービスです!

こんなときには「ねんきんネット」

- 将来受け取る年金見込額が知りたい!
- 電子版「ねんきん定期便」について知りたい!
- 自分の年金記録を確認したい!
- 年金振込通知書等の通知を確認したい! など

◆ このページの記事の内容に関するお問い合わせは、管轄の年金事務所まで ◆

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

一般財団法人 高知県社会保険協会からのお知らせ

健康づくりゴルフ『幡多大会』・『中央大会』のご案内

事業主・被保険者の皆様方の健康保持増進を目的として、本年度も健康づくり事業「ゴルフ大会」を次の要領で開催いたします。お早めにお申し込みください。

- 主 催 一般財団法人 高知県社会保険協会
- 参加資格 (一財)高知県社会保険協会加入事業所(会費納入済)の事業主・被保険者
- 参加料 1人1,000円 ※プレー費及び飲食代は個人負担です。
- 競技方法 (1) 日本ゴルフ協会の競技規則及び開催ゴルフ場のローカルルールによる18ホールストロークプレイにて行う。
(2) ダブルペリア方式にて行う。
- 表彰 優勝～3位、飛賞及びBB賞、その他特別賞
- 申込方法 下記の申込書をコピーし必要事項をご記入のうえ、お申し込みください。
※お申し込みは **FAX (088-855-6613)** をお願いします。
- お申込先 〒780-0823 高知市菜園場町1-21 四国総合ビル6階 TEL 088-855-6612
(お問合せ先) 一般財団法人 高知県社会保険協会 FAX 088-855-6613



A	【幡多大会】『土佐ユートピアカントリークラブ』（幡多郡黒潮町浮鞭3878）			
	開催日	令和8年9月26日(土)	午前9時スタート（アウト・イン）	
	申込締切日	令和8年9月4日(金)まで	定員 40名(先着順)	
B	【中央大会】『高知ゴルフ倶楽部』（高知市重倉945）※今年はお得なバイキングデーです！			
	開催日	令和8年10月1日(木)	午前8時31分スタート(アウト・イン)	
	申込締切日	令和8年9月11日(金)まで	定員 40名(先着順)	

「健康づくりゴルフ大会」参加申込書

※参加される A【幡多大会】・B【中央大会】の区分に、☒印をしてください。申込書は、コピーのうえご使用ください。

区分	☐ A【幡多大会】 令和8年9月26日(土)	☐ B【中央大会】 令和8年10月1日(木)			
参加者氏名(フリガナ)	生年月日	性別	参加者氏名(フリガナ)	生年月日	性別
	年 月 日	男・女		年 月 日	男・女
	年 月 日	男・女		年 月 日	男・女
会員番号	事業所住所 〒 -			事業所電話番号 ()	
	事業所名称			申込責任者氏名	

上記のとおり申し込みします。

令和 年 月 日

※この申込書にご記入いただきました個人情報は、本事業の運営及び案内以外には使用いたしません。

一般財団法人 高知県社会保険協会からのお知らせ

追加
配布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8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

※写真・イラストはイメージです。
© Disney © Disney/Pixarお問い合わせはこちら <https://www.tokyodisneyresort.jp/info.html>

申込締切

令和8年 **9月30日(水)** ※追加配布予定枚数(150枚)に達し次第終了(当協会HPで周知)

申込枚数

※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。

R8年度協会費の納付済金額	申込の上限枚数
3,000円～ 4,000円	3枚まで
5,000円～10,000円	7枚まで
12,500円～18,000円	10枚まで
20,000円以上	15枚まで

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。

追加配布の利用券申込対象の会員

- ① 令和8年度協会費納付済会員
 - ② 機関誌「社会保険こうち」3月号で既に利用券配付を受けた事業所以外
- ※多くの会員(事業所)に配付できるように追加配布を行います。

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

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

利用券 申込枚数	事業所住所	〒		—	
枚	事業所名称				
令和8年度分「会費」の 納付年月日(年会費)	申込責任者氏名	電話番号	—	—	
令和8年 月 日		FAX番号	—	—	
		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。

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

社会保険制度『事務講習会』開催のご案内

社会保険加入事業所の事務担当者の方を対象に、6月に送付したテキスト「社会保険の事務手続」を使ってご説明します。

開催会場・日程 時間…各会場共通 13:30～16:00(受付13:00～)

開催日	会場	住所	定員	申込締切日
令和8年9月10日(木)	中村地区建設協同組合	四万十市右山元町3丁目3-26	20名	8月27日
令和8年9月16日(水)	安芸市民会館	安芸市矢ノ丸3-12	20名	9月2日
令和8年10月21日(水)	ちより街テラス (ちよテラホール 3F)	高知市知寄町2丁目1-37	80名	10月7日
令和8年10月30日(金)	ちより街テラス (ちよテラホール 3F)	高知市知寄町2丁目1-37	80名	10月16日

※ご来場の際は、駐車場に限りがございますのでお車の乗り合わせ或いは公共交通機関のご利用にご協力をお願いします。

定員

上記一覧表の定員欄のとおり

- お申し込みは、先着順とし定員に達し次第締切りとさせていただきます。
 - 締切り後にお申し込みされた事業所には、お断りの連絡をさせていただきます。
 - 連絡がない場合は、受付完了ですので下記の**受講申込書(コピー)**を持参のうえご出席ください。
- * 申込締切日前に定員に達した場合は、**当協会ホームページの「協会からのお知らせ」欄に申込状況を掲載いたします**ので、お申込み前には是非ともご覧ください。

講習内容

- 年金事務所への届出等について(全般)
 - 協会けんぽへの届出等について(概略)
- ※ **「社会保険の事務手続」令和8年度版をご持参ください。**

講師

うなき社会保険労務士事務所
特定社会保険労務士 宇那木 泰之 氏

受講費用

会員(会費納付済)事業所… 無 料
※会員以外の事業所…受講料として、**3,000円**をご負担いただきます。

お申込先

(お問合せ先)

〒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
一般財団法人 高知県社会保険協会 FAX 088-855-6613

申込方法

下記の受講申込書をコピーし必要事項をご記入のうえ、お申し込みください。
※お申し込みは **FAX (088-855-6613)** をお願いします。



社会保険制度「事務講習会」受講申込書

申込書は、コピーのうえご使用ください。

※ご希望の受講希望(会場)日のNo.(1～4)に☒印を記載して下さい。

No.	開催日	会場
1 ☐	令和8年9月10日(木)	中村地区建設協同組合
2 ☐	令和8年9月16日(水)	安芸市民会館
3 ☐	令和8年10月21日(水)	ちより街テラス (ちよテラホール 3F)
4 ☐	令和8年10月30日(金)	ちより街テラス (ちよテラホール 3F)

【受講当日に、ご持参いただくもの】

- 「受講申込書」(コピー)
- 「社会保険の事務手続」令和8年度版

※①「受講申込書」(コピー)を、当日の受付に提出してください。

会員番号		(フリガナ)
No.	受講者氏名	
事業所住所	〒 —	電話番号 () —
事業所名称		FAX 番号 () —

※この申込書にご記入いただきました個人情報、本事業の運営及び案内以外には使用いたしません。

一般財団法人 高知県社会保険協会からのお知らせ

年金事務所・協会けんぽの職員が講師する
「社会保険事務説明会」

※7ページの『事務講習会』はテキスト[社会保険の事務手続]全般を社会保険労務士が説明します。

令和8年度から日本年金機構(年金事務所)及び全国健康保険協会(協会けんぽ)のご協力をいただき、高知西年金事務所・協会けんぽ高知支部の職員が講師となり、制度改正や間違いやすい事務等について、事務担当者様に分かりやすく説明をしていただきます。

開催日・日程(予定)・会場・受付時間・定員・駐車場

開催日	開催時間	開催場所(会場)
令和8年11月13日(金)	14:00~16:00(予定)	高知会館 3階「平安」(高知市本町5-6-42)
受付時間	定員	駐車場
13:30~	先着50名	高知会館の駐車場あり ※満杯の場合は近辺の有料駐車場をご利用ください

定員

- ①お申し込みは、先着順とし定員に達し次第締切りとさせていただきます。
 - ②締切り後にお申し込みされた事業所には、お断りの連絡をさせていただきます。
 - ③連絡がない場合は、受付完了ですので下記の受講申込書(コピー)を持参のうえご出席ください。
- ※申込締切日前に定員に達した場合は、**当協会ホームページの「協会からのお知らせ」欄に申込状況を掲載いたします**ので、お申込み前に是非ともご覧ください。

説明内容
(予定)

- ①健康経営について
- ②健康保険の給付金等について
- ③短時間労働者の適用拡大・保険料調整制度(R8.10.1施行)について
- ④その他

受講費用

会員(会費納付済)事業所…無料
※会員以外の事業所…受講料として、3,000円をご負担いただきます。

申込方法

下記の受講申込書をコピーし必要事項をご記入のうえ、お申し込みください。
※お申し込みは **FAX(088-855-6613)** でお願ひします。

申込締切日

受講申込書の受付締切日は、**令和8年10月26日(月)**とさせていただきます。

受講当日

- ①申込された「受講申込書」をコピーして、ご持参いただき「受付にご提出」ください。
- ②ご来場の際は、駐車場に限りがございますので、公共交通機関の利用等にご協力をお願いいたします。



「社会保険事務説明会」受講申込書

申込書は、コピーのうえご使用ください。

会員番号	(フリガナ)	
No.	受講者氏名	
事業所住所	〒 —	電話番号 () —
事業所名称		FAX 番号 () —

※この申込書にご記入いただきました個人情報は、本事業の運営及び案内以外には使用いたしません。