



一般財団法人 千葉県社会保険協会

月刊 社保ちば



目次

●日本年金機構からのお知らせ●

- ・11月30日は「年金の日」 2
- ・マイナポータルとの連携で「ねんきんネット」はもっと便利に！ 3-6

●協会けんぽ千葉支部からのお知らせ●

- ・令和6年12月末をもって協会けんぽ申請用紙の年金事務所への設置を終了します ...7
- ・被扶養者資格再確認にご協力をお願いいたします ...8
- ・柔道整復師(整骨院・接骨院)にかかるとき 8

●千葉県社会保険協会からのお知らせ●

- ・「いちご狩り」補助券配付のご案内 9
- ・施設利用会員証をお持ちですか？10
- ・令和6年度「写真コンテスト」のご案内11

割引券(補助券)ご利用に際してのお願い

天候等、様々な理由により各施設の営業情報が変わる場合がございます。当協会が配付しております割引券(補助券)をご利用の際には、各施設のホームページ等にて最新情報を必ずご確認くださいませよう願ひ申し上げます。

千葉県社会保険協会のホームページ ➔ <https://shaho-chiba.jp>



スマホ対応してます

日本年金機構からのお知らせ

いい 未来
11月30日は年金の日

国民お一人お一人、「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です。

ねんきんネットで

簡単に
年金情報を確認



詳しくは

ねんきんネット

検索

https://www.nenkin.go.jp/n_net/

保険料納付
記録も確認
できます。

将来の
年金見込額が
見られます。

ねんきん定期便で
確認や電子申請も
できます。
ペーパーレスなので
エコです。

「ねんきんネット」に関するお問い合わせは専用番号へ

 **0570-058-555**

050 から始まるお電話でおかけになる場合は 03-6700-1144

受付時間

- ・月曜日 午前8時30分～午後7時
- ・火～金曜日 午前8時30分～午後5時15分
- ・第2土曜日 午前9時30分～午後4時

※月曜日が祝日の場合は、翌日以降の開所日初日に午後7時まで相談をお受けします。
※第2土曜日を除く土日祝日、12月29日～1月3日はご利用いただけません。

日本年金機構からのお知らせ

「ねんきんネット」は、
スマートフォン等から
ご自身の年金情報を手軽に
確認できるサービスです。

利用者数
1000万人
突破!

マイナポータルとの連携で「ねんきんネット」はもっと便利に！

「ねんきんネット」を使って以下のことができます

- ご自身の年金記録の確認
- 将来の年金見込額の試算
- 「ねんきん定期便」や各種通知書の確認
- 納付書によらない納付
- 持ち主不明の年金記録の検索 など

ペーパーレスで
エコ!!



ねんきん太郎
「ねんきんネット」マスコット

さらに!

マイナポータルとの連携で以下の機能が利用できます

- 国民年金保険料口座振替の申出
- 扶養親族等申告書の電子申請
- 確定申告・年末調整に必要な書類の電子送付 など



マイナちゃん
マイナンバーPRキャラクター

「年金の日」とは

いいみらい
11月30日は
年金の日

厚生労働省では、「国民お一人お一人、「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」としました。

日本年金機構からのお知らせ

「ねんきんネット」ではこんなことができます

「ねんきんネット」は、マイナンバーカードをお持ちでない方も利用できます

ご自身の年金記録の確認

月別の年金記録や国民年金・厚生年金の加入状況など、ご自身の年金記録を一目で確認できます。

国民年金

加入月数、各月の納付状況(免除制度、学生納付特例制度、納付猶予制度の適用期間など)、追納できる月と金額 等

厚生年金保険

加入月数、標準報酬月額・標準賞与額、お勤め先の名称 等

～記録確認画面のイメージ～

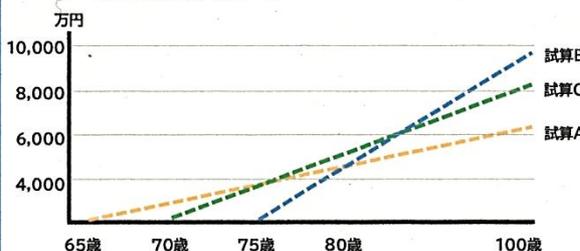
年度 (年齢)	加入 制度	お勤め先の 名称等	加入 月数	1年間の 保険料納付額	年金見込額 (年額)
令和3年度 (40歳)	国年	第1号被保険者	7月	〇〇〇,〇〇〇円	—
令和4年度 (41歳)	国年	第1号被保険者	12月	△△△,△△△円	—
令和5年度 (42歳)	厚年	AAA株式会社	12月	□□□,□□□円	●●●,●●●円

将来の年金見込額の試算

ご自身でさまざまな条件を設定することで、将来受け取る老齢年金の見込額を試算できます。

- ・「かんたん試算」では、現在と同じ条件で、60歳まで年金制度に加入し続けるという条件を自動設定して、素早く見込額を試算することができます。
- ・「詳細な条件で試算」では、今後の働き方や、年金の受給開始年齢などの条件を設定して詳細な条件で試算することができます。
- ・年金受給開始年齢、各年齢の年金見込額などを表やグラフでも表示しています。

～試算画面のイメージ～



「ねんきん定期便」や各種通知書の確認

「ねんきん定期便」や各種通知書が確認できます。

- 電子版「ねんきん定期便」
- 年金振込通知書 ● 公的年金等の源泉徴収票
- 年金額改定通知書 ● 年金支払通知書
- 年金決定通知書・支給額変更通知書
- 社会保険料(国民年金保険料)控除証明書

ペーパーレスでエコ！！

電子版「ねんきん定期便」をご利用ください

電子版「ねんきん定期便」は、紙の「ねんきん定期便」より1か月程度早く確認でき、PDFのため保存に場所を取らず便利です。また、環境にやさしいペーパーレス化推進にも繋がります。ぜひ「ねんきんネット」から「ねんきん定期便」のペーパーレス化をご登録ください。

ほかにもさまざまな便利な機能があります！

納付書によらない納付

前月分以前の国民年金保険料は納付書がなくても、「ねんきんネット」で納付できます。

持ち主不明記録の検索

氏名、性別、生年月日が一致する持ち主不明の年金記録が検索できます。パソコンのほか、スマートフォンでも検索できるようになりました。

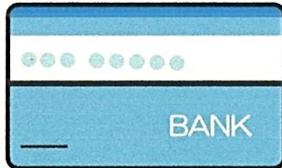
日本年金機構からのお知らせ

「マイナポータル」と「ねんきんネット」を連携してさらに便利に！

マイナポータルと「ねんきんネット」を連携することでさまざまな機能が利用できます

国民年金保険料口座振替の申出

年金事務所や金融機関等の窓口に出向くことなく、どこからでも国民年金保険料口座振替の申請手続きを完了できます。



詳しくは
こちら▼



日本年金機構ホームページ

確定申告・年末調整に必要な書類の電子送付

社会保険料(国民年金保険料)控除証明書・公的年金等の源泉徴収票の電子データをマイナポータルの「お知らせ」で受け取れます。



詳しくは
こちら▼



日本年金機構ホームページ

扶養親族等申告書の申請

氏名、住所等があらかじめ入力され、年金を受け取っている方の扶養親族等申告書が、オンラインで簡単に提出できます。

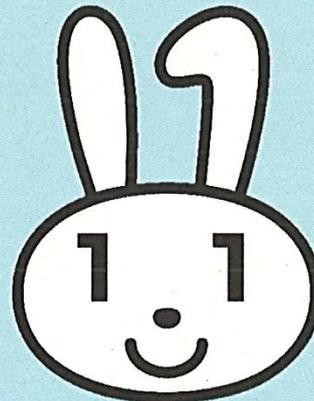
・前年も申請されている方は、前年の申請内容が自動入力されるため、簡単に提出できます。

詳しくは
こちら▼



日本年金機構ホームページ

ご利用はぜひ
マイナポータルから！



その他オンラインでできる手続き

- ・付加保険料に関する電子申請
- ・老齢年金請求の電子申請
- ・国民年金保険料産前産後免除に関する電子申請
- ・国民年金資格取得届の電子申請
- ・国民年金保険料免除・納付猶予申請書の電子申請
- ・国民年金保険料学生納付特例申請書の電子申請 など

日本年金機構からのお知らせ

利用登録は、
マイナポータルからがとっても簡単！



ご注意ください▶

- ✓ マイナンバーカード
- ✓ 数字4桁のパスワード
(マイナンバーカード受け取り時に設定した利用者証明用電子証明書パスワード)

STEP1 マイナポータルの利用者登録

マイナポータルはこちらから → <https://myna.go.jp>



- ① マイナポータルアプリをダウンロード
- ② マイナポータルアプリを起動し、トップページの「登録・ログイン」を選択する
- ③ 数字4桁のパスワードを入力する
- ④ スマートフォンにマイナンバーカードをかざして読み取り開始
- ⑤ 読み取りが完了したらログインが完了

マイナポータルの利用者登録が完了！

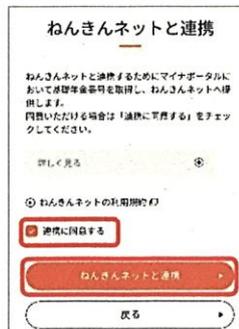
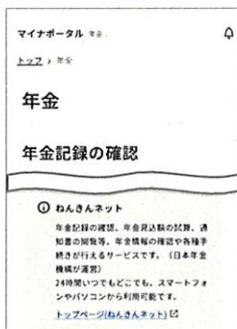


画面イメージ

STEP2 ねんきんネットとの連携

- ① マイナポータルのトップ画面「年金」から「トップページ(ねんきんネット)」を選択
- ② 「連携に同意する」にチェックを入れ、「ねんきんネットと連携」を選択する
- ③ 「メールアドレスの登録/変更」からメールアドレスを入力する

ねんきんネットとの連携が完了！



画面イメージ

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の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。

利用登録後は、24時間いつでも「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ウェブサイトへ

ねんきんネット

検索

https://www.nenkin.go.jp/n_net/



その他ご不明点は
相談チャットへ

よくある一般的なお問い合わせに自動でお答えする「相談チャット総合窓口」が、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」からアクセスしてください。

お問い合わせは
ねんきん定期便・ねんきんネット専用番号

全国一律の通話料金でご利用いただけます。
通話料金定額プランの対象外です。



0570-058-555

050から始まる電話番号からは 03-6700-1144

受付時間

月曜日※1	8:30 ~ 19:00
火～金曜日	8:30 ~ 17:15
第2土曜日※2	9:30 ~ 16:00

※1 月曜日が祝日の場合は、翌日以降の平日の初日に19:00まで受け付けます。
※2 第2土曜日以外の土・日・祝日、12/29～1/3はご利用いただけません。

協会けんぽ千葉支部からのお知らせ

事業主様へ ▶ ぜひ職場内で回覧をお願いいたします。
協会けんぽ以外の健康保険組合等にご加入の事業所は各健康保険組合等にお問い合わせください。

令和6年12月末をもって

協会けんぽ
申請用紙の年金事務所への
設置を終了します

申請用紙は
協会けんぽの
ホームページから
印刷できます



申請用紙の郵送をご希望の場合や、
各種ご相談は下記お問い合わせ先にご連絡ください

協会けんぽ
千葉支部**TEL 043-382-8311** (代表)

<受付時間> 8:30 ~ 17:15 (土日祝日、年末年始を除く)

マイナ保険証等のお問い合わせについては、マイナンバー専用ダイヤル「0570-015-369」へお問い合わせください。

重要 協会けんぽ千葉支部の電話番号はコールセンターの導入に伴い令和7年1月初旬に変更いたします。変更後の電話番号は決まり次第、お知らせいたします。

音声案内にそってお問い合わせグループの番号をお選びください

0

マイナンバー専用
ダイヤルへお繋ぎしますマイナ保険証・資格情報
のお知らせ等
についてのご相談

- マイナ保険証
- 資格情報のお知らせ
- 資格確認書
- オンライン資格確認
- 健康保険証の廃止

1

業務グループへ
お繋ぎします傷病手当金等の給付金、
退職後の健康保険等
についてのご相談

- 傷病手当金
- 高額療養費
- 出産手当金
- 出産育児一時金
- 退職後の健康保険 (任意継続健康保険)
- 健康保険証、高齢受給者証の交付
- 限度額適用認定証の交付

2

保健グループへ
お繋ぎします健康診断・保健指導に
についてのご相談

- 生活習慣病予防健診
- 特定健診
- 特定保健指導
- 事業者健診 (定期健康診断) 結果データ提供
- 健診機関からの費用請求

3

レセプトグループへ
お繋ぎします交通事故・レセプト・
返納金についてのご相談

- 負傷原因の照会
- 第三者行為 (交通事故等)
- 協会から返戻されたレセプト (医療機関、薬局)
- 医療費の返納金
- 労災保険への切り替え
- 医療費のお知らせ

4

企画総務グループへ
お繋ぎします

その他のご相談

- 情報提供サービス
- 個人情報開示
- 健康保険委員
- 健康な職場づくり宣言
- ジェネリック医薬品
- 健康保険料率

協会けんぽ千葉支部からのお知らせ

被扶養者資格再確認にご協力をお願いいたします



協会けんぽでは、保険給付の適正化等を目的に、健康保険の被扶養者となっている方が、現在もその状況にあるかを確認させていただくため、被扶養者資格の再確認を実施しております。

令和6年度は下記のとおり「被扶養者状況リスト」を事業主さまへ順次お送りしております。

加入者の皆さまの保険料負担の軽減につながる大切な確認となりますので、ご理解とご協力をお願いいたします。

✓ 対象となる方

令和6年4月1日の時点で、18歳以上である被扶養者の方

※すべての被扶養者が上記に該当しない場合は、再確認の必要がありませんので、事業主の方へ被扶養者状況リストはお送りいたしません。



被扶養者資格再確認について詳しくはこちら



✓ 送付時期

令和6年10月上旬から10月下旬

✓ 提出期限

令和6年11月29日(金)



柔道整復師(整骨院・接骨院)にかかるとき

柔道整復師による治療では、健康保険を使用できる場合が限られています。負傷の原因や症状を正しく伝えたくて受診してください。

健康保険の対象となる場合

- 打撲
- 脱臼
- 挫傷(肉ばなれ等)
- 骨折
- 捻挫

※負傷原因がはっきりしていて慢性に至っていないケガに限られます。
※骨折・脱臼については医師の同意が必要です。(応急処置を除く)

健康保険の対象とならない場合

- ×肩こり、筋肉疲労
- ×慰安目的のあんま・マッサージ代替りの利用
- ×過去の交通事故等による後遺症
- ×症状の改善が見られない長期の治療
- ×仕事や通勤途上での負傷

柔道整復師にかかる場合の注意事項

- ① 負傷の原因を正しく伝えましょう。
- ② 「療養費支給申請書」の内容を確認し、委任欄には必ず自分で記入または捺印しましょう。
- ③ 領収証を必ずもらいましょう。
- ④ 治療が長引く場合は一度医師の診断を受けましょう。
- ⑤ 「ついでに他の部分も」「家族に付き添ったついでに」といった「ついで」の受診は支給対象外です。

協会けんぽより負傷原因、治療年月日、治療内容などを文書で照会させていただきますことがあります。照会があった際は、ご自身で回答書を入力し、ご提出いただきますようお願いいたします。



柔道整復師(整骨院・接骨院)のかかり方について詳しくはこちら



お問い合わせ先 業務グループ ☎ 043-382-8311 (代表)



全国健康保険協会 千葉支部
協会けんぽ

〒260-8645

千葉市中央区新町3-13 日本生命千葉駅前ビル2階



043-382-8311 (代表)

営業時間 平日 8:30~17:15

千葉県社会保険協会からのお知らせ

11月18日から

「いちご狩り」

補助券を配付します!



山武市成東

山武市成東観光苺組合加入いちご園

☎0475-82-2071(観光案内所)

ホームページ <https://sanmu15.com>

利用期間

令和7年1月5日(日)~5月6日(月)

補助金額

400円

※入園料から、補助金額を差し引いた料金を農園にお支払いください。

※入園料は、農園および時期によって異なります。ホームページ等でご確認ください。

お知らせ

今年度よりいちご狩り補助券利用対象として追加予定の船橋市の農園ですが、機関誌「社会保険ちば2024秋号」でお知らせしたとおり、現在調整中です。調整がつき次第、当協会HPに先行してお知らせします。紙面でのお知らせは、冬号をお待ちください。

春号の掲載内容と相違がありますことをお詫び申し上げます。

期間中でも気象条件や農園の事情等により利用期間が変更になる場合や、予約がないと入園できない場合があります。ご来園の際は、必ず農園に最新情報をご確認くださいようお願い申し上げます。

利用対象者

当協会会員事業所の健康保険被保険者と被扶養者

申込方法

当協会HPより申込書をダウンロードして必要事項を記入し、返信用封筒(110円切手貼付・送付先を明記したもの)を必ず同封のうえ申込先まで郵送にてお申込みください。

※1事業所につき15枚までとさせていただきます。

申込先

〒260-0001 千葉市中央区都町3-18-13

(一財)千葉県社会保険協会 いちご狩り補助券係 宛

配付受付

令和6年11月18日(月)から配付開始

※補助券がなくなり次第、配付を終了いたします。

千葉県社会保険協会からのお知らせ

全国

400以上!

優待利用ができる施設がたくさん!



「施設利用会員証」をお持ちですか？

※当協会関係機関(全国社会保険協会連合会)契約

以下の施設を優待でご利用いただくには「施設利用会員証」が必要です。優待内容は全国社会保険協会連合会 HP か当協会 HP でご確認ください。

●高輪・品川プリンスホテルグループ

●プリンスホテルグループ

ホテル、スキー場、ゴルフ場等、アミューズメント施設

●ダイワロイネットホテルズ

横浜・八景島シーパラダイス
もあります!

●HMIホテルグループ

●MYSTAYS ホテルグループ ※旧かんぼの宿など

●クア・アンド・ホテルグループ



●船員保険会 (SEMPOS の宿)

 CHECK 船員保険会(SEMPOSの宿)については千葉県社会保険協会の宿泊助成と併用できます!

●その他(宿泊施設・日帰り施設)

会員証発行申込方法

当協会HPより申込書をダウンロードして必要事項を記入し、返信用封筒(角2サイズ封筒に送付先住所宛先を明記、390円分の切手※を貼付)を同封のうえ当協会へご郵送ください。
※会員証やパスワードを確実にお届けするため、**特定記録**をつけた郵送料金です。

●郵送先●

一般財団法人千葉県社会保険協会 施設利用会員証発行 宛て
〒260-0001 千葉市中央区都町 3-18-13 問合せ先TEL:043-233-3971

千葉県社会保険協会からのお知らせ

令和6年度「写真コンテスト」の作品を募集します!

思わず撮れた瞬間や思いあふれる瞬間など、皆さまの作品をお待ちしております!



応募期間

令和6年12月2日(月)～令和7年1月9日(木)

題材

自由です。「四季の風景」「心に残るスナップ(思い出に残る感性あふれる写真)」「文化・スポーツ・社会の変化を記録したもの」や千葉県内の「まつり」や「行事」など大歓迎です。

作品サイズ

六ツ切～四ツ切版またはA4サイズ(カラー)

応募資格

当協会会員事業所の健康保険被保険者様と被扶養者様

送付先

〒260-0001 千葉市中央区都町3-18-13
(一財)千葉県社会保険協会 写真コンテスト 宛

審査員

丹羽 敏憲 氏(全日本写真連盟関東本部委員)

発表

ホームページ(令和7年3月アップロード予定)および「月刊社保ちば2025(令和7)年3月号」に掲載し、作品応募者へ通知します。

賞

推薦1点・特選2点・準特選2点・秀作8点 ※入賞賞品をご用意しています。

応募方法および注意点

- ① 作品は未発表のものに限ります。
- ② 応募点数は1人7点以内とさせていただきます。
- ③ 下記の応募票をコピーしていただき、必要事項をご記入のうえ、応募作品の裏面に貼付してください。
- ④ 入賞の応募作品は返却いたしません、選外作品につきましては返却いたします。
- ⑤ 応募作品は「社会保険ちば」・「月刊社保ちば」の表紙に使用させていただく場合があります。
- ⑥ 入賞作品の原版(ネガ・デジカメデータ等)は、入賞発表後、提出していただく場合があります。



キ リ ト リ

写 真 コ ン テ ス ト 応 募 票			
氏 名		男 ・ 女	歳
事 業 所 名	〒		
所 在 地			
電 話 番 号			
画 題			
撮 影 場 所	(市)		
カ メ ラ		撮影月	月
フィルム・デジタル区分	フ ィ ル ム ・ デ ジ タ ル		

※ご記入いただいた個人情報は、写真コンテスト(当協会ホームページおよび機関誌への掲載含む)以外には利用いたしません。