

# SHINPOU

社会保険新報  
2025.11  
No.900

紅葉の小石川後楽園と東京ドーム（文京区）



## INDEX

- 協会けんぽ東京支部 定期健康診断（事業者健診）結果データの提出（P2） 特定健診（P3）
- 日本年金機構 「ねんきん定期便」（P4）  
「ねんきん月間」「年金の日」／社会保険料（国民年金保険料）控除証明書の送付（P5）
- 実務に役立つ！ 仕事と介護の両立【育児・介護休業法の改正】（P6）
- 東京社会保険協会 広報誌『社会保険新報』が創刊900号を迎えました（P7）  
[広報誌]『協会だより』11月号/[健康づくり]講師の派遣/[フィットネスクラブ]メガロス（P8）



協会けんぽ 東京支部 からの **お知らせ**

事業主の皆様へお願い

# 定期健康診断(事業者健診)結果データの提出にご協力ください!

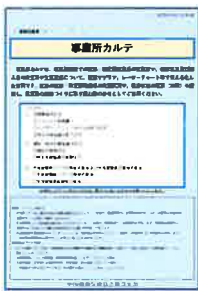
従業員の皆様の健康の保持・増進のため、事業所で実施されている定期健康診断(事業者健診)の結果の提出をお願いします。



## 健診結果データを提供するメリット

 **自社の健康課題が見える化した「事業所カルテ」の提供を受けられます**

 **ご自身の健診情報をマイナポータル上で確認できます**



### 事業所カルテ

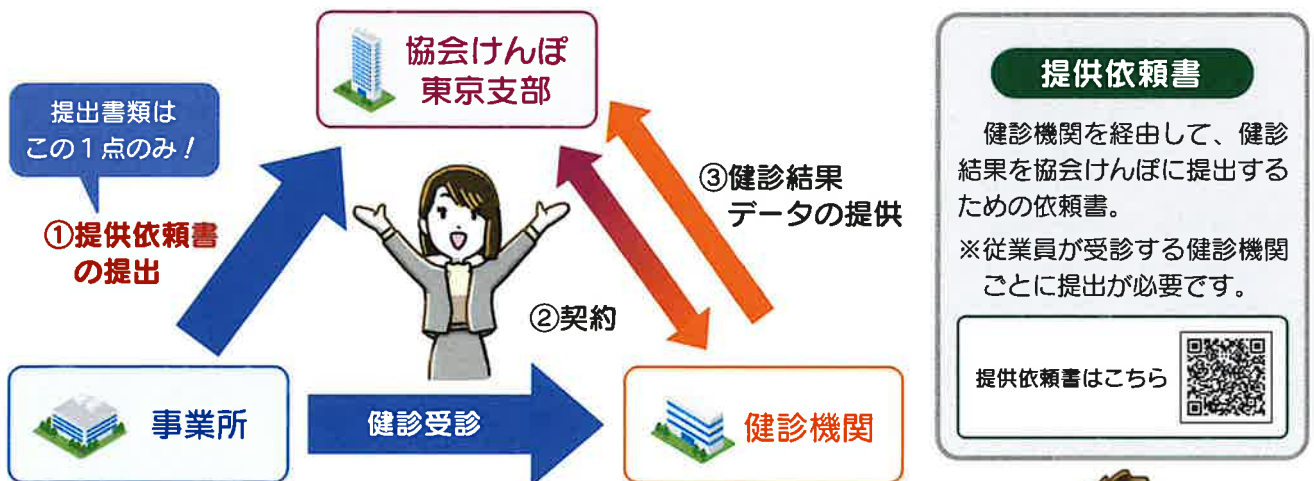
事業所ごとの健診・特定保健指導の実施率や生活習慣病リスクに関する状況などを、同業態や協会けんぽ東京支部の加入事業所全体と比較し、立ち位置や課題が見える化したもの。

事業所カルテをご希望の場合は、協会けんぽ東京支部までお問い合わせください。



健診結果を経年的に把握することで、疾病や重症化を防ぐことにつながります。

## 健診結果データを協会けんぽ東京支部へ提供するまでの流れ



受診された健診機関よりデータ提供を受けることが困難な場合は、事業主様へ健診結果(紙)のコピーの提供を依頼する場合があります。また、協会けんぽへの健診結果の提供は法律<sup>(\*)</sup>で定められているため、事業主様が従業員の皆様の健診結果を提供したことにより、法的責任を問われることはありません。

※高齢者の医療の確保に関する法律、健康保険法



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**


**被扶養者(ご家族)へご案内を!**

## 特定健診(特定健康診査)

特定健診は、40歳から74歳の被扶養者(ご家族) 向けの生活習慣病予防を目的とした健康診断です。

### 健診の内容

<p><b>基本的な健診</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>問診</li> <li>診察等</li> <li>身体計測</li> <li>血圧測定</li> <li>血中脂質検査</li> <li>肝機能検査</li> <li>血糖検査</li> <li>尿検査</li> </ul>	<p>医師の判断で追加の検査が必要とされた方</p> 	<p><b>詳細な健診</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>心電図検査</li> <li>貧血検査</li> <li>眼底検査</li> <li>血清クレアチニン検査・eGFR</li> </ul>
--	--	--



がんのリスクに備えてがん検診も受けられます。


**お住まいの一部の区市町村でがん検診を受診することができます**

対象年齢、検診内容、受診方法、費用など、詳しくはお住まいの区市町村へお問い合わせください。


### 健診受診までの流れ

**①受診券を準備する**

受診券がお手元がない方は、協会けんぽ東京支部に申請書をご提出いただき、受診券の交付を受けてください。



特定健康診査受診券(セット券)申請書はこちら




**②受診日と受診場所を決め、予約する**

健診費用は健診機関等へご確認ください。

**健診機関で受診**

特定健診を実施している健診機関へ直接予約のうえ、受診することができます。


健診実施機関等一覧はこちら



**集団健診会場で受診**


令和7年12月から開始  
お住まいの区市町村や協会けんぽ東京支部が行う集団健診の会場で、特定健診を受けることができます。  
※対象となる方には、10月下旬から順次ご案内をお送りする予定です

健診会場はこちら



**③健診を受ける**

生活習慣病は、早期には自覚症状がないため、気づかないうちに進行しているケースが少なくありません。毎年健診を受けて、ご自身の健康状態を把握し、生活改善に向けて取り組みましょう!



## 協会けんぽ東京支部 LINE公式アカウント 友だち募集中!

**友だち追加方法**

- ・右の二次元コードから読み取り
- ・アカウント名「協会けんぽ東京」で検索
- ・ID「@kenpo\_tokyo」で検索



健康づくり等、役立つ情報を配信します!



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





# 誕生月に「ねんきん定期便」をお届けしています

日本年金機構では、現役世代の方、なかでも若い世代の方に年金制度に対する理解を深めていただくこと、また、国民の年金制度に対する信頼を向上させることを目的として、保険料納付の実績や将来の給付に関する情報をわかりやすい形でお知らせする「ねんきん定期便」を、**毎年の誕生月**に送付しています。

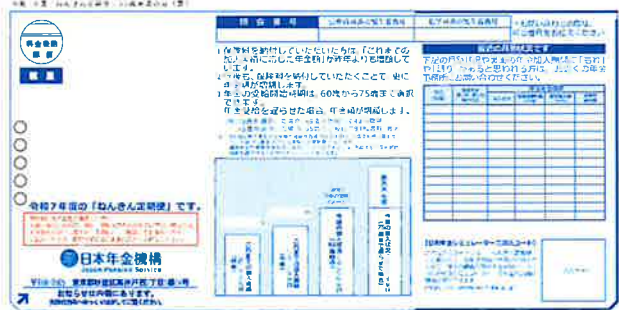
節目年齢（35歳、45歳、59歳）の方には、全期間の年金加入記録を通知し、節目年齢以外の方には、直近1年間の年金加入記録を通知しています。「ねんきん定期便」は、年齢によって送付形式や通知内容が異なります。詳しくは、日本年金機構ホームページ「様式（サンプル）」と「見方ガイド」をご確認ください。



**節目年齢に送付される  
「ねんきん定期便」**



**節目年齢以外に送付される  
「ねんきん定期便」**



## 電子版をご利用ください

インターネットサービス「ねんきんネット」では、紙の「ねんきん定期便」より1か月程度早く、電子版「ねんきん定期便」が確認できます。ペーパーレスを指定すれば、紙の「ねんきん定期便」の郵送を停止することができます。環境にもやさしいペーパーレス化推進にご協力をお願いします。

## 「マイナポータル」と「ねんきんネット」を連携してもっと便利に

「ねんきんネット」は、「マイナポータル」との連携で簡単に利用できます。連携に必要な ① **マイナンバーカード**、② **数字4桁のパスワード**（マイナンバーカード受取時に設定したパスワード）を事前準備のうえ、③ **「マイナポータル」にログイン**（スマートフォンにアプリをインストール）してください。

「マイナポータル」  
はこちら



### 「ねんきんネット」でできること

- 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

### 「マイナポータル」との連携で こんな機能等が利用できる

- 国民年金保険料の口座振替の申出
- 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

詳細は **日本年金機構** **ねんきん定期便** **検索** に掲載しています。



# 11月は「ねんきん月間」 11月30日は「年金の日」

日本年金機構は、厚生労働省と協力して、国民が公的年金を身近で大切なものとして考え、年金制度に対する理解を深めていただくよう、11月を「ねんきん月間」と位置付け、公的年金制度の普及・啓発活動を実施します。

また、国民一人ひとりが、「ねんきんネット」等を利用して、年金記録や年金受給見込額を確認することで、高齢期に備え、その生活設計に思いを巡らせていただくことを目的として、11月30日（いいみらい）を「年金の日」に制定しています。



令和7年11月30日は日曜日ですが、年金事務所を開所して年金相談を実施します。

詳細は **日本年金機構** **ねんきん月間** **検索** に掲載しています。

## 社会保険料（国民年金保険料）控除証明書の送付

国民年金保険料は、所得税および住民税の申告において、**全額が社会保険料控除の対象**（その年の1月1日から12月31日までに納付した保険料が対象）となります。社会保険料控除の適用を受けるためには、年末調整や確定申告の際に、**社会保険料（国民年金保険料）控除証明書**（または領収証書）の添付が必要です。

日本年金機構では、下表のスケジュールで、**令和7年分 社会保険料（国民年金保険料）控除証明書を対象となる方に送付**しています。

	対象者	送付方法	送付時期
1	令和7年1月1日から令和7年9月30日までの間に国民年金保険料を納付された方	電子送付	令和7年10月中旬から下旬にかけて順次
		郵送	令和7年10月下旬から11月上旬にかけて順次
2	令和7年10月1日から令和7年12月31日までの間に国民年金保険料を納付された方（1の対象者は除く）	電子送付	令和8年1月下旬
		郵送	令和8年2月上旬

年末調整や確定申告の際に必要な控除証明書は、「ねんきんネット」から電子送付を希望すると、郵送よりも早く、マイナポータル上で電子データとして受け取ることができます。受け取った電子データを利用すると、e-Taxでの確定申告が簡単にでき、一度登録すれば毎年電子データが届きます。この機会にぜひご登録ください！



詳細は **日本年金機構** **社会保険料控除証明書** **検索** に掲載しています。





# 仕事と介護の両立【育児・介護休業法の改正】

市川 茉衣（ドリームサポート社会保険労務士法人）

令和7年4月の育児・介護休業法の改正により、介護休暇の対象が拡大され、同時に仕事と介護を両立しやすい雇用環境整備が義務化されました。

介護はいつ始まるかわからないものです。「わが社には対象になりそうな労働者がいない」と思わず、いざというときに備えて育児・介護休業法の内容を確認し、制度の整備を進めましょう。



## 介護休暇の対象拡大

介護休暇とは、介護を必要とする対象家族のいる労働者が取得できる休暇です。これまで、労使協定を締結すれば入社6か月未満の労働者は除外できましたが、法改正によりこの6か月の要件が撤廃され、入社して間もない労働者でも介護休暇が取得できるようになりました。

### 介護休暇取得の要件

対象者	対象家族を介護する労働者
対象外	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 日々雇用されている労働者</li> <li>● （労使協定を締結した場合）1週間の所定労働日数が2日以下の労働者</li> </ul>
対象家族	配偶者（事実婚を含む）、父母、子、祖父母、兄弟姉妹、孫、配偶者の父母
要介護状態とは	負傷、疾病または身体上もしくは精神上の障害により、2週間以上の期間にわたり常時介護を必要とする状態
賃金	法令上は無給で差し支えない
取得日数	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 対象家族が1人の場合は年5日まで</li> <li>● 対象家族が2人以上の場合は年10日まで</li> </ul>
取得単位	1日単位または時間単位 （1日の所定労働時間数、端数切り上げ）

### 必要な手続き、 済んでいますか？

- これまで労使協定で入社6か月未満の労働者を除外していた場合は、必要に応じて協定を再締結する必要があります。
- 就業規則等の規定についても不備がないか見直し、必要に応じて改定しましょう。



## 仕事と介護を両立しやすくする雇用環境整備

介護離職を防止するためには、介護休業等を利用しやすい職場環境を作ることが欠かせません。令和7年4月の法改正により、介護休業等の利用の申出がしやすい職場環境を整備するために、以下のいずれかの措置を実施することが会社に義務付けられました。

1	<b>研修の実施</b>	雇用する労働者に対する介護休業・介護両立支援制度等に係る研修を実施する。
2	<b>相談窓口の設置</b>	介護休業・介護両立支援制度等に関する相談体制を整備し、周知する。
3	<b>事例収集・提供</b>	自社の介護休業・介護両立支援制度等の利用事例を収集。冊子の配布やグループウェアへの掲載などを通じて労働者に情報提供を行う。
4	<b>利用促進に関する方針の周知</b>	介護休業・介護両立支援制度等の制度および利用の促進に関する事業主の方針を労働者に周知する。書面での配付、グループウェアへの掲載などの方法が想定される。

介護休業等については、会員向け広報誌『協会だより』11月号でも解説しています

# 広報誌『社会保険新報』が 創刊900号を迎えました

広報誌『社会保険新報』が、本号で創刊900号となりました。

昭和24年7月に、社会保険制度の普及発展に資することを目的に発行してから78年。この間、社会保険制度を主体にわかりやすく読みやすい記事を提供し、福利厚生事業や健診・健康づくりに関する情報等を掲載してまいりました。

今後も、日本年金機構および全国健康保険協会（協会けんぽ）東京支部、社会保険労務士等のご協力をいただきながら、タイムリーで充実した内容の広報誌制作に努めてまいります。

引き続き、ご愛読いただきますようお願いいたします。



昭和24年7月 タブロイド判新聞



昭和28年4月  
B5判 8 ページ



昭和44年3月  
正方形判12ページ



昭和63年4月  
B5判 8 ページ



平成18年10月  
A4判 6 ページ



平成22年7月  
WEB版 8～10 ページ

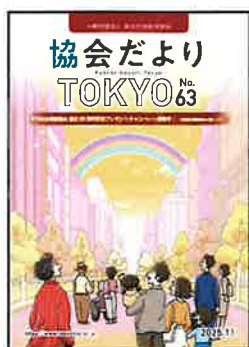
## 『社会保険新報』と東京社会保険協会のあゆみ

昭和21年 7月	財団法人 東京社会保険協会を設立。
昭和24年 7月	『東京社会保険新報』の名称で創刊、タブロイド判新聞2ページ隔月刊として発行。
昭和26年11月	体裁をB5判4ページに改め、月刊として発行。
昭和28年 4月	『社会保険新報』編集委員会を設け、協会の各支部から編集委員を選出するとともに、学識経験者を編集委員に委嘱、初代編集委員長に園乾治慶應義塾大学教授が就任。以後、毎月、編集委員会を開催して討議し、内容の充実に努める。また、名称を『社会保険新報』に、体裁をB5判8ページに改めて発行。
昭和60年11月	編集委員長に庭田範秋慶應義塾大学教授が就任。
平成13年 5月	東京社会保険会館（フィオーレ東京）に移転。
平成18年10月	フィオーレ健診センターを開設。
平成20年12月	全国健康保険協会（協会けんぽ）が発足し、以後、健康保険関係の記事を提供。
平成21年 4月	編集委員長に真屋尚生日本大学教授が就任。
平成22年 1月	日本年金機構が発足し、以後、公的年金関係の記事を提供。
平成22年 7月	紙媒体から電子媒体（WEB版）に移行し、メール配信サービスを開始。
平成25年 4月	一般財団法人 東京社会保険協会に移行。
平成30年 4月	編集委員会の構成員を外部有識者を中心とする体制に変更。
令和 8年 3月	東京社会保険協会が創立80周年を迎える。



会員向け広報誌

『協会だより』11月号 No.63



10月24日(金)にホームページで公開し、会員事業所宛に郵送します。

11月号では、マイナ保険証、年金制度改正、介護休業に関する法改正等、タイムリーな情報を掲載。東社協の会員を対象に創立80周年記念プレゼントキャンペーンも実施中です。

観劇会 年末年始におすすめしたい話題の2作品

■ 東京宝塚歌劇 宙組公演

12月28日(日) 11時開演  
29日(月) 13時30分開演

■ 浅草公会堂 新春浅草歌舞伎

1月10日(土) 第1部：11時開演

日帰りバスツアー 冬の横浜を探訪

12月13日(土) 10時集合(新宿駅西口)

ヨコハマ グランド インターコンチネンタル ホテル(ランチビュッフェ) ▶ YOKOHAMA AIR CABIN(ロープウェイ) ▶ 横浜美術館 ▶ 赤レンガ倉庫<予定>(クリスマスマーケット)



※写真はイメージ。YOKOHAMA AIR CABIN(左)、クリスマスマーケット(右)。



広報誌

協会だより

健康づくり

健康づくりの講師を派遣

社員の健康促進、職場でできる運動、健康経営のための講座の開催などをご検討される際は、ぜひご利用ください。

運動	<ul style="list-style-type: none"> <li>正しいカラダの使い方</li> <li>職場でできる腰痛予防</li> </ul>
栄養	<ul style="list-style-type: none"> <li>食生活の改善</li> <li>正しい外食のとり方</li> </ul>
メンタルヘルス	<ul style="list-style-type: none"> <li>ストレスの理解</li> <li>ストレス耐性 ほか</li> </ul>



講師：1名 / 講義時間：90分以内(標準プログラム)

料金 38,500円(税込) [通常料金 55,000円(税込)]

実施時間 9時~19時(土日祝でも可)

講師派遣元 エンドースユアライフ合同会社



会員特典

講師派遣

フィットネスクラブ

MEGALOS メガロス



- 法人月会費利用  
メガロス各店の月会費から1,100円(税込) 割引
- 法人都度利用  
メガロス各店を1回1,650円(税込)
- 法人オンライン利用 月額1,628円(税込)



会員特典

フィットネスクラブの利用割引



一般財団法人 東京社会保険協会

入会のご案内

ホームページから  
簡単に入会できます!  
電話 03-5292-3596



東京社会保険協会では、社会保険制度の普及と健康増進を目的に、会員の皆様に向け、講習会やセミナーの開催(無料)、レジャー施設の優待、会員ドック等の各種事業を実施しています。未加入事業所がありましたら、ぜひご入会ください!

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 3,500円~(事業所の被保険者数により変動します)