

社会保険 しかが

SOCIAL INSURANCE

2025

秋

Autumn

vol.460

発行 / (一財)滋賀県社会保険協会
大津市馬場3丁目2-25 ワカヤマビル3F
TEL.077-522-3458 FAX.077-522-3424

ホームページはこちら



今月の記事

- 滋賀支部の医療費の状況をお知らせします
- 生活習慣病予防健診を受けましょう
- 社会保険の手続きはオンラインサービスをご利用ください
- 令和6年度 事業実施報告及び決算報告
- 新たに利用券の受付を開始しました!!
- 「海遊館」「ニフレル」の入館引換券等の発行が終了します
- 秋の健康ウォーク開催のご案内
- 『「命の食事」～人生を2倍楽しむ法～』特別講演のお知らせ



〔犬上郡：西明寺 惣門／平安時代、三修上人が仁明天皇の勅命を受けて開いた天台宗の寺で、「湖東三山」のなかで最も北に位置します。戦国時代に荒廃、江戸中期に再興したが、室町時代までは祈願・修行道場として栄えました。〕

次のホームページにおいても、社会保険に関する情報を掲載しております。

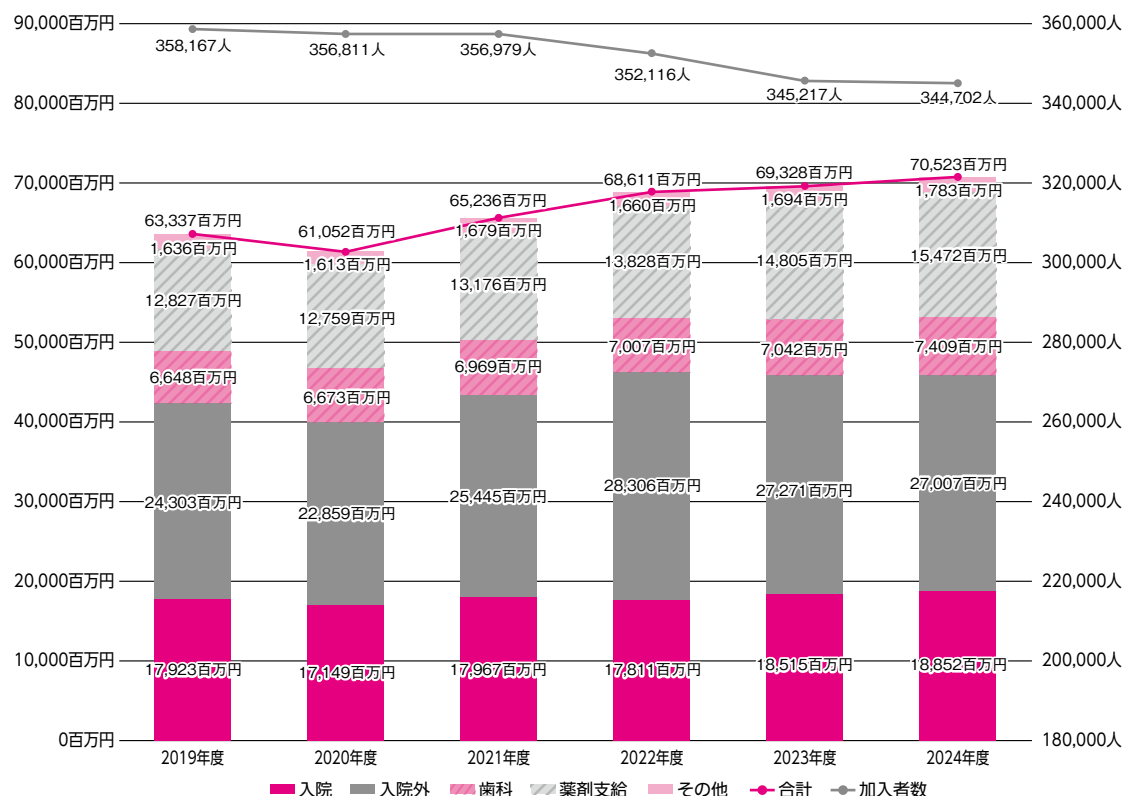
日本年金機構ホームページ <https://www.nenkin.go.jp/>

協会けんぽホームページ <https://www.kyoukaikenpo.or.jp/>

滋賀支部の医療費の状況をお知らせします

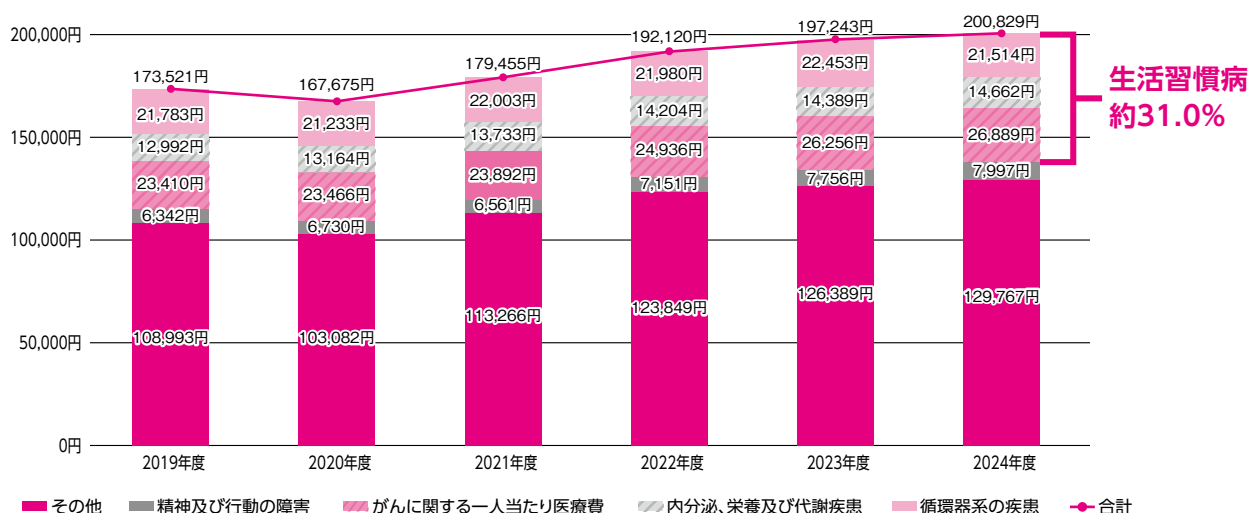
● 滋賀支部加入者の医療費

滋賀支部の加入者は2019年度より約3.8%減少しています。一方で滋賀支部の医療費は年々上昇しており、2019年度より約11.3%増加しています。



● 滋賀支部加入者の疾病分類別一人当たり医療費

滋賀支部の一人当たり医療費は年々上昇しており、2019年度より約15.7%上昇しています。その内、生活習慣病にかかる疾病は、約8.4%伸びており、一人当たり医療費全体の約1/3を占めています。また、精神および行動の障害の医療費が約26.1%伸びています。





医療費が伸びていることは
わかったけど、じゃあ私たちは
何をしたらいいの？

まずは健診を受けましょう！
定期的な健診と検診で健康状態を
チェックし、自分の身体の状態をしっ
かり知ることが、健康維持の
第一歩です。



生活習慣病予防健診を受けましょう

生活習慣病予防健診とは、生活習慣病の発症や重症化の予防を目的として、35歳以上の被保険者（ご本人）に受けていただく健診です。

生活習慣病 予防健診で 調べること

●血圧測定

▶血圧を測り、循環器系の状態を調べます

●尿検査

▶腎臓、尿路の状態や糖尿病等を調べます

●血液検査

▶動脈硬化、肝機能等の状態や糖尿病、
痛風等を調べます

●心電図検査

▶不整脈や狭心症等の心臓に関わる
病気を調べます

胃がん

●胃部エックス線検査

▶食道や胃、十二指腸の状態を
調べます

肺がん

●胸部エックス線検査

▶肺や気管支の状態を調べます

大腸がん

●便潜血反応検査

▶大腸からの出血を調べます

追加健診

（対象者のみ）

※単独受診はできません

●乳がん検診

40歳～74歳の偶数年齢の
女性の方対象

付加健診

（対象者のみ）

※単独受診はできません

40歳、45歳、50歳、55歳、

60歳、65歳、70歳の方

●子宮頸がん検診

36歳～74歳の偶数年齢の女性の方対象

※20歳～38歳の偶数年齢の方は子宮頸がんのみの受診も可

生活習慣病予防健診
（追加健診・付加健診等）の
詳細はこちら



健康診断を受診したら終わりと思っていないですか？

健診受診

生活習慣の改善が必要と
診断されたら…

健康サポート（特定保健指導）

保健師・管理栄養士が
健康づくりをしっかりサポート！

医療機関への受診が
必要と診断されたら…

医療機関への受診

自覚症状がなくても
受診しましょう！



健康づくりサイクルを
まわしましょう！

健康づくりサイクルの
詳細はこちら



異常がない場合でも、
引き続きの健康づくり、
毎年の健診受診を
お願いします！

健康診断は、健康維持の第一歩です。その後の、生活習慣の改善、医療機関への受診が健康を守ります。医療費が伸びている生活習慣病にかかる疾病には生活習慣の改善で防げる病気（糖尿病、高血圧症等）があります。

ぜひ、健診後も協会けんぽのサポートをご活用ください。

事業主の皆さまへ

社会保険の手続きはオンラインサービスをご利用ください

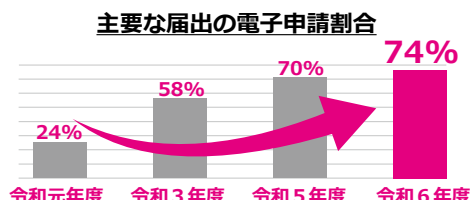
届書の作成から通知書の受け取りまでがオンラインで完結します！

電子申請

○資格取得届や算定基礎届等の社会保険（健康保険・厚生年金保険）手続きを、e-Govやマイナポータルを使って、オンラインで申請・届出できるサービスです。

○主要な届出※の電子申請割合は、令和6年度末に約74%となり、多くの方に利用されています。

※ 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、健康保険被扶養者異動届、国民年金第3号被保険者関係届



① サービスの概要

電子申請の方法は以下の3種類があります。電子申請を行うには、**GビズID^{※1}**または**電子証明書^{※2}**が必要です。

申請方法	概要
届書作成プログラム 無料で簡単に電子申請を始めたい方向け	・日本年金機構のHPから無料でダウンロードできるソフト(届書作成プログラム)から電子申請を行う方法。 ・デジタル庁が発行するGビズIDと組み合わせることで、 無料で電子申請の環境が整う 。 ・電子送付で受け取る被保険者データを取り込むことで、入力項目の一部が予め入力された状態になり、 簡単に電子申請することが可能 。
労務管理ソフトウェア 労務管理ソフトで管理している情報を活用したい方向け	・民間事業者が提供する市販の労務管理ソフトウェアから電子申請を行う方法。 ※ご利用になるソフトによって利用方法が異なりますので、ご利用の労務管理ソフトのHP等をご確認ください。
e-Gov (イーガブ) e-GOV	・e-Gov (デジタル庁が運営している総合的なポータルサイト)から電子申請を行う方法。 ※上記の2つの方法と異なり、届書項目全ての入力が必要。申請方法等の詳細はe-GovのHPをご確認ください。

※1 GビズIDは、デジタル庁が運営している認証サービスです。1つのアカウントで複数の行政サービスにアクセスでき、無料で利用可能です。詳しくはGビズIDのHP(URL: <https://gbiz-id.go.jp>)をご確認ください。

※2 電子証明書は、電子申請の際、申請者が送信するデータが原本であること、改変されていないことを証明するためのもので実印に相当するものです。電子証明書は複数の種類があり、取得方法等は電子証明書を発行する認証局(官公庁または民間)のHP等をご確認ください。

② 電子申請のメリット



いつでもどこでも申請可能
24時間365日オンラインで申請が可能
在宅勤務をしていても、自宅から申請が可能



コスト削減
来所や郵送による申請と比べ、移動に要する時間や交通費、郵送費を削減可能



処理が速い
申請データをそのまま取り込んで処理するため、紙の届出と比べ、処理が速い



申請時のチェック、データ管理が簡単
申請時に不備がないかシステムチェックが可能
処理状況・結果通知をPCで確認でき、データ管理も簡単

■ 実際の事務処理日数

電子申請された届書は、事務処理の日数※が短縮。紙の届書より処理が速い。

資格取得届	平均処理日数	H31.4月(R1)	R6.4月	増減
電子申請		3.3日	0.5日	▲2.8日
紙申請		4.2日	3.2日	▲1.0日

※日本年金機構における届書の受付日の翌日から資格確認までの期間(土日祝日除く)であり、全国健康保険協会におけるデータ連携に要する期間を含まない

■ 電子申請利用中の中小企業の皆様からの声

- ・紙の届書よりも**処理が速く、結果通知も早く届いた**。
- ・**届書作成が楽になった**。紙の届書だと必要事項を全て手書きしなければならず手間だった。
- ・電子申請への切り替えに、**最初は戸惑ったが、慣れれば電子申請の方が楽になった**。
- ・届書の郵送費用や窓口へ提出する際の交通費が掛からなくなった。
- ・手続方法も日本年金機構HPで確認でき、分かりやすかった。
- ・データで管理できるので、ペーパーレス化につながった。



オンライン事業所年金情報サービス

○毎月の社会保険料額や被保険者データ等の**各種情報・通知書**をオンラインで受け取れるサービスです。
一度登録すると、定期的に受け取れます。

オンライン事業所年金情報サービスでこんな情報が受け取れます

名称	概要	メリット
保険料納入告知額・領収済額通知書	社会保険料を口座振替で納付する事業所の、当月の口座振替額と前月の領収済額をお知らせする通知書。	毎月、紙で届く口座振替額・領収済額の通知内容の管理が簡単になります。
社会保険料額情報	月末に納付していただく社会保険料の見込額の情報。	社会保険料額を、毎月20日頃に送付する実際の通知より先に知ることが出来ます。
保険料増減内訳書	保険料の増減に該当する被保険者、増減となった理由及び増減額の情報。	資格取得届等の提出により、前月と当月の社会保険料額に増減が生じた場合に、その理由や対象の被保険者等を知ることが出来ます。
被保険者データ	届書作成プログラム※で簡単に届書を作成するための、事業所情報と被保険者情報のデータ。	社会保険の手続きに必要な一部のデータの入力を省略でき、電子申請の際の手間を省けます。

※ 届書の作成、電子申請が簡単にできるプログラムです。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。

簡単にご登録いただけます！まずはアカウントの取得から

GbizID

＼スマホで簡単、アプリ認証！／

- GbizIDは、1つのID・パスワードで複数の行政サービスにログインできる認証システムで、無料で取得できます。
- 日本年金機構の提供する「届書作成プログラム」と合わせて、申請に掛かる費用が抑えられます。

e-Govアカウントと電子証明書

＼スマートフォンによる認証が難しい方も！／

- スマートフォンによる認証が難しい方は、e-Govアカウントや、Microsoftアカウントを利用して申請することができます。
- 利用可能な電子証明書は**日本年金機構ホームページ**をご確認下さい。



GbizID

検索

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



e-Gov電子申請

検索

<https://shinsei.e-gov.go.jp>

ご利用方法等の詳細は日本年金機構ホームページをご覧ください

- 日本年金機構のホームページには、おおまかな手続きの手順がわかる動画や、操作手順の詳細を記載したガイドブックを掲載していますので、ぜひご活用ください。

日本年金機構 電子申請

検索



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

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

- 電子申請・オンライン事業所年金情報サービスの利用に関するお問い合わせはお電話でもうけたまわります。
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で始まる電話などナビダイヤルをご利用いただけない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：8：30～19：00／第2土曜日：9：30～16：00 ※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。

令和6年度 事業実施報告及び決算報告

会員事業所の皆様には、当社会保険協会の事業運営にご理解とご協力を賜り、誠にありがとうございます。令和7年6月12日に通常理事会、令和7年6月27日に定時評議員会において、令和6年度の事業実施結果並びに収入支出決算関係に関する審議が行われた結果、いずれも原案どおり可決承認されましたのでご報告いたします。

主な事業結果は以下のとおりです。

令和6年度事業実施結果 (令和6年4月1日～令和7年3月31日)

【1】広報活動事業

- 機関紙の発行
年4回「社会保険しが」会員事業所に配布し、社会保険制度の周知、啓発に努めました。
- 協会ホームページを活用し、新着情報を掲載し社会保険制度の周知、啓発や事業等の促進を図りました。

【2】制度の啓発事業

- 社会保険関係の実務に活用できる参考図書として「社会保険の実務」を配布しました。
- 3月に3会場とオンラインを活用した「社会保険事務講習会」を開催しました。

【3】健康づくり啓発事業

- 会員事業所内での体力づくり研修のための専門分野の講師を派遣しました。
- ウォーキング大会(マキノメタセコイヤ並木&枝豆収穫)の開催
- 新体力テスト用器具の貸し出し
- 健康づくりDVDの無料貸し出し

【4】福利厚生事業

協会が契約している優待施設の利用に対して施設利用助成を行いました。
「海遊館」、「ニフレル」、「京都水族館」、京都鉄道博物館、「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発行」



経常増減の部

受取会費	17,501,740
特定資産運用益	111
受取利息	9,253
経常収益計	17,511,104
事業費	8,041,613
管理費	9,221,117
経常経費計	17,262,730
当期経常増減額	248,374

経常外増減の部

経常外収益	0
経常外費用	0
当期経常外増減額	0

当期一般正味財産増減額	248,374
一般正味財産期首残高	19,476,407
一般正味財産期末残高	19,724,781

詳しくは協会ホームページをご覧ください。

新たに利用券の受付を開始しました!!

ナガシマリゾート「ナガシマスパーランド」と「ジャンボ海水プール(9/30まで)」利用券(クーポンコード)の申込み受付中です。(※受付は先着順、申込み方法等の詳細は協会HPをご覧ください。)

「海遊館」「ニフレル」の入館引換券等の発行が終了します

ご利用お急ぎください

滋賀県社会保険協会の会員事業所に勤務されている被保険者とそのご家族を対象として、「海遊館」の入館引換券、「ニフレル」の入館券を発行していましたが、令和8年3月31日をもって入館引換券等の発行が終了します。

ご希望の方はお早めに協会ホームページの「事業のお知らせ」から申込書をダウンロードし、必要事項をご記入いただき、返信用封筒(110円切手貼付)を同封のうえ郵送で(一財)滋賀県社会保険協会まで、お申し込みください。後日、入館引換券等を送付します。



補助施設

●海遊館

(大阪市港区海岸通 1-1-10)

休館日について→

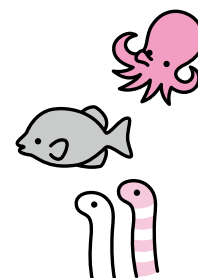


大人 (16歳以上または高校生以上)	2,300円 (通常2,700円)
小学生・中学生	1,200円 (通常1,400円)
幼児 (3歳以上小学生未満)	600円 (通常700円)

●ニフレル

(吹田市千里万博公園 2-1 EXPOCITY 内)

大人 (16歳以上または高校生以上)	1,800円 (通常2,200円)
こども(小・中学生)	900円 (通常1,100円)
幼児 (3歳以上)	500円 (通常650円)



※なお、ニフレルは事前にご負担金を納入していただき、(一財)滋賀県社会保険協会が入館券を購入し、申込者に送付させていただきます。

- ◎年間を通していつでもお申し込みいただけます。
- ◎料金が改正される場合があります。

秋の健康ウォーク開催のご案内

滋賀県社会保険協会HPでご案内中

毎年ご好評いただいています「秋の健康ウォーク」を今年も開催します。健康ウォークに関しての詳細および申込方法については、下記要項をご覧ください。

開催日時 令和7年9月14日(日) 午前10:00

申込期限 令和7年9月8日(月) (先着100名)

集合場所 マキノ駅(雨天決行)
※予定定員は100名、申込多数の場合は先着順

対象者 全行程(約6km)を完歩出来る方

開催コース 「枝豆収穫ウォーク」

その他

- 枝豆畑で枝豆を収穫し、お持ち帰りしていただけます。(無料)
- 「さつまいも掘り」は、諸般の事情により、今年中止とさせていただきます。

当日スケジュール マキノ駅～湖のテラス～百瀬川～
枝豆畑～近江中庄駅
※メタセコイヤ並木～ビックランドを経由するコースは、
滋賀県ウォーキング協会ホームページをご確認ください。

お申込み方法 ①協会けんぽ滋賀支部の

ホームページにアクセス!

協会けんぽ 滋賀 健康ウォーク



主催 NPO法人滋賀県ウォーキング協会

TEL:077-599-4625

②参加申込書をダウンロードし記入する

共催 一般財団法人滋賀県社会保険協会

③申込書を滋賀支部あてFAX送信し、完了!

全国健康保険協会滋賀支部

【申込についてのお問い合わせ】

〒520-8513 大津市梅林1-3-10 滋賀ビル 全国健康保険協会滋賀支部 企画総務グループ
TEL: 077-522-1099 (平日8:30～17:15)

全国健康保険協会滋賀支部に申込みされると、当日参加費は**無料**です。

(一財)滋賀県社会保険協会では、健康事業のひとつとして、会員事業所に勤務されている被保険者とそのご家族を対象に、**滋賀県ウォーキング協会の準会員証**を発行します。その準会員証を提示すれば、令和7年末まで滋賀県ウォーキング協会主催のウォーキング大会参加費が一般参加者**500円**のところを**300円**で参加することができます。

準会員証をご希望の方は、(一財)滋賀県社会保険協会のホームページをご確認ください。



○に文字を入れてください。

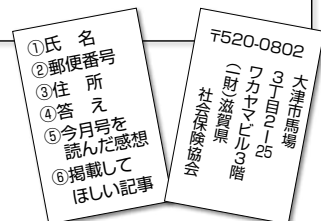
電子申請割合は、令和6年度末に約〇〇%となり、
多くの方に利用されています。

● 応募方法

ハガキに答えをご記入の上、右の宛先までどしどし応募ください。正解者の中から抽選で5名様にクオカードをお送りします。応募締め切りは、9月26日(金) 必着です。前回の答えは[4.6]でした。

たくさんのご応募、ありがとうございました。発表は記念品の発送をもってかえさせていただきます。

〔記念品提供: (一財) 滋賀県社会保険協会〕



「かんたんクイズ」応募時における個人情報の取扱いについて

「かんたんクイズ」応募時にいただきましたお客様の個人情報は、「当選者」の決定及び「記念品」のお引渡しを行うために利用させていただいた後、すみやかに廃棄します。

「かんたんクイズ」に係る個人情報保護に関するお問い合わせは…(一財) 滋賀県社会保険協会 〒520-0802 大津市馬場3-2-25ワカヤマビル3F TEL. 077-522-3458 FAX 077-522-3424

『「命の食事」～人生を2倍楽しむ法～』特別講演のお知らせ

今や2人に1人ががんになり、3人に1人ががんで亡くなる時代です。食生活や生活習慣を見直すことでがんを予防することが必要です。大切な人をがんから守るためのために今できること。それが「命の食事」です。

日 時・会 場

令和7年11月12日(水) 15:00～16:30

栗東芸術文化会館「さくら」中ホール

第60回 滋賀県社会保険委員会大会後の特別講演を視聴していただけます。

後 援：一般財団法人 滋賀県社会保険協会

演 題

「命の食事」～人生を2倍楽しむ法～

講 師

南雲 吉則（ナグモクリニック総院長 医学博士 乳腺専門医）
（プロフィール）

エビデンスに基づく健康法でダイエットとアンチエイジングに成功し、若返り法や健康法に関する著書がベストセラーになる。テレビ東京「主治医が見つかる診療所」等にも出演。



受 講 対 象 者

滋賀県社会保険協会会員事業所にお勤めの方

※滋賀県社会保険委員会加入事業所(社会保険委員)様には、別途9月下旬の滋賀県社会保険委員会大会ご案内時に、委員会大会の出欠に併せて受講受付をさせていただきます。

申 込 方 法

下の「受講申込書」に必要事項を記入の上、FAXにてお申込みください。

FAX 077-522-3424 【申込期間】9月3日(水)～9月16日(火)

定員60名(滋賀県社会保険委員会の会員を除く)1事業所2名まで
先着順で定員になり次第締め切りとします。受付終了は協会ホームページに掲載します。
受講される方には、追って受講証を送付させていただきます。

お 問 合 せ

TEL 077-522-3458（一般財団法人滋賀県社会保険協会）

そ の 他

駐車場は有料となります。公共交通機関のご利用をお願いします。

受 講 申 込 書

ふりがな			
参 加 者 氏 名	①		②
事 業 所 名			
事業所所在地	〒		
連絡可能な電話番号	TEL		

*上記情報は、当協会の特別講演受付業務以外には使用しません。