



京都府社会保険協会のホームページ
リニューアルしました！

アクセスは
こちらから▶



<https://www.shaho-kyoto.or.jp>

年金相談所開設日程表

●京都南年金事務所

※両会場とも年金相談のみです。

郡市名	開設日		開設時間	開設場所	京都南年金事務所 電話予約 TEL 075-643-2620【平日 8:30~17:15】
木津川市	10月27日(水)	11月24日(水)	10:00~16:00	木津川市庁舎北別館	
八幡市	10月22日(金)	11月26日(金)	10:00~16:00	八幡市文化センター	

●舞鶴年金事務所

※いずれの会場とも年金相談のみです。

郡市名	開設日		開設時間	開設場所	舞鶴年金事務所 電話予約 TEL 0773-76-5772【平日 8:30~17:15】
福知山市	10月7日(木)	11月4日(木)	10:15~15:45	福知山市役所	
京丹後市	10月14日(木)	11月11日(木)	10:45~15:30	アグリセンター大宮	
福知山市	10月21日(木)	11月18日(木)	10:15~15:45	中丹勤労者福祉会館	
京丹後市	10月28日(木)	11月25日(木)	10:45~15:30	峰山総合福祉センター	

年金相談所では、お待ちいただく時間を少なくするために「予約制」を実施させていただいております。

※出張相談につきましては、新型コロナウイルス感染症の影響等により中止となる場合がありますので、予めご了承ください。

※予約なしでお越しいただいた場合、会場使用の関係上、相談をお受けできない場合がありますのでご了承ください。

予約方法

- 1 予約電話にご連絡ください。
(予約以外のご用件はお受けできませんのでご注意ください)
- 2 受付の際に、「基礎年金番号」「氏名」「住所」「電話番号」「相談内容」等についてお伺いします。(お手元に、「年金手帳」または「基礎年金番号通知書」をご用意ください)

- 3 ご希望の「会場」「予約時間」をお伺いします。
(予約状況により、ご希望に添えないことがありますのでご了承ください)
- ※相談当日は、予約時間の「5分前」までにお越しください。
※当日、ご都合により来所できない場合は、事前にご連絡をお願いします。

INDEX

協会けんぽ京都支部からのお知らせ

- 退職者や被扶養者でなくなった方の
無効となった健康保険証は速やかに回収・返却してください 2
- 整骨院・接骨院(柔道整復師)のかかり方 3

日本年金機構からのお知らせ

- 「ねんきんネット」の初回利用登録は 4
スマホとマイナンバーカードが便利です！

日本年金機構からのお知らせ

あなたの年金 簡単便利な「ねんきんネット」で！

「ねんきんネット」の初回利用登録は

スマホとマイナンバーカードが便利です！



スマートフォンでの初回利用登録の手順 (マイナンバーカード読取対応のスマートフォンをお使いください。)

STEP 1 マイナポータルへログイン



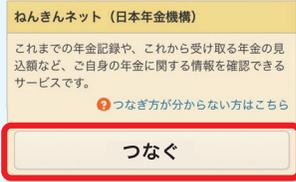
- ①マイナンバーカードの利用者証明用電子証明書のパスワードを入力
- ②マイナンバーカードをかざして読み取り
- ③マイナポータルへのログインが完了

マイナポータルへのアクセスはこちらから▼



<https://myna.go.jp>

STEP 2 「ねんきんネット」の初回利用登録



- ④マイナポータルのトップ画面の「もっとつながる」を押す
- ⑤「ねんきんネット(日本年金機構)」の「つなぐ」を押す
- ⑥「ねんきんネット」の初回利用登録が完了

【ご注意】

マイナポータルから「ねんきんネット」へつなぐ場合の初回利用登録の時間帯は、平日8時から23時までです。時間帯によっては、つながるまでにお時間をいただく場合があります。
※基礎年金番号をお持ちでない方等、一部ご利用いただけない場合があります。

「ねんきんネット」のサービス紹介

「ねんきんネット」は、お客様がパソコンやスマートフォン等でご自身の年金情報を手軽に確認できるサービスです。

ご自身の年金記録の確認 ご自身の国民年金の記録や、お勤めになられた会社の履歴、標準報酬月額、賞与額が確認できます。

将来の年金見込額の試算 働きながら年金を受け取る場合や、年金の受給開始を遅らせる場合などさまざまな条件に合わせた試算ができます。

電子版「ねんきん定期便」の閲覧 紙の「ねんきん定期便」と同じ年金記録を1か月程度早く閲覧できます。ダウンロードも可能です。

各種通知書の確認 年金振込通知書や年金額改定通知書などの通知書が確認できます。ダウンロードも可能です。

他にも…国民年金保険料控除証明書や公的年金の源泉徴収票などの再交付申請や国民年金保険料免除・納付猶予申請などの届書を簡単に作成・印刷ができます。

年金事務所に行くことなく、ご自宅から申請や届書の作成などができますので、ぜひご利用ください。

登録方法や操作にお困りの場合は

相談チャットでの確認 日本年金機構ホームページに「ねんきんネット」に関するよくあるお問合わせに自動でお答えする「ねんきんネット相談チャット」を開設して、24時間いつでも対応しています。日本年金機構ホームページのトップ画面(相談チャット総合窓口)からアクセスください。

マイナンバーカードをお持ちでない方も「ねんきんネット」をご利用いただけます。詳しくは日本年金機構ホームページの「ねんきんネット」のページをご覧ください。

お電話での確認 (専用番号)

0570-058-555
050から始まる電話でおかけになる場合は 03-6700-1144

受付時間

月曜日～金曜日：午前8時30分～午後5時15分
(月曜日のみ午後7時00分まで)
第2土曜日：午前9時30分～午後4時00分
※祝日(第2土曜日は除く)、12月29日～1月3日はご利用いただけません。



日本年金機構

上 京年金事務所 ☎ 075-415-1165
中 京年金事務所 ☎ 075-251-1165
下 京年金事務所 ☎ 075-341-1165

京都南年金事務所 ☎ 075-644-1165
京都西年金事務所 ☎ 075-323-1170
舞鶴年金事務所 ☎ 0773-78-1165

京都府社会保険協会のホームページ <https://www.shaho-kyoto.or.jp>

発行／(一財)京都府社会保険協会
京都市中京区西洞院通六角下る池須町408-1
北川ビル3階
TEL.075-251-1190

職場内で閲覧しましょう

整骨院・接骨院(柔道整復師)のかかり方

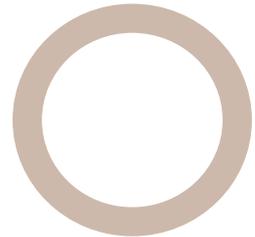


整骨院・接骨院(柔道整復師)にかかるとき、医師や柔道整復師の判断により、健康保険が使える場合と使えない場合があります。以下をご参照の上、適正受信にご協力をお願いいたします。

健康保険が使える場合

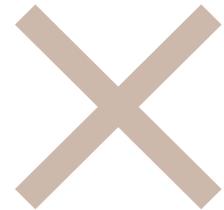
外傷性が明らかな骨折、脱臼、打撲、捻挫、挫傷(肉離れなど)で、内科的原因による疾患ではないもの。

※骨折、脱臼は、応急処置をのぞき、あらかじめ医師の同意を得ている必要があります。



健康保険が使えない場合

- ・疲労や慢性的な要因からくる単なる肩こり、筋肉疲労
- ・病院や診療所などで治療中のけが
- ・脳疾患後遺症などの慢性病や症状の改善のみられない長期の施術
- ・仕事中や通勤途上でのけが ⇒ 労災保険の対象となります。



整骨院 接骨院 (柔道整復師) にかか 際の 注意 事項

- 1 負傷原因をはっきり伝えましょう。
- 2 療養費支給申請書の内容を確認し、**必ず**ご自身で署名しましょう。
- 3 施術が長期にわたっている場合は、医師の診察を受けましょう。
⇒長い期間にわたり施術を受けても症状が改善されない場合は内科的な要因も考えられます。一度、医師の診察を受けましょう。
- 4 領収証は必ず受け取りましょう。



全国健康保険協会 京都支部

協会けんぽ

<https://www.kyoukaikenpo.or.jp/shibu/kyoto/>

協会けんぽ 京都

検索

ホームページ
はこちら



【業務グループ ☎ 075-256-8631】

協会けんぽ京都支部からのお知らせ

退職者や被扶養者でなくなった方の 無効となった健康保険証は速やかに回収・返却してください

被保険者(加入者ご本人)が退職等で健康保険の資格がなくなったとき

- 健康保険証が使えるのは「退職日まで」もしくは「資格喪失日の前日まで」です。

パート等の方で、勤務時間や日数が減り被保険者の資格がなくなった場合も同様です。

＜例：ご本人が3月20日で退職した場合＞

➡ 資格喪失日は3月21日（退職日の翌日）



協会けんぽに加入していた期間



被扶養者(加入者ご家族)が就職等により被扶養者でなくなったとき

- 健康保険証が使えるのは「被扶養者でなくなった日の前日まで」です。

被扶養者の方が「就職し、新しい健康保険に加入した場合」や「一定の収入を超えた場合」は被扶養者でなくなります。「被扶養者でなくなった日（就職日など）」以降は、健康保険証を使えません。

＜例：ご家族が4月1日で就職し、新しい健康保険に加入した場合＞

➡ 扶養解除日(被扶養者でなくなった日)は4月1日（就職日）



協会けんぽに加入していた期間

新しい健康保険の加入



《事業所で回収した健康保険証について》

資格喪失届または被扶養者異動届に健康保険証を添付して日本年金機構京都事務センターへ提出してください。

※ 健康保険証が紛失等によりやむを得ず届出に添付できない場合は「健康保険被保険者証回収不能届」を添付して提出ください。

健康保険証の取扱いを周知いただくためのチラシをご用意しました。
京都支部のホームページに掲載していますので是非ご活用ください。

健康保険証
回収についての
チラシはこちら！



全国健康保険協会 京都支部

協会けんぽ

<https://www.kyoukaikenpo.or.jp/shibu/kyoto/>

協会けんぽ 京都

検索

【レセプトグループ ☎ 075-256-8634】

ホームページ
はこちら



一般財団法人 京都府社会保険協会からの図書ご案内

<社会保険関係図書> ● 期間:令和3年11月30日まで (※12月初旬に発送予定しています。)

※ 11月30日を過ぎての申込みは定価販売となりますのでご注意ください。



事務担当者のための日本年金機構届出ガイド (令和3年5月発刊)

A4判48頁 定価550円(税込) **特別価格 495円(税込)**

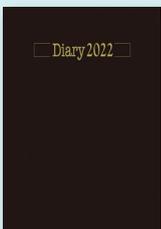
社会保険の適用事業所が、年金事務所に行わなければならないすべての届出について、どのような場合にどのような届出が必要か、また記載方法や添付書類などを最新情報にもとづいてまとめて解説!



加入者のための協会けんぽ届出ガイド (令和3年7月発刊)

A4判48頁 定価550円(税込) **特別価格 495円(税込)**

健康保険の給付などに関する届出について、新しい様式を用いて記載例を掲載し、また記入上の注意点や必要となる添付書類を丁寧に解説!



ダイアリー 2022 ※今回は黒色

毎年ご好評いただいています

A5判 240頁 定価 990円(税込) **特別価格 891円(税込)**

B5判 160頁 定価1,100円(税込) **特別価格 990円(税込)**

使いやすさと品質の高さから、毎年ご好評をいただいているダイアリーです。A5判・B5判共に、健康保険や厚生年金等の制度について分かりやすく解説した情報を掲載しています。

※ 下記必要事項をご記入のうえ、**11月30日**までにファックスまたは、協会ホームページ「お問い合わせ」からメールで必要事項を入力してお申込みください。

※ 図書に「請求書・振込用紙」を同封して送付いたしますので、代金のお支払いは振込でお願いいたします。

京都府社会保険協会 行 FAX. 075-251-1194

個人情報の取扱いに同意し
下記のとおり注文します。

特別価格購入申込書

図書の内容・送料等
お問い合わせ先
(株)社会保険研究所
TEL 06-6765-7836

申込日	令和3年 月 日	会員番号	<small>※ 広報誌「社会保険きょうと」送付封筒に記載されている6桁の番号です。</small>
事業所名称		ご担当者名	
事業所所在地	〒	—	
電話番号		協会受付 No.	

コード	図書名	特別価格	部数
240506	事務担当者のための日本年金機構届出ガイド	495円(税込)	部
240536	加入者のための協会けんぽ届出ガイド	495円(税込)	部
520130	ダイアリー 2022 (A5判)	891円(税込)	部
520330	ダイアリー 2022 (B5判)	990円(税込)	部

●個人情報の取扱い

※送料のご負担はありません。

お客様の個人情報はご注文の商品の発送および請求事務に使用します。また、関連するアフターサービス、新商品など小社事業活動に使用させていただくことがございます。お客様の個人情報の第三者提供は行いませんが、発送および代金の回収について業務委託をすることがございます。お客様にはご本人の個人情報について開示を求める権利および開示の結果、誤りがあった場合の訂正・削除を要求する権利がございます。個人情報に関するお問い合わせ・当該要求等は小社顧客相談窓口までご連絡ください。小社はお客様の任意性に基づき個人情報を収集しますが、個人情報をいただかないとお取り引きができない場合がございますのでご了承ください。

京都府ウォーキング協会主催

「ウォーキング」のご案内

京都府社会保険協会会員事業所の被保険者及びそのご家族が、NPO法人京都府ウォーキング協会主催のウォーキングに協会を通じて、申込みされますと、当日の参加費を助成します。（一般参加の場合1回500円）

	実施日	タイトル	コース	距離	集合場所	受付時間
①	令和3年 11月11日 (木)	鷹峯・ 光悦村を 訪ねて	JR円町駅 → 北野天満宮お旅所 → 北野天満宮 → 光悦寺 → 今宮神社 → 大徳寺 → 京都府庁 → ゴトウススポーツ	13km	JR嵯峨野線 円町駅	9:00 } 9:45
②	11月28日 (日)	第197回 「東山もみじ」 ウォーク	JR京都駅 → 五条公園 → 鴨川河川敷 → 岡崎公園 → 南禅寺 → 若王子神社 → 霊鑑寺 → 法然院 → 銀閣寺 → 地下鉄・今出川駅	12km	JR 京都駅	9:00 } 9:45
③	12月19日 (日)	京都 発祥地 を訪ねる	JR梅小路京都西駅 → 梅小路蒸気機関車館 → 京都市立堀川高校音楽課程 → 白峯神社 → 新英学校及女紅場 → 上京第27番小学校 → 三条大橋 → 岡崎界限 → 琵琶湖疏水記念館 → 地下鉄蹴上駅	14km	JR嵯峨野線 梅小路 京都西駅	9:00 } 9:45
④	12月21日 (火)	第198回 「東寺終い弘法」 ウォーク	JR京都駅 → 梅小路公園 → 西寺跡公園 → 東寺(終い弘法) → 西本願寺 → JR京都駅	10km	JR 京都駅	9:00 } 9:45

参加費

無料（令和3年度の会費を納入いただいている会員事業所）

申込方法

- 下記必要事項をご記入のうえ、ファックスまたは、協会ホームページ「お問い合わせ」からメールで必要事項を入力してお申込みください。
- 複数コースのお申込みもできます。
- 後日、ウォーキング参加受講票をお送りいたします。

締切日

- ①コース 令和3年10月28日までに ②コース 令和3年11月12日までに
③コース 令和3年12月 3日までに ④コース 令和3年12月 6日までに



お申込み お問い合わせ

〒604-8216 京都市中京区西洞院通六角下る池須町408-1 北川ビル3階
一般財団法人 京都府社会保険協会
FAX 075-251-1194 電話 075-251-1190

ウォーキング参加申込書

受講票 No.

※参加申込書はコピーしてお使いいただいても結構です。

希望コース番号			
フリガナ 参加者氏名（代表）		生年月	昭和・平成 年 月生まれ
代表者の住所	〒	携帯電話 (緊急連絡先)	TEL — —
フリガナ 参加者氏名		生年月	昭和・平成 年 月生まれ
フリガナ 参加者氏名		生年月	昭和・平成 年 月生まれ
事業所名称		会員番号	※ 広報誌「社会保険きょうと」送付封筒に記載されている6桁の番号です。
電話番号	TEL — —	FAX 番号	FAX — —

※申込書にご記入いただきました個人情報は、本事業の運営及びそれに関するご連絡・ご案内及び万が一ウォーキングにおいて新型コロナウイルスの感染が発生した場合の緊急連絡用以外には使用いたしません。