

社会保険

あいち



とじて保管しましょう

堀尾跡公園 (丹羽郡大口町)

《今月の主な内容》

謹賀新年 2025 年頭所感

- 健康づくりサイクルをまわしましょう！
- 知って実践！医療費の節約術
- 「被保険者資格取得届」には個人番号を記入してください
- 「労働保険事務講習会」開催のお知らせ
- 社会保険協会費の納付は、便利で確実な「口座振替」をご利用ください

事業所の名称や所在地を変更されました際には、「事業所名称・所在地等変更届」を愛知県社会保険協会へご提出くださいますようお願いいたします。

なお、届書の様式は愛知県社会保険協会のホームページに掲載しております。

No. **567**

2025年1月

(隔月発行)

職場内で回覧しましょう

2025年頭所感

謹言

年頭にあたって

一般財団法人
愛知県社会保険協会長

森井 定正



新年あけましておめでとうございます。

会員の皆様には、お健やかに新年をお迎えになられたことと、謹んでお慶び申し上げます。

旧年中は、本会の事業運営に多大なるご支援とご協力を賜り、衷心より厚く御礼申し上げます。おかげさまで各事業とも計画に沿って、概ね順調に進捗いたしております。

さて昨年を振り返りますと、新年早々より能登半島地震、夏には記録的な猛暑が続き、秋にかけては能登半島豪雨災害をはじめ各地においても大雨、洪水等の自然災害が後を絶ちませんでした。地震・大雨の犠牲になられた方々に衷心より哀悼の意を表するとともに、被害に遭われました皆様には心よりお見舞い申し上げます。また、8月には、初の南海トラフ地震臨時情報（巨大地震注意）が発表されました。当地は、南海トラフ地震による甚大な被害が警戒される地域であり、万が一に備えた防災対策の強化がこれまで以上に求められます。

また、国内経済に目を向けますと、政府の総合経済対策や春闘での賃上げ、インバウンドの回復などにより景気は緩やかに回復してきましたが、衆議院議員選挙で与党が過半数を割り込み、アメリカの大統領選挙でトランプ前大統領が勝利するなど新たな局面を迎えており、日本経済に及ぼす影響を注視していかなければなりません。

このようななか、社会保障制度の中核である医療保険・年金制度については、加速する少子

高齢化・人口減少社会においても安定的かつ持続的に制度維持できるかどうかを常に点検し、必要に応じて見直すことが求められます。例えば、短時間労働者への適用拡大の取り組みや、マイナンバーカードの健康保険証利用などの対策が進められております。また基礎年金の給付水準の底上げ、在職老齢年金制度、年取の壁等の見直しについても議論が始まりましたが、更なる制度充実と安定性、利便性の向上が進むことを期待しています。

当協会といたしましては、健康保険制度及び公的年金制度が健全かつ安定的に運営されますように、会員事業主の皆様のお役にたてる事業運営に努めてまいります。両制度を分かりやすく周知するため、日本年金機構大曾根地域代表年金事務所及び全国健康保険協会愛知支部から最新の情報を頂戴し、広報誌「社会保険あいち」や、両制度に関する冊子等の配布による広報活動を展開します。また社会保険制度を始めとする各種事務説明会・セミナーの開催なども積極的に進めてまいります。加えて、被保険者とご家族の皆様の健康保持・増進に貢献する事業として、「社会保険健歩大会」、「ボウリング大会」「各種補助券の発行」等の事業を推進してまいります。

なお、これらの事業は会員事業所から納付された会費を財源として行っておりますが、昨今の物価上昇等によりサービスの維持が難しくなっており、本年4月から会費を値上げさせていただくこととなりました。会員事業所の皆さまにはご負担をお掛けいたしますが、ご理解をいただきますようお願いすると共に、なお一層のご支援とご協力を賜りますようよろしくお願い申し上げます。

最後となりましたが、皆様方の益々のご活躍とご多幸、会員事業所のご発展を心より祈念申し上げます。年頭の挨拶といたします。

賀新年

新年を迎えて

全国健康保険協会愛知支部
支部長

松下 敏幸



新年を迎え、謹んで年頭のご挨拶を申し上げます。
皆様におかれましては、健やかに新年をお迎えになられたことと心よりお慶び申し上げます。

日頃より協会けんぽの事業運営に多大なるご理解とご協力を賜り、厚く御礼申し上げます。

さて、協会けんぽ設立以降この17年の間に、我が国の社会環境は、顕著な少子高齢化をはじめとして大きく変貌を遂げており、医療保険者として、効果的・効率的な医療提供体制の構築など、待ったなしの課題に取り組んでいくことが重要かつ責務であると認識しております。

そうした中、マイナ保険証を基本とした仕組みへの移行が始まりました。移行に先立つ加入者の皆様への「資格情報のお知らせ」の配布に関しまして、貴会及び会員の皆様にも多大なるご尽力を賜り誠にありがとうございました。

マイナ保険証によるオンライン資格確認は、保健・医療等の分野の情報を効果的・効率的に活用できる体制を構築する医療DXの基盤となるものであり、協会けんぽにおいても、DXやデータ利活用に取り組んで参ります。

また、今後も、医療保険制度改正を含む様々な環境の変化に対応していきながら、できる限り長く現在の平均保険料率を超えないようにしていくことはもとより、加入者の皆様が安心して医療機関に受診できるよう、関係団体や自治体との連携のもとで、特定健診・特定保健指導、コラボヘルス等の取り組みをさらに戦略的に進めていくとともに、上手な医療のかかり方の発信や周知といった広報事業に力を入れていく所存です。

本年につきましても、協会けんぽ愛知支部の事業運営に関し、より一層のご理解とご協力を賜りますよう、お願い申し上げます。

末筆になりますが、貴会の益々のご発展と会員の皆様のご健勝とご活躍を祈念いたしまして、新年のご挨拶とさせていただきます。

新年を迎えて

日本年金機構
中部地域部代表年金事務所
大曾根年金事務所長

沼田 豊



新春を迎え、謹んで年頭のご挨拶を申し上げます。
皆様におかれましては、健やかに新春をお迎えのことと心よりお慶び申し上げます。

日頃より公的年金制度への深いご理解のもと、円滑な事業運営にご協力を賜り、厚く御礼申し上げます。

さて、日本年金機構は平成22年1月に発足し、本年度16年目を迎えます。

当機構は年金制度を実務として運営する執行機関であり、当機構が扱う公的年金制度の被保険者は約6,800万人、年金受給権者は約4,000万人と合わせて一億人を超える規模であり、徴収している社会保険料の金額は年間約38兆円、お支払いしている年金支給額は年間53兆円を超え、これは我が国の名目GDPの約1割に近い額となっております。

また、高齢者の方で年金だけで生活されている方は5割を超え、かつ高齢者の方の収入の中で年金の割合は6割程度になっているのが現状であり、年金の果たす役割は極めて大きく、公的年金制度は我が国にとっての重要な社会インフラとなっていることから、無年金者・低年金者の方を防ぐためには、国民年金保険料の納付率向上が極めて重要であると認識しております。

国民年金の保険料は被保険者である国民が自ら納付いただく制度であることから、国民年金の保険料納付率は年金制度に対する信頼のバロメーターとも称されており、令和4年度の最終納付率で80.7%と、機構発足後初めて80%台に到達し、令和5年度の最終納付率では83.1%まで上昇するなど、現年度納付率は12年連続、最終納付率は11年連続して上昇することができました。

今後も、納付の重要性を訴求する事、この納付率の着実な引き上げに向け、努力を続けてまいります。

本年につきましても、皆様のご理解とご協力を賜りますよう、お願い申し上げます。

末筆になりますが、貴会と皆様との益々のご発展とご多幸を祈念いたしまして、新年の挨拶とさせていただきます。

健康づくりサイクルをまわしましょう！

協会けんぽは、みなさまの健康づくりをサポートしています。
健康づくりサイクルをまわして、元気で健康な暮らしを続けましょう。

①健診の受診

健康状態を確認するために**毎年、健診を受けましょう！**

35歳～74歳の被保険者の方は「生活習慣病予防健診」をご利用ください。

協会けんぽの生活習慣病予防健診は、

血圧測定 **血液検査** **尿検査**

心電図検査 **胸部レントゲン検査**

胃部レントゲン検査 **便潜血反応検査**



メタボリックシンドロームとともに

5大がん **肺** **胃** **大腸** **子宮** **乳房** までカバー

協会けんぽが健診費用の一部を補助しています。

自己負担額 最高 5,282円

※子宮頸がん検診・乳がん検診は、別途自己負担が必要です。

②健診後の行動

健診を受けた後の行動こそが大切です！
健診はあくまでも生活習慣改善の必要性や病気を発見するための手段です。

健診を受けた結果

医療機関への受診が必要な場合

医療機関を早期に受診しましょう！
治療が必要と判定された場合は早期に医療機関を受診してください。

生活習慣の改善が必要な場合

特定保健指導（健康サポート）を利用しましょう！

特定保健指導を利用して、生活習慣の改善に取り組んでください。

事業主・ご担当者の皆さまへ
特定保健指導に該当された方が、生活習慣を改善しないまま放置していると、重大な病気になる恐れもあります。従業員の健康、事業所の将来を守るため、特定保健指導のご案内を従業員の方に確実にお渡しいただき、積極的にお声かけをお願いします。

健康づくりサイクル

③日々の健康づくり

日ごろから健康づくりに取り組みましょう！

●適度な運動



●バランスの良い食生活



●禁煙

●十分な睡眠



…など

「健康づくりサイクル」
特設サイトはこちら



知って実践！医療費の節約術

ちょっとした工夫や普段の意識で医療費は節約できます。
一人ひとりの節約が大きなチカラとなって、保険料上昇の抑制につながります。
お財布にもカラダにも優しいすぐに始められる医療費の節約術をご案内します。

●かかりつけ医・かかりつけ薬局を活用しよう

同じ病気や症状の治療のために複数の医療機関を受診しなくなるため、余分な医療費がかからなくなります。

その他のメリット

- ・病気の予防、早期発見や治療につながる
- ・症状に応じた専門家の紹介がスムーズ

かかりつけ医とは？

日常的な病気の診断や健康相談ができる身近な医師のことです。

●診療時間内※（平日・昼間）に受診しよう

医療機関が表示する診療時間外に受診すると、原則として通常の診療費用のほかに、「時間外加算」として追加の費用がかかります。

緊急時や急病時以外は、できる限り診療時間内(平日・昼間)に受診するよう心がけましょう。

※診療時間内とは、平日は概ね8～18時、土曜日は概ね8～12時の時間帯となります。

上手な医療のかかり方
(愛知支部特設サイト)



●お薬はジェネリックにしよう

ジェネリック医薬品は、先発医薬品の特許が切れた後に、同じ有効成分を利用して開発された医薬品です。

そのため、開発期間やコストが抑えられ、お薬代が安くなります。

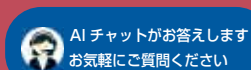
愛知支部 LINE 公式 アカウント開設しました

健康づくりに役立つ
情報をお届けします。
友だち追加をお願い
します。



友だち追加

チャットボットの ご案内



協会けんぽホームページにチャットボットを導入しています。資格情報のお知らせ、マイナ保険証、健康保険制度に関する疑問点など、加入者様が知りたい情報を見つけやすくするため、各制度の概要説明やホームページ内の掲載箇所を案内しています。

記載の内容は、協会けんぽの加入者様向けのもので、
健康保険組合の加入者様は内容が異なる場合があります。

協会けんぽの紙面（4,5ページ）についてのお問い合わせはこちら

全国健康保険協会 愛知支部 協会けんぽ

〒450-6363 名古屋市中村区名駅1-1-1 JPタワー名古屋23階

TEL: 052-856-1490(代表)

●受付時間 午前8:30～午後5:15(土日祝日・年末年始を除く)

手続きは
郵送でお願い
します



メールマガジンにご登録ください。

健康保険、健康づくりに関する最新情報をお届けします。

3ステップで簡単登録!

- 1 ご登録画面へアクセス
- 2 新規登録をクリック
- 3 アドレスなど入力、確認ボタンをクリック

協会けんぽ愛知 メールマガ





～日本の健康・世界の健康～

SNSと子どものメンタルヘルス

名古屋市立大学大学院看護学研究科 准教授 江 啓発

SNSが子どもの発達やメンタルヘルスに与える影響について、世界的な議論が行われて久しい。SNS利用によって子どものメンタルヘルスや社会活動に深刻な影響が生じる懸念が高まっている。SNSを通じ、誹謗中傷やいじめが頻発し、有害なコンテンツは子どもの心身の発達を阻害する要因となると指摘されている。例えば、過剰なダイエットや体型に対する偏った美意識についての情報は、若者の自己肯定感を傷つけ、心身の健康を害する問題がある。SNSは依存性が高く、長時間の利用が睡眠不足や集中力の低下などを引き起こすことも問題とされている。若者が現実の世界での活動やコミュニケーション、学業や家族との時間が減ったり避けたりするケースも増えている。こうしたケースでは、社会的スキルの発達を阻害し、孤立感を増幅させるおそれがある。このような問題については、各家庭で保護者が管理すればよいのかもしれないが限界がある。なにしろ、大人でも依存してしまうくらいなのだ。

最近では、SNS利用が若者の精神的健康や社会的スキルの発達に与える影響に対し、法案成立などにより、政府が政策として介入し、SNSの利用を規制することで、若者を取り巻く社会環境の健全化を促そうとする試みが始まっている。2024年11月、オーストラリアが世界に先駆けてSNSの子ども利用を制限する法案を成立させた。ニュースをご覧になった方も多いのではないだろうか。この法案は、SNSを運営する会社が16歳未満の子どもにSNSを利用させた場合、最大約50億円相当の罰金が科される可能性があるというものである。

アメリカでも、SNSの若者への影響について多面的な議論が行われている。2023年5月、アメリカ公衆衛生局長官のヴィヴェック・マーシー氏は、SNSが若者の精神的健康への深刻なリスクを警告し、勧告書をまとめた。特に、10代の子どものについては、SNSの利用が感情学習や衝動コントロールに関連する脳の発達に影響を与える。勧告書では、11～13歳の女の子や14～15歳の男の子がSNS利用による生活満足度の低下を経験しやすいことが指摘されている。マーシー氏は、IT企業や政策立案者、保護者、若者自身が協力してデジタル環境をより安全で健康的なものにする必要性を訴えている。アメリカの一部の州は独自のSNS利用規制を導入している。例えば、ユタ州やアーカンソー州では18歳未満のSNS利用を制限する法案が成立しており、使用する際、親の同意を義務づけている。フロリダ州では14歳未満の子どもにSNSのアカウント取得を禁じる法案が成立し、14～15歳の利用には保護者の同意が必要だ。しかし、SNSの管理強化は国の検閲行為ともとらえられかねず、国(連邦)レベルでの統一的な規制の実現には課題が残されている。

ヨーロッパ諸国でも規制が進んでいる。フランスでは2023年6月に、15歳未満が保護者の同意なしに使用することを禁じる法律が国会で可決された。イギリスでも同年10月、法律が成立した。有害なコンテンツへのアクセスを防ぐ対策が事業者には義務づけられ、違反した場合には罰金が科される。

しかし、このようにSNS利用者の年齢制限には批判的な意見も見られる。SNSは遠方にいる家族や友人とつながるツールの一つでもあり、精神的に不安を抱える子どもたちに居場所を提供する場となりうる。同じ趣味や興味を持つ人々と交流できることは、子どもたちにとっては支えとなることもあるだろう。また、人とのつながりだけでなく、SNSは情報収集や学習のための重要なツールでもある。特に都市部から離れた地域に住む子どもや、経済的に困難な状況にある家庭の子どもたちにとって、その影響は大きいと考えられる。写真や動画、文章の共有を通じて表現力や創造力を育む可能性もある。こうしたSNSの役割を考えると、一部の若者にとっては利用制限が大きな損失となるかもしれない。そのため、SNSの規制には、柔軟性が求められるという指摘も見られる。ユニセフ(国連児童基金)は、オーストラリアの禁止措置が子どもたちを規制の届かないオンラインの暗部に追いやるリスクを警告している。一律的な禁止措置は問題解決につながらない。SNSの依存性については設計を見直した上で、健康的なプラットフォームを作る必要がある。

日本では、利用者が18歳未満の場合、事業者や保護者が安全な運用について管理しなければならないと法律で定められている。しかし、個人情報の同意に年齢制限はなく、明確な罰則もない。多くのSNSが利用条件を「13歳以上」としているものの、実際には利用年齢の確認や規制が徹底されていないといえるだろう。自治体レベルでは2023年3月に香川県で「ネット・ゲーム依存症対策条例」が可決された例がある。スマートフォンの使用は中学生以下が午後9時まで、それ以外は午後10時までとする目安が示された。この条例には罰則はなく、家庭でのルール作りの参考にすることを目的としている。2024年、子ども家庭庁が「インターネット利用を巡る青少年の保護のあり方に関するワーキンググループ」を設置し、SNS利用制限の必要性について検討を開始した。しかし、日本での議論は、具体的な政策として実現するには至っていない。

日本でも、関連研究やエビデンスに基づき、子どもたちの健やかな未来を支える取り組みを進めるべきだ。おそらく今後は、日本においても世界の動きを参考にしながら、若者のSNS利用に関する議論が深まると予想される。SNSが提供するメリットを考慮し、バランスの取れた政策を策定する必要があるだろう。

「被保険者資格取得届」には個人番号を記入してください

「被保険者資格取得届」や「被扶養者(異動)届」などの、個人番号記入欄がある届書には、個人番号を忘れずに記入してください。個人番号は、被保険者や被扶養者の本人確認のために使用します。誤った個人番号が記載されている場合は届出が返戻となり、マイナ保険証の利用もできません。

また、「被扶養者(異動)届」の被扶養者の住所欄には、同居・別居に関わらず、住民票の住所を記入してください。住民票と一致しない住所が記入されている場合も、届出は返戻されます。

※従業員の方の個人番号を記入する際には、番号法に基づく本人確認(番号確認および身元確認)を必ず行ってください。

〈被保険者資格取得届〉

被保険者の個人番号を記入してください。

被扶養者の個人番号を記入してください。

被保険者の個人番号を記入した場合は、被保険者の住所を記入する必要はありません。

被扶養者の住所は、同居・別居に関わらず、必ず住民票の住所を記入してください。

〈被扶養者(異動)届〉

～年金を受け取りながら働いている短時間労働者の方へ～

令和6年10月の短時間労働者に対する適用拡大に伴う老齢厚生年金の経過措置

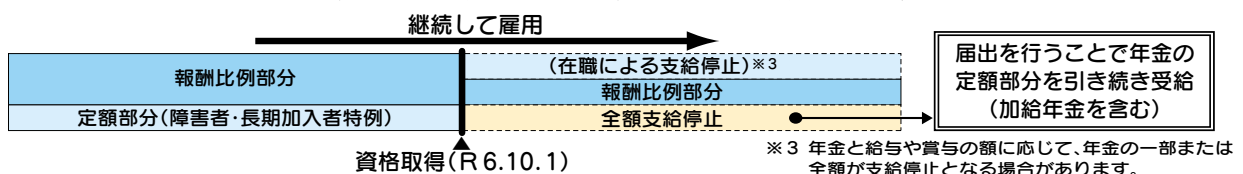
老齢厚生年金を受け取っている65歳未満の方のうち、障害者※1または長期加入者※2の特例対象者が厚生年金保険の被保険者資格を取得すると、年金の定額部分が全額支給停止となります。

ただし、上記に該当する方が、令和6年10月の短時間労働者の適用拡大によって、令和6年10月1日に被保険者資格を取得した場合は、「障害者・長期加入者特例に係る老齢厚生年金在職支給停止一部解除届」を提出することで、年金の定額部分を引き続き受け取ることができます。

届出様式は、日本年金機構ホームページからダウンロードできます。

※1 障害の状態(障害厚生年金の1級から3級に該当する障害の程度)にある方

※2 厚生年金保険の被保険者期間が44年(共済組合等の期間は含まません)以上ある方



受講者募集! 「労働保険事務講習会」開催のお知らせ

愛知県社会保険協会では、下記の講習内容で事務講習会を開催いたします。
受講をご希望の皆様のお申し込みをお待ちしております。

◎開催日時・会場 3日間とも 午後2時開始、午後4時15分終了予定（受付：午後1時30分から）

開催日	会場	所在地	定員(名)
2月18日(火)	愛知県産業労働センター（ウインクあいち）中会議室1101	名古屋市中村区名駅4-4-38	65
2月26日(水)	愛知県産業労働センター（ウインクあいち）中会議室1101	名古屋市中村区名駅4-4-38	65
2月27日(木)	栄ガスビル 5階 キングルーム	名古屋市中区栄3-15-33	80

講習会は3日間とも同じ内容で行いますので、ご都合のよい日をお選びのうえお申し込みください。

- ◆講習内容
 - ・労働保険の概要
 - ・労働保険の主な事務手続きについて
- ◆講師 社会保険労務士
- ◆受講料 無料
- ◆申込資格 2024年度の社会保険協会費を納入していただいた会員事業所の方
お申し込みは1事業所1名様とします。
- ◆申込期限 1月31日(金)
申込者多数の場合は、抽選とさせていただきます。

※申込方法（申込書様式）等詳しいことは、愛知県社会保険協会のホームページをご覧ください。

または、FAX（052-678-7334）にてご連絡いただければ、申込書等をFAXでお送りいたします。
（必ず貴事業所のFAX番号を記入してください。）

施設利用会員証発行のご案内

全国の宿泊施設等が優待料金でご利用できます

愛知県社会保険協会では、ホテル等の契約施設を優待料金でご利用できる「施設利用会員証」を発行しています。会員証は、会員事業所の従業員とご家族の方がご利用いただけます。

「会員証」の発行を希望される会員事業所の方は、愛知県社会保険協会のホームページから『施設利用会員証交付申込書』をダウンロードし必要事項を記入のうえ、返信用封筒を添付して郵送にてお申込ください。

既に施設利用会員証をお持ちの事業所様につきましては、紙カードに加え「施設利用会員証（WEB版）」でさらに便利にご利用いただけるようになりました。

* 申込方法（申込書様式）等詳しいことは、愛知県社会保険協会のホームページをご覧ください。



社会保険協会費の納付は、便利で確実な「口座振替」をご利用ください

社会保険協会費（年会費）の納入につきましては、口座振替をご利用いただけます。

2025年5月末納付期限の協会費納入から口座振替をご希望される事業所様で、また「預金口座振替依頼書」の提出がお済みでない場合は、2025年2月14日(金)までに「預金口座振替依頼書」を愛知県社会保険協会までご提出をお願いいたします。

また、既に口座振替をご利用いただいております事業所様で口座振替の変更を希望される場合も2025年2月14日(金)までに「預金口座振替依頼書」を愛知県社会保険協会までご提出をお願いいたします。

※手続き方法（様式）等詳しいことは、愛知県社会保険協会のホームページをご覧ください。

または、愛知県社会保険協会に「口座振替を希望」の旨ご連絡いただければ用紙を送付いたします。

提出先

〒456-0022 名古屋市中村区横田1-11-6 フジ神宮ビル8階
一般財団法人 愛知県社会保険協会「口座振替」係

お問い合わせ先

TEL052-678-7330

社会保険 あいち No.567

— 令和7年1月発行 —

記事提供：日本年金機構大曾根地域代表年金事務所
全国健康保険協会愛知支部

発行：一般財団法人愛知県社会保険協会

〒456-0022
名古屋市中村区横田1丁目11番6号 フジ神宮ビル8階
☎ 052-678-7330 URL https://www.shaho-aichi.jp