



京都府社会保険協会
のホームページ

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

※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	京都南年金事務所 電話予約 TEL 075-644-1165 【平日 8:30～17:15】
木津川市	6月23日(金)	9月22日(金)	10:00～15:00	木津川市役所	
八幡市	7月28日(金)	10月24日(火)	10:00～15:00	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	6月1日(木)	7月6日(木)	10:15～15:45	福知山市役所	
京丹後市	6月22日(木)	7月11日(火)	10:30～15:45	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。

※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

日本年金機構からのお知らせ

- 事業主の皆さまへ 社会保険手続きは電子申請を利用ください 2
- 令和5年1月から毎月の社会保険料額等の情報をオンラインで取得できる
オンライン事業所年金情報サービスを開始しました 3
- あなたの年金 簡単便利な「ねんきんネット」で 4

協会けんぽ京都支部からのお知らせ

- 皆様の取組で 保険料が節約できる！ インセンティブ制度の仕組み 5
- 健康経営優良法人2023 認定事業所が発表されました！ 6
- こんなとき、保険証は使える？使えない？ 7
- 事業所における健康づくり トップランナーの声 8

事業主の皆さまへ 社会保険手続き※は電子申請を利用ください

※ 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）届等の健康保険や厚生年金保険等に関わる手続き

電子申請のメリット



いつでもどこでも申請可能
オンラインで24時間365日申請ができます



コスト削減
郵送費・交通費の削減ができます

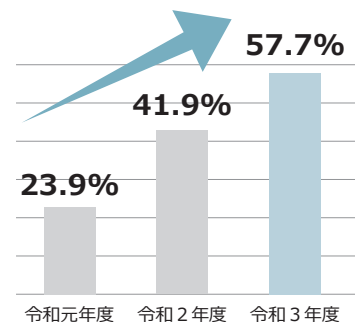


処理が早い
例えば健康保険証は、紙で申請するより3～4日早く届きます



安全なネットワーク
セキュリティに配慮し、安全な仕組みを構築しています

主要な届出※の電子申請割合



※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

電子申請の利用方法はカンタン

STEP 1

GビズIDを取得

STEP 2

申請データを作成

届書作成プログラム※1・労務管理ソフト・自社システムで作成できます

STEP 3

申請

e-Gov※2または届書作成プログラム※1から申請できます

- ※1 届書作成プログラムとは、届書を簡易に作成・申請できるソフトウェアで、日本年金機構ホームページから無料でダウンロードできます。
 ※2 e-Gov電子申請サービスは、デジタル庁が運営し、国の行政機関に対する申請・届出等各種手続きをオンラインで行うことができるものです。

GビズIDとは？ デジタル庁が運営している認証システムです。

1つのアカウント（ID・パスワード）で複数の行政手続きが可能となるサービスで、無料で利用することができます。GビズIDプライム※3の発行には2週間程度を要しますので、ご準備ください。

GビズIDの詳細内容、手続きはGビズIDのホームページをご覧ください。

※3 GビズIDで取得できるアカウントの一つ。社会保険の手続きには「GビズIDプライム」を取得してください。



GビズID 検索

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

電子申請の利用方法等については、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 電子申請

検索

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

電子申請の利用に関するお問い合わせはお電話でも承ります

《ねんきん加入者ダイヤル（日本年金機構「電子申請・電子媒体申請」照会窓口）》

- 0570-007-123（ナビダイヤル）→「2番」をお選びください
- 050から始まる電話でおかけになる場合は、03-6837-2913→「2番」をお選びください
 〈受付時間〉月～金曜日：午前8時30分～午後7時／第2土曜日：午前9時30分～午後4時
 ※祝日（第2土曜日を除く）、12月29日～1月3日は利用いただけません。

New

令和5年（2023年）1月から

毎月の社会保険料額等の情報※をオンラインで取得できる オンライン事業所年金情報サービスを開始しました

利用いただくにはGビズIDを利用し、e-Govのマイページから利用手続きが必要です

※ 社会保険料額情報、増減内訳書、算出内訳書、決定通知書、届出に必要な被保険者データ



メリット
1

紙の通知書よりも早く受け取り・ 確認が可能

納入告知書等の到着前に毎月の社会保険料額を確認できるなど、これまでよりも早く各種情報・通知書の受け取り・確認ができます。

メリット
2

定期的に受け取りが可能

一度申し込みをいただければ、定期的にお送りします。これまでのように随時、電話等でご連絡いただく必要はありません。

メリット
3

データの活用が可能

電子データで受け取れるため、社内システムで取り込み、自社で保有するデータとの突合を行う等、業務の効率化を図ることができます。

利用方法はカンタン

GビズIDでe-Govから電子申請を利用されている方は、
すぐに利用申込みを行っていただけます！

STEP 1

GビズIDを取得

STEP 2

e-Govのマイページ
にログイン

GビズIDでe-Govのマイ
ページにログインします

STEP 3

利用申込み

e-Govのマイページから
利用申込みを行います

e-Govのマイ
ページに届きます



オンライン事業所年金情報サービスの利用方法等については、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 オンライン事業所年金情報サービス

検索

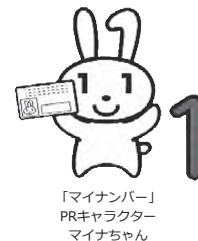
https://www.nenkin.go.jp/tokusetsu/online_jigyousho.html

「オンライン事業所年金情報サービス」のご利用に関するお問い合わせはお電話でも承ります
《ねんきん加入者ダイヤル（日本年金機構「オンライン事業所年金情報サービス」照会窓口）》

- 0570-007-123（ナビダイヤル）→「2番」をお選びください
 - 050から始まる電話でおかけになる場合は、03-6837-2913→「2番」をお選びください
- 〈受付時間〉月～金曜日：午前8時30分～午後7時／第2土曜日：午前9時30分～午後4時
※ 祝日（第2土曜日を除く）、12月29日～1月3日は利用いただけません。

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&マイナンバーカード
があると**便利です！**



マイナンバーカードにスマートフォンをかざすだけで簡単にログインできます！

スマートフォンでの初回利用登録の流れ

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。

マイナポータルにログイン

 ログイン をクリック

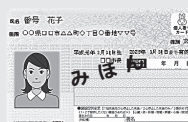


←マイナポータルアプリはこちらから
<https://myna.go.jp/>

- ①「初めての方 利用者登録」をクリック
- ②使用する端末から「スマートフォン」を選択
- ③ログインを使用するマイナポータルアプリをダウンロード
- ④「利用者登録／ログイン」を選択
- ⑤ご自身で設定した**数字4桁の暗証番号**を入力
- ⑥マイナンバーカードにスマートフォンをかざして読み取り
- ⑦マイナポータルにログインが完了！



お手元にご用意するもの



マイナンバーカード

(例)

ご自身で設定した
数字4桁の暗証番号

利用者証明用電子証明書
パスワード

ねんきんネットの初回利用登録

- ①マイナポータルサイトのトップ画面「注目の情報」欄にある「年金記録・見込額を見る（ねんきんネット）」を選択
- ②「メールアドレスの登録／変更」から登録メールアドレスを入力
- ③「日本年金機構からのお知らせメールの配信希望」を選択
- ④ねんきんネットの初回利用登録が完了！



初回利用登録の完了後、24時間いつでも「ねんきんネット」をご利用できます！

ご注意

※マイナポータルからねんきんネットへつながる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要する場合があります。

※基礎年金番号をお持ちでない方等、一部ご利用できない場合があります。

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

連載

皆様の取組で 保険料が節約できる！ — インセンティブ制度の仕組み —

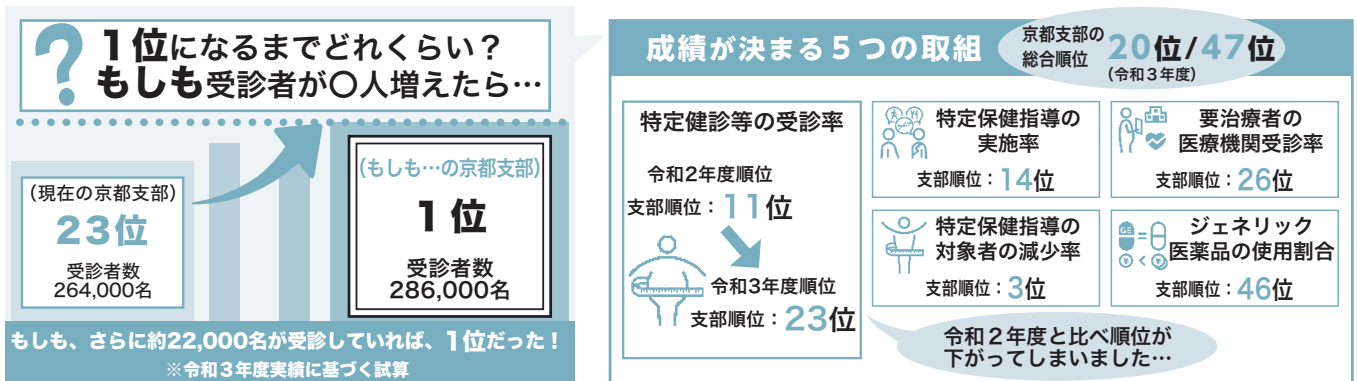
令和5年度 第2回：定期的なからだのチェック

協会けんぽでは、平成30年度から「**インセンティブ（報奨金）制度**」を導入しています。

この制度は、加入者及び事業主の皆様の**5つの取組**に応じて、47都道府県の協会けんぽの支部間で順位付けをして、**上位（15支部）**の都道府県支部にインセンティブ（報奨金）を付与し、健康保険料率に反映させる制度です。

都道府県（支部）の成績が決まる「特定健診等の受診率」

インセンティブ制度では、生活習慣病の予防・早期発見に着目した健診（特定健診等）の受診率を指標の一つとしています。健診で**定期的なからだのチェック**をして、病気を早期発見・予防することは、将来かかるかもしれない医療費を節約すること、ひいては保険料率上昇の抑制につながります。



Q. 協会けんぽの健診を受けるメリットって？

**A. 協会けんぽからの費用補助を利用して、受診ができます！
今年度から協会けんぽの補助額が上がり、さらにお得に受診できます！**



生活習慣病予防健診 昨年度より
1,887円
お得に！

対 象：35歳～74歳の被保険者
(加入者ご本人)

自己負担額：**5,282円** (最高)

お 申 込 み：健診機関に直接ご予約
いただけます
(協会けんぽへの申し込みは不要です)

ご利用いただける健診機関は
右の二次元コードからご確認ください




特定健診

対象：40歳～74歳の被扶養者（ご家族）
自己負担額：**0円**～（有料の場合もあり）

※受診する健診機関により
異なります

お 申 込 み：年に一回お送りしている受診券をお持ちの方は健診機関に直接ご予約いただけます。お持ちでない方は協会けんぽ京都支部までご連絡ください。

ご利用いただける健診機関は
右の二次元コードからご確認ください




ご自身のからだの変化を知るために、
ぜひ協会けんぽの健診をご利用ください！

次回：早期の対策があなたのからだを守る



全国健康保険協会 京都支部
協会けんぽ

健診等についてのお問い合わせ先
【保健グループ ☎ 075-256-8635】
インセンティブ制度についてのお問い合わせ先
【企画総務グループ ☎ 075-256-8636】

協会けんぽ 京都 検索
ホームページはこちら



協会けんぽ京都支部からのお知らせ

健康経営優良法人2023 認定事業所が発表されました！

健康経営優良法人認定制度とは？

特に優良な健康経営®を実践している法人を「見える化」することで、従業員や求職者、関係企業や金融機関などから評価を受けることができる環境を整備することを目的に、日本健康会議が「健康経営優良法人」を認定する制度です。

※健康経営はNPO法人健康経営研究会の登録商標です。

多くの協会けんぽ京都支部加入事業所様が、健康経営優良法人に認定されています！

健康経営優良法人 2022認定

275社

〈大規模法人11社 中小規模法人264社〉



健康経営優良法人 2023認定

282社

〈大規模法人18社 中小規模法人264社〉

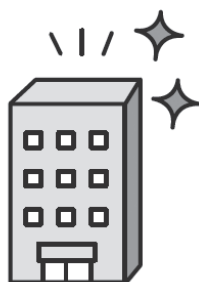
健康経営に取り組むメリット

生産性の向上



- モチベーションの向上
- 業務改善の向上
- 欠勤率の低下

企業価値の向上



- 企業イメージの向上
- 社員採用時のアピール
- 社会的信用の向上

負担軽減



- 休業による労働損失の軽減
- 長期的に見た、保険料負担の維持・軽減

健康経営優良法人への第一歩！～京（きょう）から取り組む健康事業所宣言～

健康経営優良法人の認定を受けるためには、事業所様が健康経営®に取り組むことを宣言する「健康宣言」を行うことが必須となっています。

協会けんぽ京都支部が行っている事業「京（きょう）から取り組む健康事業所宣言」は、健康づくりに役立てていただける各種特典がございます。右の二次元コードからぜひご覧ください。





こんなとき、 保険証は使える？使えない？



Q.1

慢性的な腰痛がひどいので
保険証を使って整骨院で
施術を受けられる



Q.2

通勤中や勤務中のケガでも
保険証が使える



Q.3

スポーツ中に転んで、足首を
捻挫した時保険証が使える



A.1



慢性的な腰痛・筋肉疲労などに対する施術は、健康保険の対象になりません。このような症状で施術を受けた場合は、**全額自己負担**となります。

A.2



労災保険の「業務災害」「通勤災害」の適用となる場合は健康保険の対象となりません。会社に報告して手続きをしてください。

A.3



負傷原因がはっきりしていて、慢性化していない場合、保険証が**使えます**。ただし、医師の治療を受けている部分を整骨院で**併用**して施術を受けた場合、保険証は使えません。

※骨折及び脱臼については、応急手当をする場合を除き、あらかじめ医師の同意を得る必要があります。

こちらもチェック！
整骨院・接骨院のかかり方▶



「協会けんぽ」から電話または文書で治療内容についてお尋ねすることがあります

柔道整復師の請求の中には、健康保険の対象とならない治療の請求等が見受けられる場合があります。このため適正な請求であるか確認する必要があり、文書にて負傷原因や治療年月日、治療内容などをお尋ねさせていただくことがあります。ご理解とご協力をお願いいたします。



連載

事業所における健康づくり トップランナーの声



株式会社 サンフレッシュ

HP www.super-sunfresh.net
業種 スーパーマーケット

所在地 京田辺市河原御影30番地の8
従業員数 272名 (R 5. 5 現在)



協会けんぽでは加入者の健康づくりや健康経営®の推進を、加入事業所さまと連携して行っています。
※「健康経営®」は、NPO法人健康経営研究会の登録商標です。

この連載では、**従業員の健康づくりに積極的に取り組み、かつ地域において健康経営の発信を行っている事業所さま**からお聞きした取り組みの背景や事例を、これから健康経営に取り組んでいきたいと考えている事業所さまやすでに取り組みをすすめている事業所さまへご紹介してまいります！

check! 労働時間の適正化等によるワークライフバランスの実現

健康経営に取り組むきっかけ

経営理念である「衣食住の真ん中にある『食』を通じてみなさまの健康と豊かな生活のお役に立てるように」との思いは、健康経営に通じると思い、導入することを決意しました。

お蔭様で2019年から2023年まで5年連続「健康経営優良法人」の認定をいただき、さらに2021年からは3年連続「ブライト500」の認定をいただきました。

組織の体制

- ・総務部が中心となり、会社全体の活動を展開
- ・各店舗の店長が中心となり、従業員の健康管理・労務管理を実施

健康課題の内容

【労働時間の適正化等によるワークライフバランスの実現】

以前は長時間労働により健康面で不安をかかえる従業員もいましたが、労働時間の適正化の取組により心身のリフレッシュにつながり、その結果、業務に対する活力や生産性が向上し、結果的に業績などの向上にもつながると考えました。

数値目標の内容と期限

数値目標等の内容	目標値（現状値→目標値/達成年度）
残業時間の削減	スタート時点 45時間 目標 30時間（令和5年度）

目標達成のための取り組み（主な取組）

以下の活動により、社員全体が「メリハリがある、創造的な仕事」ができるように心掛けました

- 管理者が現状の人員配置を確認してバランスよく人の配置を考える。
- 作業内容を洗い出して仕事の優先順位をつける。
- 労働環境を見直して、生産性を向上させる。

具体的には、下記の取組を実施しています

- ・残業、有給休暇の自己申告制度の導入
- ・管理職と一般社員が同時にハラスメント講座を受講
- ・健康経営ワンポイントアドバイスの配信
- ・健康習慣アンケートの継続的な実施
- ・健康講座（生命保険会社主催）の受講
- ・社内禁煙制度の導入

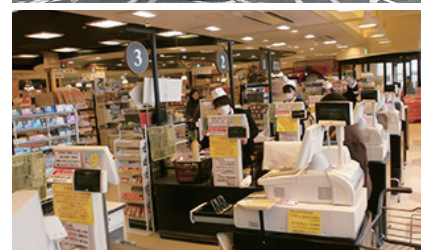
- 従業員の自主性・創造性を尊重する企業風土の醸成

会社の理念を「創意・工夫・実行」としていることもあり、従業員の自主性・創造性を尊重し、「働きがいのある職場」を目指して日々の業務において積極的な提案（「ことポップ」等※）をいつも募っています。

※商品の名称・価格だけでなくお客様の心をつかむアイデアを散りばめて製作する店頭広告・宣伝物のこと

取組結果（効果検証）

本年度は新店のオープン準備のため、平均33.8時間となり、前年度30.6時間に比べ残業時間が増加しましたが、特定の人に仕事が集中しない体制づくりと能力にばらつきがある場合には個別の社員教育の実施を継続してまいります。



いきいきと働く従業員と職場の様子

協会けんぽ京都支部では、事業所における健康づくりを推進されている事業所さまの認定制度「**京から取り組む健康事業所宣言**」事業を行っています。詳しくは二次元コードからご案内ページをご覧ください。



健康経営、会社の健康づくりについてのお問い合わせ先
【企画総務グループ ☎ 075-256-8636】

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5年6月30日まで

※6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。



社会保険のてびき（令和5年度版）

A5判552頁予定 定価2,750円(税込)

特別価格2,475円(税込)

◎社会保険のしくみをくわしく解説

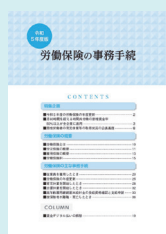


社会保険の事務手続（令和5年度版）

A4判136頁予定 定価1,540円(税込)

特別価格1,386円(税込)

◎届出や納付について平易に解説



労働保険の事務手続（令和5年度版）

A4判40頁 定価495円(税込)

特別価格445円(税込)

◎労働保険に従事する方へ概要を解説

新刊

労働・社会保険法令の改正対応リスト

A4判16頁予定 定価440円(税込)

特別価格 396円(税込)



改正内容例

- ・代替休暇制度導入
 - ・賃金デジタル払いの導入
 - ・障害者雇用率の引き上げ
 - ・改善基準告知の改正
- など

令和5年以降に改正が予定されている労働法令及び労働保険・社会保険関係法令のポイント、実務上の留意点など横断的に整理しています。企業の総務・人事担当者の皆様に役立つ一冊となっています。

※下記必要事項をご記入のうえ、**6月30日までに京都府社会保険協会までファックスにてまたは協会ホームページの「お問合せ」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
株式会社 社会保険研究所
TEL 06-6765-7836

申込日	令和5年 月 日	会員番号	
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
200035	社会保険のてびき【令和5年度版】	2,475 円	部
220232	社会保険の事務手続（総合版）【令和5年度版】	1,386 円	部
220410	労働保険の事務手続【令和5年度版】	445 円	部
460600	労働・社会保険法令の改正対応リスト	396 円	部

●個人情報の取扱い

※送料のご負担はありません。

お客様よりご提供頂いた個人情報につきましては、弊社にて厳重に管理を行い、お申し込みいただいた図書の発送に利用いたします。なお、注文部数等によっては、発送を委託する場合があります。開示、訂正等のご希望がありましたら、下記までお問い合わせください。弊社はお客様の任意性に基づき個人情報を収集いたしますが、個人情報をいただけないとお取引ができない場合がございますので、ご了承ください。また、新刊図書等のご案内目的で、お客様の情報を使用させていただく事があります。今後、案内等をご希望にならない場合は、下記の口欄にチェックをお入れください。

☐ 今後図書案内の送付を、希望しません。

お客様窓口（開示等苦情の申出先） ☎06-6765-7836 株式会社 社会保険研究所 個人情報保護管理者 総務部／編集部部長

割引利用券のご案内

被保険者とご家族の皆様を対象として、亀岡運動公園プール入場券・京都鉄道博物館入館券を発行します。
※対象者は、令和5年度の協会費を納入（口座振替の事業所様を含みます。）いただいた会員事業所様となります。

【申込方法】

- 下記の申込書に必要事項をご記入し、FAX・郵送・メールで「京都府社会保険協会」へお送りください。
※メールでお送りいただく場合は、京都府社会保険協会ホームページの「お問合せ」からお送りください。
- プール入場券・博物館入館券の代金を指定口座にお振込みいただき、振込金受取書またはご利用明細書等の写しを申込書に貼り付けてください。

亀岡運動公園プール入場券・京都鉄道博物館入館券 申込書

協会会員番号	※ 広報誌「社会保険きょうと」送付の封筒に記載されている6桁の番号です。		
事業所名称			
事業所所在地 電話番号	〒	(TEL)	
申込者氏名			
入場券(入館券) 送付先ご住所	〒	(TEL)	

亀岡運動公園プール入場券

料 金	一般：1,570円（通常1,870円） 小・中学生：480円（通常780円）		
期間・営業時間	令和5年7月15日（土）～8月27日（日） 午前10時～午後5時		
ご希望枚数	一般	枚	円
	小・中学生	枚	円
	計	枚	円

※亀岡市民の方は、直接、プールで購入されますと通常料金が一般1,250円、小・中学生520円になりますのでお申込みの際、ご注意ください。

京都鉄道博物館入館券

料 金	一般：1,000円（通常1,500円） 大学・高校：900円（通常1,300円） 中学・小学：300円（通常500円） 幼児（3歳以上）：100円（通常200円）		
有効期間	半年ごとに設定されています。 (例) 4月1日～8月31日までにお申込みの方翌年3月31日まで有効 10月1日～2月28日までにお申込みの方翌年9月30日まで有効		
ご希望枚数	一般	枚	円
	大学・高校	枚	円
	中学・小学	枚	円
	幼児（3歳以上）	枚	円
	計	枚	円

※休館日は毎週水曜日、年末年始（12月30日から1月1日）ほか（但し、祝日、夏休み（7月21日～8月31日）は水曜日も開館。）

指定口座

- | | | | |
|-----------|-------|----|---------|
| ・京都銀行 | 三条支店 | 普通 | 4117661 |
| ・京都中央信用金庫 | 西陣支店 | 普通 | 678695 |
| ・三菱UFJ銀行 | 京都支店 | 普通 | 50112 |
| ・京都信用金庫 | 修学院支店 | 普通 | 43945 |

口座名義 一般財団法人 京都府社会保険協会

※亀岡運動公園プール・京都鉄道博物館をお申し込みの場合は、
この部分に振込金受取書、またはご利用明細書等の写しを貼り付けてください。

※上記情報は、申込・受付・発送事務以外には使用いたしません。