



一般財団法人 千葉県社会保険協会

# 月刊 社保ちば

4  
APRIL  
2025

## 目次

### ●日本年金機構からのお知らせ●

・外国籍の従業員の国民年金加入期間に係る手続き… 2-3

### ●協会けんぽ千葉支部からのお知らせ●

・健診の3つの「もったいない」をなくそう！ …… 4-5

### ●千葉県社会保険協会からのお知らせ●

- ・令和7年度千葉県社会保険協会事業予定 …… 6
- ・令和7年度各種割引券・補助券のご案内 …… 7  
(こどもの国 KidsDom、空の湯、ほのか、ボウリング)
- ・新松戸「ブルーベリー狩り」補助券配付のご案内 …… 8
- ・船橋・田中園「いちご狩り」5月末まで開園中 …… 8
- ・用紙配布所のご案内 …… 9-10

#### 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お願い申し上げます。

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

## ご案内

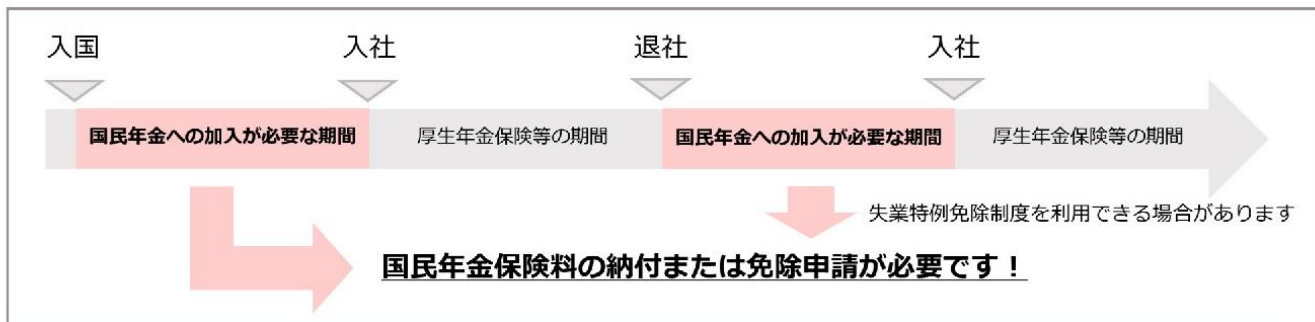
## 外国籍の従業員のみなさまへ周知をお願いいたします

### 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。

※社会保障協定等により、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。

**電子申請に必要なもの**

①スマートフォン

スマートフォンにマイナポータルアプリをインストールしてください。



<https://myna.go.jp>

②マイナンバーカード



③数字4桁のパスワード

(例) 

1	2	3	4
---	---	---	---

マイナンバーカード受取時に設定したパスワード

国民年金保険料の納付や免除制度及び電子申請についての詳細は、下記に記載のホームページをご確認ください。

(制度に関する詳細)



<https://www.nenkin.go.jp/>

(電子申請の詳細)



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

## 日本年金機構からのお知らせ

## ご案内

## 年金に関する情報（多言語パンフレット・動画）

出入国在留管理庁ウェブサイトの「生活・就労ガイドブック」  
第7章年金・福祉に年金の説明があります。

[https://www.moj.go.jp/isa/support/portal/guidebook\\_all.html](https://www.moj.go.jp/isa/support/portal/guidebook_all.html)



また、日本年金機構ウェブサイトの「外国人向けサイト」では、より  
詳しい年金の説明やお知らせを色々な国の言葉やわかりやすい日本語で  
読むことができます。

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



<色々な国の言葉でパンフレットや動画をみることができます>

日本語  
Japanese



英語  
English



中国語  
中文



韓国語  
한국어



ポルトガル語  
Em lingua portuguesa



スペイン語  
Español



インドネシア語  
Bahasa Indonesia



タガログ語  
Tagalog



タイ語  
ภาษาไทย



ベトナム語  
Việt



ミャンマー語  
မြန်မာဘာသာ



カンボジア語  
ភាសាខ្មែរ



ロシア語  
Русский язык



ネパール語  
Nepali



モンゴル語  
Монгол



YouTube  
知っておきたい年金のはなし

Public pension system  
you need to know



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。

01 「健診受けない」  
もったいない



02 「受けっぱなし健診」  
もったいない



協会けんぽ 加入者のみなさまへ

健診の3つの  
「もったいない」を  
なくそう!



健康づくりサイクルを  
まわしましょう!



03 「健康づくりを継続しない」  
もったいない



健診から始まるサイクルで、3つの「もったいない」をやっていませんか？

「健診受けない」もったいない



**01 健診を毎年受けていますか？**  
協会けんぽ加入者は健診をお得に受けられるのに、受けないのはもったいない。  
健診を受けて健康状態を確認

「受けっぱなし健診」もったいない



**02 健診を受けっぱなしにいませんか？**  
せっかく健診を受けても、改善につなげなければもったいない。  
健診結果に応じて行動することで健康状態を改善

「健康づくりを継続しない」もったいない



**03 日々の健康づくりに取り組んでいますか？**  
良好な健康状態になっても、それを継続しないのはもったいない。  
食事や運動に気をつけて、良好な健康状態を維持

健康づくりサイクル



健康づくりサイクルについての特設サイトはこちら▶

協会けんぽ千葉支部からのお知らせ

健康づくりサイクルの中で、特に「健診後の行動」が大切です。



生活習慣の改善が必要と判断されたら...

医療機関への受診が必要と判断されたら...

**特定保健指導**

**医療機関への受診**

≡ **特定保健指導** ≡  
あなたの健康づくりをサポートします



❗ **健康づくりのプロ**がサポート

「メタボリックシンドローム」のリスクのある方を対象にした健康サポートです。健康に関するセルフケアができるように、保健師または管理栄養士がサポートします。

特定保健指導の対象者

健診を受けた40歳以上の方のうち...

腹囲	男性	85cm以上	または	BMI	25以上
	女性	90cm以上			

さらに以下の追加リスクが1つでもあれば、**特定保健指導対象者**に該当

血圧	血糖	脂質	喫煙
----	----	----	----

※喫煙については、血圧、血糖、脂質のリスクが1つ以上の場合にのみ追加。

特定保健指導の費用

被保険者	被扶養者			
<b>無料</b>	協会けんぽが補助する額を超えた分が自己負担となります。			
	<table border="1"> <tr> <th>動機付け支援の場合</th> <th>積極的支援の場合</th> </tr> <tr> <td>上限 <b>8,470円</b>を補助!</td> <td>上限 <b>25,120円</b>を補助!</td> </tr> </table>	動機付け支援の場合	積極的支援の場合	上限 <b>8,470円</b> を補助!
動機付け支援の場合	積極的支援の場合			
上限 <b>8,470円</b> を補助!	上限 <b>25,120円</b> を補助!			

≡ **医療機関への受診** ≡  
自覚症状がなくても受診しましょう



❗ **自覚症状がないのに医療機関への受診は必要?**

生活習慣病は自覚症状がないまま徐々に進行するため、治療せずに放置すると、動脈硬化などが急速に進み、心疾患等が発症する危険度が高くなります。健診を受診した結果、医療機関への受診が必要と判定された場合は、早期に受診することをお勧めいたします。

## 千葉県社会保険協会からのお知らせ

## 令和7年度 千葉県社会保険協会の主な事業予定

事業名		4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	
普及・宣伝事業 社会保険制度の	機関誌『社会保険ちば』の発行	○			○			○			○			
	ホームページ版機関誌『月刊社保ちば』の更新	毎月1回更新および公開												
	ホームページの運営	随時更新												
	社会保険の各種届出用紙の配布	随時配布(当協会および用紙配布所営業日)												
	「社会保険の事務手続」テキストの配付		○	○	※他の月でも在庫があれば配付可能									
	事務講習会の開催	開催日程と会場については別途お知らせ												
	社会保険相談(個別・集団)	毎日(受付は土日祝・年末年始の休みは除く)												
心と体の健康保持増進事業および会員助成事業	写真コンテスト									○	○			
	蓮沼ウォーターガーデン利用助成				○	○	○							
	潮干狩り利用助成	○	○	○	○									
	ブルーベリー狩り利用助成			○	○	○								
	東京ディズニーリゾート・コーポレートプログラム 利用券の配付 ※詳細は夏号でお知らせ				○	○								
	梨・ぶどう狩り利用助成					○	○							
	いちご狩り利用助成(山武市・船橋市)	○	○								○	○	○	
	冬山の家の開設 および 利用助成									○	○	○	○	
	県内外各保養所 利用助成	← 年度内を通して実施 →												
	施設利用会員証の発行 (全国社会保険協会連合会契約施設)													
	千葉こどもの国 KidsDom 入園割引助成													
	成田空港温泉 空の湯 入浴料割引助成													
	のだ温泉 ほのか 入浴料割引助成													
	ボウリング利用割引助成													
健康づくり DVD の無料貸し出し														

・千葉県社会保険協会では、会員事業所様から納入いただく会費により、上記の事業を予定しています。

・各事業に関する詳細は、当協会機関誌『社会保険ちば』やホームページ版機関誌『月刊社保ちば』にてご案内いたします。

※予定ですので、一部変更する場合がございます。何卒ご了承のほどお願いいたします。

## 今年もやります！

### ディズニーコーポレートプログラム利用券の配付

申込方法は、社会保険ちば夏号にてお知らせします。

※当協会HP「会員専用ページ」でもお知らせいたします。

千葉県社会保険協会からのお知らせ

## 令和7年度 割引券・補助券配付のご案内

## 千葉こどもの国 KidsDom



※現地窓口にて身分証明書をご提示いただく場合がございます。ご了承ください。

種別 / 一般料金	協会契約料金	協会助成金	利用者負担	
大人(高校生以上)	900円	810円	310円	500円
子供(小・中学生)	300円	270円	170円	100円
幼児(3歳~小学生未満)	200円	180円	180円	0円



## ボウリング



**補助金額 500円** ※利用者1名につき利用日1枚限り有効  
 ※利用金額が500円以上でご利用可能

補助券が利用できるボウリング場

アサヒボウリングセンター

千葉市中央区新宿 2-1-5

TEL. 043-242-2331

<https://asahibowling.jp/>

## 成田空港温泉 空の湯



**割引金額 300円** ※入館時に空の湯フロントに提出し、精算時に  
 入浴料から割引金額を差し引いた金額をお  
 支払ってください。

**ところ** 山武郡芝山町香山新田 27-1  
 TEL. 0479-78-2615  
<https://www.soranoyu.com>



## のだ温泉 ほのか



**割引金額 400円** ※入館受付時にスタッフに割引券をお渡しください  
 ※他のクーポン等と併用はできませんのでご了承  
 ください。

**ところ** 山武郡芝山町香山新田 27-1  
 TEL. 0479-78-2615

## 申込方法

当協会HPの会員専用ページにて「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  
(切手貼付・送付先を明記したもの)を必ずご同封のうえ、下記申込先まで郵送にてお申込みくだ  
 さい。※原則 1事業所 各券 15枚まで。また、割引券がなくなり次第配付終了となります。

## 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

## 有効期限

令和8年3月31日(火)まで


## 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

千葉県社会保険協会からのお知らせ




# 新松戸ブルーベリー狩り 補助券を配付します

- 利用期間 令和7年6月上旬～8月31日(日)
- 割引金額 400円  
※入園料から補助金額を差し引いた料金を、農園に当日お支払いください。
- 利用対象者 当協会会員の健康保険被保険者と被扶養者
- ところ 松戸市七右衛門新田 505-1(ブルーベリーファーム新松戸)  
Tel 080-4857-0141  
<https://obatafarm.com/> 
- 申込方法 協会HP会員専用ページにて「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)を同封のうえ、申込先までご郵送ください。  
※1事業所 15枚まで
- 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



# 船橋・田中園いちご狩り 5月末まで開園しています

- 利用期間 令和7年5月末まで  
※**予約優先です**。予約がないと入園できない場合があります。ご利用の際には、補助券利用専用の予約フォーム(補助券に記載されている二次元コード)からご予約ください。または、下記の予約直通電話にてご予約ください。
- 割引金額 400円  
※入園料から補助金額を差し引いた料金を、農園に当日お支払いください。
- 利用対象者 当協会会員の健康保険被保険者と被扶養者
- ところ 船橋市二和東 4-2-8(田中園)  
Tel 080-6338-0537 (9:00~17:00)  
<https://www.tanakaen-fruitsfarm.com/> 
- 申込方法 協会HP会員専用ページにて「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)を同封のうえ、申込先までご郵送ください。  
※1事業所 15枚まで
- 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



## 千葉県社会保険協会からのお知らせ

## 用紙配布所のご案内

当協会では、健康保険・厚生年金保険用紙を配付しております。

また、下記の事業所様にも用紙配布所としてご協力いただいております。

## ◆千葉年金事務所

名称	郵便番号	住所	電話番号
一般財団法人千葉県社会保険協会	260-0001	千葉市中央区都町 3-18-13	043-233-3971
全国健康保険協会 千葉支部	260-8645	千葉市中央区新町 3-13 日本生命千葉駅前ビル2階	043-332-2811
茂原商工会議所	297-0026	茂原市茂原 443	0475-22-3361
京葉ロジコ株式会社	297-0029	茂原市高師 1690-1	0475-22-2361
房総信用組合 本部	297-0021	茂原市高師町 1-10-5	0475-22-5111
南総通運株式会社	283-0802	東金市東金 582	0475-54-3581
いすみ市商工会	298-0004	いすみ市大原 7400-8	0470-62-1191
山武市商工会	289-1514	山武市松尾町松尾 183-4	0479-86-5147
横芝光町商工会	289-1732	山武郡横芝光町横芝 644-3	0479-82-0434
一般財団法人芝山町振興公社	289-1624	山武郡芝山町小池 992	0479-77-2030
白子町商工会	299-4212	長生郡白子町古所 3302-94	0475-33-2517
一宮町商工会	299-4301	長生郡一宮町一宮 3002-1	0475-42-3089

## ◆幕張年金事務所

名称	郵便番号	住所	電話番号
習志野商工会議所	275-0016	習志野市津田沼 4-11-14	047-452-6700
佐倉商工会議所	285-0811	佐倉市表町 3-3-10	043-486-2331
四街道市商工会	284-0003	四街道市鹿渡 895-14	043-422-2037
八街商工会議所	289-1115	八街市八街ほ 224	043-443-3021
富里市商工会	286-0221	富里市七栄 653-1	0476-93-0136

## ◆船橋年金事務所

名称	郵便番号	住所	電話番号
船橋商工会議所	273-8511	船橋市本町 1-10-10	047-432-0211
八千代商工会議所	276-0033	八千代市八千代台南 1-11-6	047-483-1771
株式会社ホリキリ	276-0022	八千代市上高野 1827-4	047-484-1111
印西市商工会	270-1327	印西市大森 3934-4	0476-42-2750
北総白井病院	270-1431	白井市根 325-2-1	047-492-1001
栄町商工会	270-1515	印旛郡栄町安食台 1-2 栄町役場庁舎内 4階	0476-95-0245

## 千葉県社会保険協会からのお知らせ

## ◆市川年金事務所

名称	郵便番号	住所	電話番号
東京ベイ信用金庫 本店	272-8603	市川市市川 1-23-28	047-703-2115
市川商工会議所	272-8522	市川市南八幡 2-21-1	047-377-1011
鎌ヶ谷市商工会	273-0123	鎌ヶ谷市南初富 6-5-60	047-443-5565
東京ベイ信用金庫 浦安支店	279-0004	浦安市猫実 5-18-16	047-351-2151
浦安商工会議所	279-0004	浦安市猫実 1-19-36	047-351-3000

## ◆松戸年金事務所

名称	郵便番号	住所	電話番号
野田商工会議所	278-0035	野田市中野台 168-1 樺のホール 5階	04-7122-3585
野田市関宿商工会	270-0226	野田市東宝珠花 237-1 いちいのホール 5階	04-7198-0161
キノエネ醤油株式会社	278-0035	野田市中野台 157	04-7125-2151
常南通運株式会社	277-0021	柏市中央町 3-2 TLR 柏ビル 5階	04-7186-7211
柏商工会議所	277-0011	柏市東上町 7-18	04-7162-3311
柏市沼南商工会	277-0924	柏市風早 1-6-16	04-7191-2803
我孫子市商工会	270-1152	我孫子市寿 1-13-27	04-7182-3131
流山商工会議所	270-0164	流山市流山 2-312	04-7158-6111

## ◆木更津年金事務所

名称	郵便番号	住所	電話番号
株式会社前田製作所 千葉工場	299-0107	市原市姉崎海岸 25	0436-61-1161
日東交通株式会社 館山営業所	294-0045	館山市北条 2201-1	0470-22-0111
館山商工会議所	294-0047	館山市八幡 821	0470-22-8330
鴨川市商工会	296-0001	鴨川市横渚 643-2	04-7092-0320
南房総市朝夷商工会	295-0004	南房総市千倉町瀬戸 2294 朝夷行政センター別棟 2階	0470-44-1331

## ◆佐原年金事務所

名称	郵便番号	住所	電話番号
銚子通運株式会社	288-0815	銚子市三崎町 2-2616	0479-22-3116
千葉交通株式会社	286-0033	成田市花崎町 750-1	0476-22-2211
旭市商工会	289-2516	旭市□の 795-6	0479-62-1348
匝瑳市商工会	289-2144	匝瑳市八日市場 12404-1	0479-72-2528
香取市商工会	289-0313	香取市小見川 778-2	0478-82-3307
多古町商工会	289-2241	香取郡多古町多古 2508-1	0479-76-2206