

社会保険 しかが

SOCIAL INSURANCE

2026

夏

Summer

vol.463

発行 / (一)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

- 社会保険の手続きはオンラインで!
- 「算定基礎届」は7月10日(金)までに提出しましょう
- 健康アクション宣言にエントリーしましょう
- さらなるステップアップ!健康経営優良法人認定を目指しましょう!
- はじまっています!電子申請サービス
- 令和8年度社会保険協会費の納入の御礼
- 令和8年度事業計画および予算が決まりました
- 家庭常備薬等の斡旋のご案内について
- 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ご案内
- 塩・糖・脂トリプルdownレシピ Vol.52…野菜たっぷり!満足ヤムヌア風



〔大津市：名神高速大津サービスエリア(上り)／2013年に恋人の聖地に登録され、ハートの記念碑が設置されました。周辺はフォトライトや木製ベンチがあり、大津市、琵琶湖の夜景を望めます。〕

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/>

社会保険の手続きはオンラインで！

資格取得届や算定基礎届等の社会保険手続きが
届書作成から通知の受け取りまでオンラインで完結します

電子申請

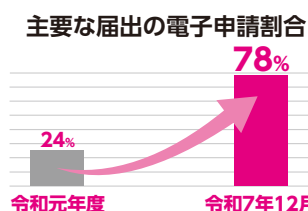
資格取得届や算定基礎届等の社会保険（健康保険・厚生年金保険）手続きを、e-Govやマイナポータルを使って、オンラインで申請・届出できます。

主要な届出※の電子申請利用割合は、令和7年末に78%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

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・通知書を一度登録すると、定期的にオンラインで受け取れます。



まずはアカウントの取得から、登録は簡単

A 「GビズID」 スマホで簡単、アプリ認証！

- ・複数の行政サービスで使える無料のIDです。
- ・届書作成プログラムと併せて利用すると、申請の手間と費用を抑えられます。



GビズID

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

B 「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！

- ・e-GovアカウントやMicrosoftアカウントも利用できます。
- ・利用できる電子証明書の詳細は日本年金機構ホームページをご確認ください。



e-Gov電子申請

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

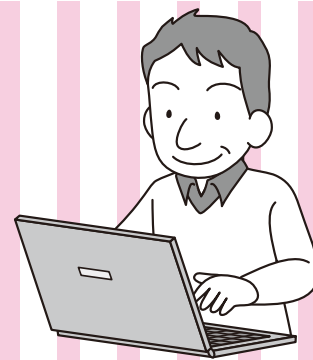
オンライン事業所年金情報サービスのメリット

オンライン事業所年金情報サービスは、受け取るデータによって様々なメリットがあります。

メリット	名 称	概 要
毎月の口座振替額・領収済額をオンラインで確認、データで管理	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
社会保険料の金額を、紙の通知より先に把握	社会保険料額情報	月末に納付する社会保険料の見込額の情報
前月からの保険料の増減理由や対象者が確認可能	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
一部のデータの入力を省略でき、スムーズな申請が可能	被保険者データ	届書作成プログラム※1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

※1 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。

「算定基礎届」は 7月10日(金)までに 提出しましょう。



提出期間 令和8年7月1日(水)から7月10日(金)まで

提出方法 電子申請 または 郵送

照会先 ねんきん加入者ダイヤル

毎年1回、7月1日現在におけるすべての被保険者（社会保険に加入している従業員）の標準報酬月額を決定するために、「算定基礎届」をご提出いただいています。この「算定基礎届」により決定された標準報酬月額は、原則として1年間（9月から翌年8月まで）固定され、納めていただく保険料の計算や、将来受け取る年金額等の計算の基礎となるものです。

1 「電子申請」による提出

【提出物】

- (1) 被保険者報酬月額算定基礎届70歳以上被用者算定基礎届（CSVファイル）
- (2) 被保険者報酬月額変更届70歳以上被用者月額変更届※（CSVファイル）

※令和8年7月随時改定者がいる場合のみ

【手続き方法1（GbizIDを利用する場合）】2ページ①を参照

【手続き方法2（e-Govを利用する場合）】2ページ②を参照

2 「届出用紙」による提出

【提出物】

- (1) 被保険者報酬月額算定基礎届70歳以上被用者算定基礎届
- (2) 被保険者報酬月額変更届70歳以上被用者月額変更届（令和8年7月随時改定者がいる場合のみ）

ご不明な点がございましたら「ねんきん加入者ダイヤル」へお問い合わせください。

お問い合わせは「ねんきん加入者ダイヤル（事業所、厚生年金加入者向け）」へ



ナビダイヤル®

0570-007-123

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。

050で始まる電話からおかけになる場合 [東京] 03-6837-2913

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。

協会けんぽに加入の皆様へ～お知らせ～

『健康アクション宣言』から始まる健康経営 健康アクション宣言にエントリーしましょう

健康アクション宣言※1は、事業所全体で健康づくりに取り組むことを事業主の皆様に宣言いただき、協会けんぽがサポートするサービスです。従業員とご家族の健康を守るだけでなく、企業の生産性やイメージを向上させる健康経営を始めましょう。

※1 健康アクション宣言は、協会けんぽ滋賀支部に加入の事業所が対象です。

健康経営とは？ どんなメリットがありますか？

健康経営※2とは、従業員の健康を経営上の財産と捉え、積極的に従業員の健康づくりをサポートすることで企業の成長を目指す経営スタイルのことです。従業員の健康状態が良くなれば、働く意欲が高まり、欠勤率や離職率も低くなるといったメリットだけでなく、ブランド力の強化や人材の採用力があがるといった効果も期待できます。

※2 健康経営®はNPO法人健康経営研究会の登録商標です。

協会けんぽが御社の健康経営をサポートします

協会けんぽ滋賀支部（以下、滋賀支部）では、健康経営に取り組む事業主の皆様が従業員の健康づくりに取り組みやすいよう、「健康アクション宣言」を通して様々なサポートを行っています。

健康アクション宣言のエントリーは簡単です

エントリーに条件や費用の発生はございませんので、まずは健康アクション宣言へエントリーしてみましょう！

滋賀支部ホームページから
エントリーシートを
ダウンロード

1. 



エントリーシートの取組項目を
チェックのうえ、事業所・担当者様の
情報をご記入ください

2.

滋賀支部へ、FAX送信
またはご郵送ください

3. エントリー完了！

協会けんぽから「宣言ボード」・「宣言証」などが届きます。

宣言ボード (A3サイズ)

ポスターのように使えるので、社内掲示にピッタリです。
社員に自社の健康づくりの目標を知ってもらえます。



協会けんぽ 滋賀支部
健康宣言部長「石田 三成」
©さかなこうじ/新潮社



宣言証 (A4サイズ)

玄関などに飾って社外に
アピールできます。

滋賀県、滋賀労働局も連名になっています

ステッカー

会社の玄関ドアなどに貼ることで健康経営に取り組む会社であることが一目で分かります。

さらなるステップアップ! 健康経営優良法人認定を目指しましょう!

健康経営優良法人認定制度とは?

経済産業省が制度設計を行い、日本健康会議が認定する制度で、『従業員の健康管理を経営的な視点で考え、戦略的に取り組んでいる法人』として社会的に評価を受けることができる環境を整備することを目標としています。認定を受ければ、社外へのアピールだけでなく、健康経営優良法人向けに、自治体や金融機関等においてさまざまなインセンティブを受けることができます。



経済産業省HP

健康経営優良法人の認定を受けると?

- 1 ロゴマークを名刺やホームページに掲載することで、社外に「従業員を大切にしている会社」とアピールできます。



- 2 人材採用においても、「従業員の健康管理を行っている事業所」として求職者にアピールできます。

- 3 健康経営優良法人や健康経営に取り組む事業所向けに、国でも様々なインセンティブが設けられています。

はじまっています! 電子申請サービス

4ステップで
簡単申請!

STEP
1

協会けんぽホームページまたはスマートフォンの方は、
右記二次元コードからログイン

もしくは、「協会けんぽ 電子申請」で検索!

協会けんぽ 電子申請

検索



サービス提供時間
平日8:00~21:00

STEP
2

申請したい申請書を選択

STEP
3

マイナンバーカードを読み取る

STEP
4

入力フォーマットに必要事項を入力し、
添付書類は電子ファイルをアップロード

申請手続き完了!



—電子申請サービスのメリット—

- 郵送する手間や時間、費用が削減できる!
- システムチェックにより記載漏れのミスを防止できる!

電子申請について
詳しくはこちら



令和8年度社会保険協会費の納入の御礼

令和8年度社会保険協会費につきまして納入のご理解とご協力を賜り厚く御礼申し上げます。

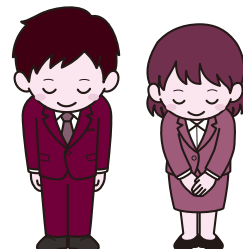
令和7年度の事業結果並びに決算報告につきましては、6月の定時評議員終了後、当協会ホームページ及び「社会保険しが秋号」でご報告させていただきます。

ご納入いただきました協会費は、令和8年度社会保険制度の普及啓発、会員事業所の皆様へ福利厚生等の更なる充実のために活用させていただきます。

当協会は会員事業所様からの会費のみで運営しています。今後とも当協会の事業にご理解とご賛同をいただきますようお願い申し上げます。

「納め忘れのない口座振替のご案内」

次年度（令和9年度）以降の「口座振替」をご希望される場合は、「口座振替依頼書」を当協会からお送りしますのでご連絡ください。



令和8年度事業計画および予算が決まりました

令和8年3月18日に理事会を開催し、令和8年度事業計画及び予算案について審議され承認されました。令和8年度も引き続き当協会の事業にご理解とご協力をお願いします。

〈主な事業内容〉

○社会保険制度の普及並びに啓発事業の推進

- ・広報誌「社会保険しが」を年4回(3・6・9・12月)発行
- ・新規適用事業所、新任事務担当者等を対象とした事務説明会等を支援
- ・各種講習会を支援
- ・事務担当者に好評の参考図書「社会保険の実務」を送付…6月

○健康づくり事業の推進

- ・企業内研修等へ講師(保健体育専門員)の無料派遣
- ・新体力テスト測定機器の無料貸出
- ・健康づくりDVDの無料貸出
- ・健康ウォーキング大会の開催(参加費 無料:事前にご案内します)
- ・事業所(グループ可)でのウォーキングのお手伝い
- ・準会員証の発行(滋賀県ウォーキング協会主催の例会に「300円」で参加が可能)
- ・温泉等優待割引事業の実施

○事業主、被保険者等へのサービス

- ・施設利用会員証の発行(年間)
- ・家庭用常備薬等の斡旋 FAXまたはWebでの申し込み(6月と12月)
- ・「温泉(下呂・長良川)宿泊助成券(500円券)」の発行
- ・観劇等の斡旋(随時)
- ・「京都水族館」・「京都鉄道博物館」の前売割引入場券の発行
- ・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発行
- ・「滋賀レイクスターズ」ホームゲーム観戦チケットプレゼント
- ・ナガシマリゾート・クーポンコードの発行
- ・なんばグランド花月 指定席予約引換券の斡旋
- ・防災対策グッズの斡旋(随時)
- ・がんの一次スクリーニング検査「線虫N-NOSE」の斡旋

○滋賀県社会保険委員連合会への支援

- ・滋賀県社会保険委員連合会事業等への支援

令和7年度収支決算報告は、6月末に開催する理事会、評議員会において審議されるため承認後に滋賀県社会保険協会ホームページに掲載し報告させていただきます。

令和8年度予算額

事業活動収入	当年度	前年度
会 費 収 入	16,709,000	17,083,000
寄 付 金	1,000	1,000
雑 収 入 等	41,000	4,000
事業活動収入計	16,751,000	17,088,000

事業活動支出	当年度	前年度
事 業 費 支 出	8,705,680	9,255,680
管 理 費 支 出	9,537,320	9,282,320
事業活動支出計	18,243,000	18,538,000

当期収支差額	-1,492,000	-1,450,000
--------	------------	------------

滋賀県社会保険協会のホームページを参照
<https://www.shiga-shahokyo.or.jp>



家庭常備薬等の斡旋のご案内について

今回の夏号も、季節商品、お薬を中心に買い求めやすい価格でご案内させていただきます。さらに、斡旋好評につき今回も特価品(今回限りのお得な価格)商品も掲載しておりますのでぜひご利用ください。

令和8年度1回目のご案内となります。次回は令和8年冬号(12月上旬)のご案内を予定しております。

対象者 会員事業所に勤務されている被保険者、並びにご家族の皆様

申込書配付 従業員の皆様に申込書の配付をお願い致します。※申込ご希望者様お一人につき1枚の申込書が必要となります。(足りない場合は申込書をコピーしていただくか、下記の注文取次ぎ先までご連絡ください。)

申込締切日 商品のお届け **紙** ①1回目締切日 令和8年7月15日(水)必着 →1回目商品のお届け日 令和8年8月中旬頃
②2回目締切日 令和8年7月31日(金)必着 →2回目商品のお届け日 令和8年8月下旬頃

WEB ③1回目締切日 令和8年7月15日(水) 23:59まで →1回目商品のお届け日 令和8年8月上旬頃
④2回目締切日 令和8年7月31日(金) 23:59まで →2回目商品のお届け日 令和8年8月中旬頃

◎申込締切日以降は次回12月(予定)のご斡旋をご利用ください。

「斡旋申込取りまとめ書」にお届け先のご住所等を記入いただき、お集めいただきました申込書と一緒に返信用封筒にて注文取次ぎ先にお送りください。 ※取りまとめいただく際、集計は必要ありません。

商品のお届け 申込書毎(個人毎)に、袋詰めをしてお届けいたします。

支払方法 購入商品お届けの際に、「お申込者様のお名前・購入金額を明記した用紙」と、お申込み合計金額(お申込者様の合計金額)を記入した「振込用紙(コンビニ・郵便局用)」が同送されますので、事業所様でおまとめいただきお振込みください。
※振込手数料は不要です。

※電話・FAXでのお申込はご遠慮ください。※納品後、商品の過不足・不良品、などのお問い合わせは、下記の注文取次ぎ先へご連絡ください。

注文取次ぎ先 〒578-0954 東大阪市横枕12番19号
(お問合せ先) 白石薬品株式会社 大阪営業部 一般財団法人滋賀県社会保険協会 係 【TEL】072-961-7471



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

東京ディズニーランド®/東京ディズニーシー®のパークチケットの購入時にご利用いただける利用券です。

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ご案内(令和8年度)

(一財)滋賀県社会保険 会員様のご利用方法

【利用対象者】当協会に加入事業所様(令和8年度社会保険協会費納入済み)の事業所、被保険者及びそのご家族の皆様。

【利用期間】令和9年3月31日(「利用券」を利用してチケットを購入できる期間)※2ヵ月先同日までのチケット購入が可能です。

【利用方法】東京ディズニーランド、東京ディズニーシーのパークチケット購入時に、利用券に記載された助成金額を差引かれ利用いただけます。

【助成金額】1人1枚利用で、1,000円の割引を受けることができます。

枚数に限りがありますので、事業所規模(令和8年度社会保険協会費の被保険者数に基づく)に応じて事業所単位で上限枚数を設定させていただきます。 ※詳細は当協会ホームページをご覧ください。

【配布予定枚数】250枚 ※配布予定枚数に達し次第、終了となりますのでご了承ください。

【申込方法】当協会ホームページから「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申込書」を取得し必要事項を記入のうえ、FAX(077-522-3424)でお申込みください。

詳しくはこちら



公式東京ディズニーリゾート®
コーポレートプログラム 検索

お問い合わせはこちら

<https://www.tokyodisneyresort.jp/info.html>

※写真・イラストはイメージです。 © Disney © Disney/Pixar



○東京ディズニーリゾートのお得なパスポート、ディズニーホテル宿泊割引もご利用いただけます。

○「ナガシマスパーランド」と「ジャンボ海水プール(7/11~9/28)」の優待を開始します。利用期間、申込方法等の詳細は当協会ホームページをご覧ください。

塩・糖・脂

トリプルdown

レシピ

ラクうま!

野菜たっぷり! 満足ヤムヌア風

生活習慣病予防のために、取り過ぎには気を付けたい「塩分」「糖分」「脂質」の3つを同時にケアするレシピ。手軽に作れて、あなたの健康づくりをサポートします!

塩・糖・脂downのポイント

スマホでも
見られる!

■塩(食塩相当量) 1.3g
 ■糖(糖質) 11.9g
 ■脂(脂質) 11.2g
 ■エネルギー 219kcal
 ※すべて1人分

材料(2人分)

- 豚ロース薄切り肉 150g
- セロリ(茎) 1/2本
- きゅうり 1本
- たまねぎ 1/4個
- トマト 1個
- A 鶏がらスープの素(顆粒) 小さじ1
- レモン果汁 大さじ1
- しょうゆ 小さじ1
- 砂糖 小さじ2
- サラダ油 小さじ1
- にんにく(すりおろし) 1/2片分



作り方

①調理時間10分

- 1 セロリは斜め薄切り、きゅうりは縦半分に切って斜め薄切り、たまねぎは薄切り、トマトは一口大に切る。
- 2 豚肉は脂身を取り除き、熱湯で30秒ゆでて火を止め、2分ほどそのままにした後、ざるに上げて冷ます。
- 3 ボウルにAを入れて混ぜ、ドレッシングを作る。
- 4 ③に①と②を加えて全体をあえ、器に盛る。

健康
食材豚
ロ
ー
ス
肉

豚肉には、筋肉や皮膚などをつくるもとになるたんぱく質のほか、たんぱく質の代謝を助けるビタミンB群が多く含まれています。中でも特に「ビタミンB₁」が豊富で、糖質の代謝を助け、疲労回復にも効果が期待できます。



○に文字を入れてください。

郵送する手間や時間、費用が削減できるサービスは?

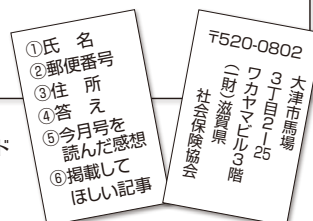
○○○○サービス

●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ご応募ください。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、7月17日(金)必着です。前回の答えは[65万円]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ワカヤビル3F TEL 077-522-3458 FAX 077-522-3424