

SHINPU

社会保険新報

2024.9

No.887



日比谷公園 (千代田区)

1903（明治36）年に開園した日本初の洋風公園。東京ドーム約4個分の広さを誇り、ツツジ、ハナミズキ、イチョウ、ウメ等、四季の植物が園内を彩ります。シンボルでもある大噴水（写真）をはじめ、広場や池、花壇などの見どころも多く、2024（令和6）年9月には「芝庭広場」もオープン。ビジネス街に広がる憩いのスポットです。

INDEX

- 協会けんぽ東京支部 「資格情報のお知らせ」の送付（P2） 出産育児一時金（P2） 出産手当金（P3）
- 日本年金機構 年金の繰上げ・繰下げ受給（P4） 老齢厚生年金の支給調整（P5） 育児休業等期間中の保険料免除（P5）
- フィオーレ健診クリニック 特定保健指導（P6）
- 東京社会保険協会 講習会 年末調整の基礎知識 オンライン ①マイナンバーカードを使ってみよう ②健康保険の給付の手続き／
期間限定特典 横浜・八景島シーパラダイス（P7） 東京社会保険協会 新規入会案内（P8）
季節の変わり目に防災グッズを見直そう（P8）

協会けんぽ 東京支部 からの **お知らせ**

令和6年9月に「資格情報のお知らせ」をお送りしています

令和6年12月2日の保険証の新規発行終了に伴い、協会けんぽでは、保険証の利用登録を行ったマイナンバーカード（以下、マイナ保険証）の利用を推進しています。加入者の皆様に安心してマイナ保険証を利用していただけるよう、**令和6年9月9日以降順次**、事業所を通じて「資格情報のお知らせ」をお送りしています。

「資格情報のお知らせ」とは？



- 加入者ご自身の健康保険の資格情報（健康保険の記号・番号等）が確認できます。
- オンライン資格確認システム^{*}を導入していない医療機関等でも、マイナ保険証と併せて受診できます。^{*}健康保険の資格情報等が確認できるシステムです。

送付対象者：協会けんぽ加入者全員（令和6年6月7日（金）時点の加入者）

※健康保険法第3条第2項に規定される日雇特例被保険者およびその被扶養者を除きます。

※令和6年6月10日（月）以降の加入者は、令和7年1月下旬以降にお送りします。

協会けんぽマイナンバー専用ダイヤル：0570-015-369

開設時間：8時30分～17時15分（土日祝日を除く）

マイナ保険証、オンライン資格確認、資格情報のお知らせや資格確認書等については、上記ダイヤルにお問い合わせください。

子どもが生まれたとき **出産育児一時金**

被保険者や被扶養者が出産したとき、出産育児一時金として1児につき**50万円**（令和5年3月31日以前の出産は42万円）が支給^{*}されます。妊娠4か月（85日）以上の早産・死産・流産等や海外での出産も対象となります。

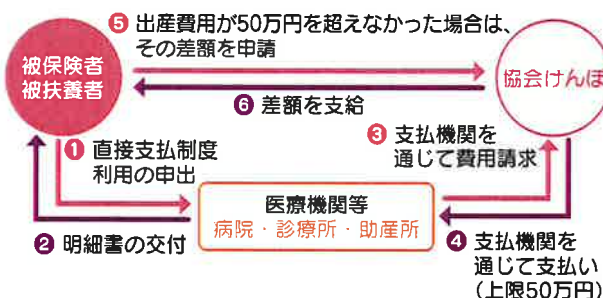
※産科医療補償制度の対象とならない場合は、1児につき48万8千円（令和5年3月31日以前の出産は40万8千円）が支給されます。

制度の詳細は

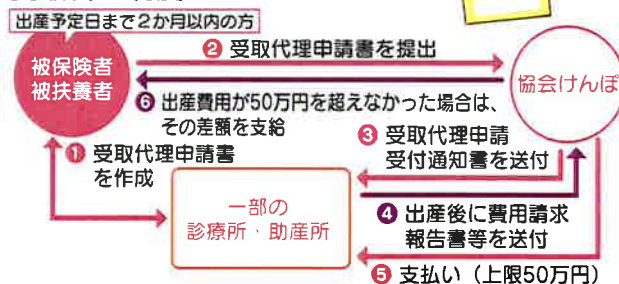


支給の流れ

直接支払制度



受取代理制度



直接支払制度および受取代理制度のどちらも利用しない場合は、出産後に被保険者から協会けんぽへ申請書を提出することにより支給されます。

海外で出産した場合、添付書類が必要です。詳細は、こちらからご確認ください。



協会けんぽ以外の健康保険に加入されている方は、加入先の健康保険組合等にお問い合わせください。

▶ このページの記事の内容に関するお問い合わせは、協会けんぽ東京支部（TEL 03-6853-6111）まで

協会けんぽ 東京支部 からの **お知らせ**

出産のために仕事を休んだとき 出産手当金

被保険者が出産のために仕事を休み、事業所から十分な報酬が受けられないときに、出産手当金が支給されます。

制度の詳細は



支給の流れ

出産のため
仕事を休んだ

出産手当金支給申請書
に医師または助産師と
事業主の証明を受け、
協会けんぽに提出

協会けんぽで
書類内容の審査
※不備があると書類を
お戻しする場合があります。

審査完了後、
支給



支給期間はいつからいつまで？

「出産日（出産日が予定日後のときは出産予定日）以前42日（多胎妊娠の場合は98日）」から「出産後56日」までの範囲で支給されます。出産日は出産日以前の期間に含まれます。

❁ 出産予定日または出産予定日より早く出産した場合



❁ 出産予定日より遅れて出産した場合



支給金額はいくら？

1日当たりの支給金額は、【支給開始日以前の直近の協会けんぽの被保険者期間で継続した12か月間の各月の標準報酬月額を平均した額】÷30日×2/3 で計算します。

被保険者期間が12か月間に満たない場合は、②と①を比べて少ないほうの額を使用して計算します。

- ② 支給開始日以前の直近の協会けんぽの被保険者期間で継続した各月の標準報酬月額の平均額
- ① 当該年度の前年度9月30日における全被保険者の同月の標準報酬月額の平均額（支給開始日が平成31年4月1日以降の場合は30万円）



申請書はいつ提出すればいいの？

出産後の期間が経過してから提出してください。ただし、出産前分と出産後分等に分けての提出は可能です。

産前産後期間については



退職などで資格を喪失した後でも受け取れるの？

次の①～③の要件をすべて満たす場合のみ、退職後も引き続き出産手当金の支給を受けることができます。

- ① 資格を喪失した日の前日（退職日等）まで、1年以上（任意継続被保険者期間は除く）継続して被保険者であること。
※被保険者期間には、協会けんぽや健康保険組合の加入期間は含みますが、国民健康保険等は含みません。
※任意継続被保険者は、資格喪失後の給付として支給される場合を除き、出産手当金は支給されません。
- ② 資格を喪失した日の前日（退職日等）に出勤していないこと。
- ③ 資格を喪失した日の前日（退職日等）が出産手当金の請求可能期間中であること。



協会けんぽ以外の健康保険に加入されている方は、加入先の健康保険組合等にお問い合わせください。

▶ このページの記事の内容に関するお問い合わせは、協会けんぽ東京支部 (TEL 03-6853-6111) まで



年金の繰上げ・繰下げ受給

老齢基礎年金と老齢厚生年金は、原則として65歳から受け取ることができますが、希望すれば、**60歳から65歳になるまでの間に繰り上げて減額された年金**を受け取ることや、**66歳から75歳までの間で繰り下げて増額された年金**を受け取ることもできます。



繰上げ受給

- 60歳から65歳になるまでの間に繰り上げて年金を受給
- 請求時点（月単位）に応じ、年金額は生涯にわたり減額【最大24%】（※1）
（※1）昭和37（1962）年4月1日以前生まれの方は、ひと月当たりの減率額0.5%（最大30%）となります。

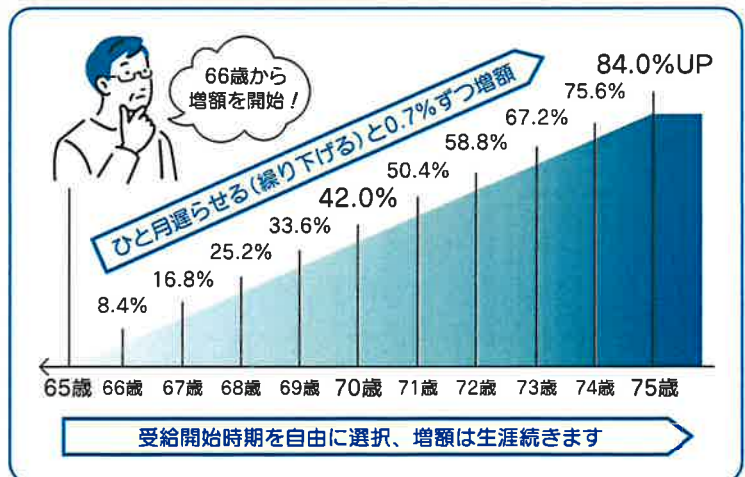
例 繰上げ請求減額率 昭和37年4月2日以降生まれの方（ひと月当たりの減率額0.4%）【最大24%】

請求時の年齢	0か月	1か月	2か月	3か月	4か月	5か月	6か月	7か月	8か月	9か月	10か月	11か月
60歳	24.0%	23.6%	23.2%	22.8%	22.4%	22.0%	21.6%	21.2%	20.8%	20.4%	20.0%	19.6%
61歳	19.2%	18.8%	18.4%	18.0%	17.6%	17.2%	16.8%	16.4%	16.0%	15.6%	15.2%	14.8%
62歳	14.4%	14.0%	13.6%	13.2%	12.8%	12.4%	12.0%	11.6%	11.2%	10.8%	10.4%	10.0%
63歳	9.6%	9.2%	8.8%	8.4%	8.0%	7.6%	7.2%	6.8%	6.4%	6.0%	5.6%	5.2%
64歳	4.8%	4.4%	4.0%	3.6%	3.2%	2.8%	2.4%	2.0%	1.6%	1.2%	0.8%	0.4%

繰下げ受給

- 66歳から75歳（※2）になるまでの間に繰り下げて年金を受給
（※2）昭和27（1952）年4月1日以前生まれの方（または平成29（2017）年3月31日以前に老齢基礎（厚生）年金の受給権が発生している方）の繰下げの上限年齢は70歳（受給権発生から5年後）までです。
- 請求時点（月単位）に応じ、年金額は生涯にわたり増額【最大84%】（※3）
（※3）昭和27（1952）年4月2日以降生まれの方が対象です。なお、障害年金や遺族年金の受給権がある場合は、増額されないことがあります。

- 繰下げを希望して65歳時点では年金を請求しなかった場合でも、実際の年金の請求時に繰下げの申し出をせずに65歳時点の本来の年金をさかのぼって請求し、最大5年前までの年金を一括して受け取ることも可能です。
- 令和5年4月の制度改正により、70歳到達後に繰下げの申し出をせずにさかのぼって本来の年金を受け取ることを選択した場合でも、請求の5年前の日に繰下げの申し出があったものとみなし、増額された年金の5年間分を一括して受け取る（特例的な繰下げみなし増額制度）ができるようになりました。



年金の繰上げまたは繰下げ受給を希望される場合は、お近くの年金事務所にご相談ください

詳細は 日本年金機構 繰上げ繰下げ 検索 に掲載しています。



働きながら年金を受給 老齢厚生年金の支給調整

会社員等の厚生年金保険に加入していた方が受給する老齢厚生年金は、次のような場合に支給額が調整されます。なお、厚生年金基金に加入したことがある方は、基金の年金（代行部分）も含めて調整されます。

在職老齢年金

働きながら（厚生年金保険に加入）老齢厚生年金を受給している60歳以上の方は、基本月額と総報酬月額相当額を合計して50万円を超える場合、老齢厚生年金の月額が**50万円を超える部分の2分の1が支給停止**（下表参考）されます。また、70歳以上の方が在職中（厚生年金保険に加入する程度の勤務）に老齢厚生年金を受給する場合は、60歳以上70歳未満の方と同様に支給調整されますが、厚生年金保険の被保険者ではないため、厚生年金保険料の負担はありません（事業主からの届出が必要）。



老齢厚生年金 の支給調整

基本月額＋総報酬月額相当額	支給額（月額）
50万円以下	支給停止はありません
50万円超	基本月額－（基本月額＋総報酬月額相当額－50万円）÷2

●基本月額：加給年金額を除いた老齢厚生（退職共済）年金（報酬比例部分）の月額

●総報酬月額相当額：（その月の標準報酬月額）＋（その月以前1年間の標準賞与額の合計）÷12

※70歳以上の方の場合、標準報酬月額は「標準報酬月額に相当する額」、標準賞与額は「標準賞与額に相当する額」となります。

雇用保険と老齢厚生年金の調整

60歳以上65歳未満で老齢厚生年金を受給している方がハローワークで求職の申し込みをしたときは、雇用保険の基本手当（船員保険の失業保険金を含む）の受給に関係なく、老齢厚生年金が一定期間、**全額支給停止**（加給年金を含む）されます。60歳以上65歳未満で老齢厚生年金を受給しながら在職（厚生年金保険に加入）している方が高年齢雇用継続給付を受けるときは、在職による年金の支給停止に加え、年金の一部（標準報酬月額の6％を限度とする額）が支給停止となります。詳しくは、日本年金機構ホームページ ▶ 雇用保険と年金の調整 でご確認ください。

詳細は 日本年金機構 在職老齢年金 検索 に掲載しています。

3歳未満の子を養育するとき 育児休業等期間中の保険料免除

育児・介護休業法による満3歳未満の子を養育するための育児休業等（育児休業および育児休業に準ずる休業）期間について、被保険者が事業主へ育児休業等の申し出を行い、事業主が「**育児休業等取得者申出書**」を日本年金機構へ提出することにより、**被保険者と事業主の両方の負担が免除**されます。なお、この免除期間中は、被保険者の将来の年金額を計算する際には、保険料を納めた期間として扱われます。



手 続 き	被保険者は、育児休業等の取得または延長について事業主へ申し出る ⇒ 事業主は「育児休業等取得者申出書」を日本年金機構へ提出する
提出期間	被保険者が育児休業等を取得または延長したとき（被保険者の育児休業等期間中または育児休業等の終了日から起算して1か月以内）
提 出 先	事務センターまたは管轄の年金事務所
提出方法	電子申請、郵送、窓口持参（年金事務所のみ）

産前産後休業期間中の保険料免除については、日本年金機構ホームページやWEB版『社会保険新報』2024年3月号等に掲載しています。

詳細は 日本年金機構 育児休業等 保険料 検索 に掲載しています。

東京社会保険協会 フィオーレ健診クリニック からのお知らせ

受けないなんて、もったいない！ 特定保健指導をご利用ください

特定保健指導は、40～74歳の方を対象として、**メタボリックシンドローム**の予防や解消のために、専門スタッフ（保健師や管理栄養士）が無料で直接サポートする仕組みです。

フィオーレ健診クリニックでは、健診当日に保健指導を受けることができます。（ご加入の健康保険組合との契約内容により実施）健診を受診したその日に、ご自身の健康に関する疑問や不安を専門スタッフにご相談ください。

特定保健指導の内容

STEP 1

目標とプランを設定
〔20分程度〕

専門スタッフとの個別面談により、生活習慣改善のための目標とプランを立てます（初回面談）。健診結果と日常生活の様子から、一人ひとりに寄り添ったオーダーメイドのプランをご提案します。



一緒に目指そう！
腹囲2cm・体重2kg減

- ◆ 食事は野菜から食べる
- ◆ エスカレーターではなく階段を使う
- ◆ 休肝日をつくる etc.

「これならできそう」を選択

STEP 2

プランの実践
〔3か月以上〕

動機付け支援*の方

ご自身でプランを実践！



積極的支援*の方

専門スタッフが継続的なサポートを行います。サポート方法は、電話・手紙・メール・面談から選択いただけます。



* 健診結果に基づいて、動機付け支援・積極的支援にレベル分け（階層化）されます。[判定基準はコチラ](#)

STEP 3

目標達成状況の確認
〔3か月～6か月後〕

初回面談で設定した目標やプランの達成状況を専門スタッフが確認します。実施方法は、電話・手紙・メール・面談から選択いただけます。



2024年度よりアウトカム評価が導入されました

特定健診・特定保健指導は2024年度から第4期がスタートしました。第4期では、特定保健指導によって成果がどれだけ得られたかを評価する「アウトカム評価」が導入されています。アウトカム評価の主要達成目標は「腹囲2cm・体重2kg減」となっており、初回面談から3か月以上経過後に目標を達成した場合、特定保健指導は終了となります。また、腹囲2cm・体重2kg減を達成していなくても、腹囲1cm・体重1kg減や生活習慣病予防につながる行動変容が認められた場合は、成果として評価されます。

フィオーレ健診クリニック

保育室完備

「東新宿」駅A2出口から徒歩1分

健診予約専用ダイヤル 03-5287-6211

【電話受付時間】月～金曜日（祝日を除く） 9：00～17：00
土曜健診実施日 9：00～12：00

❖ 健康診断についての詳細は、ホームページ <https://www.k-fiore.jp> をご覧ください。

会場型講習会

実務担当者向け

年末調整の基礎知識

年末調整の重要性や手続き方法をわかりやすく解説し、適切な申告のためのポイントを紹介します。

日時 **11月22日(金)** 14時～16時

会場 損保会館（千代田区）

費用 会員 **無料** [一般 15,000円]

申込締切 **9月30日(月)** 15時

定員 **150名**

講師 東京国税局 新宿税務署 職員

- 抽選の際は、会員を優先します。
- 申込結果等は、講習会実施日の1週間前までに、ご登録のメールアドレスまたは郵送にてご連絡します。
- 複数名参加希望の場合は、それぞれお申し込みください。

講習会・セミナー

会場型講習会

オンラインライブセミナー

第1部

マイナンバーカードを
使ってみよう

講師 特定社会保険労務士 小林 元子
(がんこ社労士事務所)

第2部

健康保険の給付の手続き

講師 全国健康保険協会 東京支部 職員

日時

11月5日(火)

13時30分～16時15分

※2部制ですが、
どちらか一方の
受講も可能です。

費用

無料

会場受講

【会場】東京トラック事業健保会館
(千代田区)

【定員】150名

【申込締切】**10月4日(金)** 15時

Zoom

ライブ配信 **見逃し配信等はありません**

【申込期間】**10月初旬～開催日当日**

- 会場受講は、定員に達した場合、抽選となります。
- 詳細は、ホームページでご確認ください。

講習会・セミナー

オンラインライブセミナー

期間限定特典

秋の感謝月間

横浜・八景島シーパラダイス



恒例の「秋の感謝月間」を今年も実施しています。期間中は、入園チケットが特別割引となるほか、この季節ならではのイベントやアトラクションをお得に楽しめます。家族や友人とのレジャーなどにぜひご活用ください。絶好の機会をお見逃がしなく！

期 間 **10月31日(木)** まで

料 金 ※幼児：4歳～未就学児／シニア：65歳以上

アクアリゾートパス (水族館4施設パス)

大人・高校生	3,500円 ▶ 2,800円
小・中学生	2,200円 ▶ 1,700円
幼 児	1,200円 ▶ 850円
シニア	3,000円 ▶ 2,400円

ワンデーパス (水族館4施設+アトラクション)

大人・高校生	5,700円 ▶ 4,800円
小・中学生	4,100円 ▶ 3,400円
幼 児	2,400円 ▶ 2,000円
シニア	4,100円 ▶ 3,400円

利用方法

ホームページ【会員限定ページ】に掲載の割引券をダウンロードし、アクアミュージアム1階チケット売り場にてチケット購入時にご提出ください。

※本券1枚で5名まで有効。

※割引券内の注意事項をご確認ください。

会員特典

期間限定特典

レジャー施設



詳細はホームページをご覧ください

<https://www.tosyakyō.or.jp/>

東京社会保険協会

会員事業課 ☎03-5292-3596



東京社会保険協会 新規入会のご案内



一般財団法人 東京社会保険協会は、社会保険制度の普及・発展に寄与し、事業主および被保険者とそのご家族の健康や福利厚生の上を目的として、各種事業を行っています。

ご入会いただくと、健康保険や年金等の社会保険に関する広報、講習会（会場型）・WEBセミナー、観劇会やレジャー施設の優待、各種健康診断、健康づくり等、多くの会員特典がご利用できます。未加入の事業所は、この機会にぜひご検討ください。



対象

東京都内における健康保険および厚生年金保険の適用を受けている事業所



年会費

事業所の被保険者数によって異なります

会費年額表

被保険者数		年会費
	10人未満	3,500円
10人以上	30人未満	4,800円
30人以上	50人未満	7,300円
50人以上	100人未満	9,800円
100人以上	200人未満	14,600円
200人以上	500人未満	19,600円
500人以上	1,000人未満	24,300円
1,000人以上	2,000人未満	36,500円
2,000人以上		48,600円

不課税【有効期間：4月1日～3月31日】

ホームページから簡単に入会！

ホームページでは、皆様のビジネスや生活に役立つ情報も掲載していますので、ぜひご活用ください。

季節の変わり目に 防災グッズを見直そう

2024年の夏は気温40度に迫る連日の猛暑に加え、地震、台風、突然の雷雨や線状降水帯など、あちこちで災害が発生しました。いざというときの備えは万全ですか？ どんな状況にも対応できるように、この機会に防災グッズの見直しをしてみましょう。

見直し頻度は年に4回

防災の日（9月1日）の年1回ですが、「防災用品点検の日」というものもあります。防災用品点検の日は、3月1日、6月1日、9月1日、12月1日の年4回です。季節ごとに起こりやすい災害に対してしっかりと対策をとれるように、3か月に一度見直しを行いましょう。

見直し＆主な入れ替えアイテム

水や食料はもちろんですが、乾電池や消火器なども耐用年数があります。乾電池の使用期限は、電池の側面に記載されており、未開封の場合は通常2～10年程度です。耐用年数が高い製品ほど、経年劣化がないか確認することが重要です。定期的な点検を怠らないようにしましょう。

また、災害に備えて備蓄している保存食（食べ慣れているもの）や水、常備薬・医薬品には、賞味期限や使用期限があります。古いものから日常で使いながら入れ替える、ローリングストック法を活用し、防災意識を高めていきましょう。

