

社会保険 やまがた

職場内で回覧しましょう

C O N T E N T S

P2-3

日本年金機構

- 複数の事業所に雇用されるようになったときの手続き
- 令和8年度の年金額改定についてお知らせします
- お役に立ちます!
ワンポイント相談室[®]

P4-5

協会けんぽ

- 健診をもっと手厚く、多くの方へ!
新しい健診が始まります。
- おしえて!やまがたさん
~使ってみよう!電子申請~

P6-7

社会保険協会

- 令和8年度
山形県社会保険協会事業のご案内
- 新任担当者向け
社会保険事務講習会のご案内
- 職場の健康づくり講習会に講師を
派遣しますのでご利用ください

大沼の浮島(朝日町)

No.643

5-6

2026年 5-6月号



複数の事業所に雇用されるようになったときの手続き

被保険者が複数(2か所以上)の適用事業所に同時に雇用(勤務)されることとなった場合は、被保険者の届出により、主たる事業所を選択して管轄する年金事務所または保険者等を決定します。

- それぞれの事業所で受ける報酬月額を合算した月額により**標準報酬月額を決定**
 - 決定した標準報酬月額による保険料額をそれぞれの事業所で受ける報酬月額に基づき按分して**保険料を決定**
- ※決定した標準報酬月額および保険料額は、選択した事業所の所在地を管轄する事務センターからそれぞれの事業所へ通知します。

被保険者が「健康保険・厚生年金保険 被保険者所属選択・二以上事業所勤務届」を提出

CASE1



私の仕事はデザイナー。
A出版社に勤務していますが、このたびBデザイン会社を設立してダブルワークをしています。

この場合…

設立した会社が法人で報酬が支払われていれば、事業主1名でも社会保険の適用となります。

健康保険・厚生年金保険の加入条件については、日本年金機構ホームページ【適用事業所と被保険者】でご確認ください。

CASE2



私は、昼間はC社で正社員として事務職を、夕方からはDストアで短時間労働者として働いています(C社およびDストアとも社会保険の適用条件を満たしています)。

この場合…

Dストアで短時間労働者として、①月曜日～金曜日は18時～21時勤務、②土曜日は10時～17時勤務の合計週21時間勤務し、C社で標準報酬月額20万円、Dストアで標準報酬月額10万円の場合は、合計で30万円に対する社会保険料をそれぞれの事業所で受ける報酬に基づき按分して控除されることとなります。

社会保険の適用拡大については、日本年金機構ホームページ【短時間労働者に対する健康保険・厚生年金保険の適用の拡大】でご確認ください。

届出にあたっては、「健康保険 厚生年金保険 被保険者資格取得届」の提出が前提です。新たに被保険者となる場合は、事業所にご確認ください。

詳細は  日本年金機構  複数の事業所に雇用される手続き  検索  でご確認ください。

令和8年度の年金額改定についてお知らせします

～年金額は前年度から国民年金(基礎年金)が1.9%、厚生年金(報酬比例部分)が2.0%の引上げです～

令和8年度の年金額の例

	令和7年度 (月額)	令和8年度 (月額)
国民年金 ^{*1} (老齢基礎年金(満額):1人分)	69,308円	70,608円 (+1,300円)
厚生年金 ^{*2} (夫婦2人分の老齢基礎年金 を含む標準的な年金額)	232,784円	237,279円 (+4,495円)

- ※1 昭和31年4月1日以前生まれの方の老齢基礎年金(満額1人分)は、月額70,408円(対前年度比+1,300円)です。
 ※2 男性の平均的な収入(平均標準報酬(賞与含む月額換算)45.5万円)で40年間就業した場合に受け取り始める年金(老齢厚生年金と2人分の老齢基礎年金(満額))の給付水準です。

物価変動に応じた改定ルールが法律に規定されている次の手当は、令和7年の物価変動率(3.2%)に基づき、**3.2%の引上げ**となります。

		令和7年度(月額)	令和8年度(月額)
年金生活者 支援給付金 法に基づく 給付	老齢年金生活 者支援給付金	5,450円*	5,620円* (+170円)
	障害年金生活 者支援給付金	(1級) 6,813円	(1級) 7,025円 (+212円)
		(2級) 5,450円	(2級) 5,620円 (+170円)
	遺族年金生活 者支援給付金	5,450円	5,620円 (+170円)

※これは基準額であり、実際の金額は保険料納付済期間などに応じて算出されます。

お役に立ちます! ワンポイント相談室⁵⁵ ねんきんネットで確認を

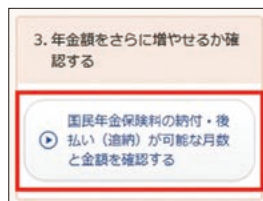
Q 春からお勤めを始めましたが学生の時に**学生納付猶予**を受けていました。※免除の場合も追納できます。
 保険料を納めて**(追納)**年金額を増やしたいのですが納められる期間がわかりません。調べる方法があれば教えてください。

A ねんきんネットで簡単確認できます。
 (マイナポータルからアクセスします)※4桁の暗証番号とマイナンバーカードを準備します。
マイナポータルにログインして **年金** のタグから年金ネットに入ります。
 ねんきんネットトップページ > 年金に関する個人向けオンラインサービスのご案内 > ねんきんネット > 「ねんきんネット」の利用方法 > 「ねんきんネット」による追納等可能月数と金額の確認 の順に開きます。

1 「ねんきんネット」のトップページ、「年金記録を確認する」をクリックします。



2 「国民年金保険料の納付・後払い(追納)が可能な月数と金額を確認する」ボタンをクリックします。



3 申し込み方法について 追納申込書は、ダウンロードもしくは年金事務所から入手できます。
 お住まいの年金事務所にてお申込みをお願いします。郵送でのお申込みの際は仙台広域事務センターに郵送してください。
 ご不明な点は、日本年金機構のホームページ、またはお近くの年金事務所にお気軽にお問い合わせください。

お問い合わせ

日本年金機構 山形県内各年金事務所

日本年金機構

検索

URL <https://www.nenkin.go.jp/>

健診をもっと手厚く、多くの方へ！ 新しい健診が始まります。 ※被保険者が対象

もっと! 1 人間ドック健診に対する補助を開始

- 対象** 35歳～74歳の被保険者
- 補助額** 協会けんぽが最高25,000円補助します
- 内容** 一般健診の項目に検査項目がさらに追加され、当日の医師による健診結果説明や特定保健指導も含まれる総合的な健診です。



もっと! 2 生活習慣病予防健診の対象者を若年者へ拡大

- 対象** 20歳、25歳、30歳の被保険者
- 自己負担額** 最高2,500円
- 内容** 血液検査や尿検査などの一般的な検査に肺のがん検査を加えた若年者用の健診です。



もっと! 3 40歳以上の女性に骨粗しょう症検診を開始

- 対象** 一般健診・節目健診を受診する40歳～74歳の偶数年齢の女性被保険者
- 自己負担額** 最高1,390円
- 内容** 問診や骨の中にあるカルシウムやマグネシウム等の成分量を測定することで、骨粗しょう症の予防と早期発見を目的とした検診です。



令和9年度からは、これらの健診がすべて被扶養者も対象となります。

健診受診の流れ

- 1 受診を希望する健診機関に予約する
- 2 健診を受診する
- 3 健診結果を確認する

全国の健診機関で受診することができます。協会けんぽへの申込手続きは不要です。

受診当日は、マイナ保険証等※及び検査容器などを忘れずにお持ちください。

※保険資格の確認方法は、事前に健診機関へお問い合わせください。

生活習慣の改善が必要な方は「特定保健指導の利用」、要治療と判定された方は「医療機関の受診」をお勧めいたします。



協会けんぽ 健診機関

検索

健診実施機関等の一覧はこちら ▶



おしえて！ やまがた さん!



～使ってみよう!
電子申請～



【やまがたさん】
総務課に所属する
健康保険に詳しいベテラン



【たなかくん】
総務課の若手社員

1

最近、健康保険の給付等の申請が
スマホやPCでできるようになったけど
よくわからないから
紙で出すことにしよう…

もったいないわ、たなかくん!
紙でも申請できるけれど
電子申請の方がすぐにできるし、
やり方もとても簡単なのよ!

2

僕、スマホやPCの操作が苦手で
できるか不安なんですけど、
大丈夫かな…

大丈夫!
スマホやPCが苦手な人でも
わかりやすいように、
HPIに詳しい説明も載ってるわ!

3

他にも、今まで紙の申請だと
郵送に時間やお金がかかって
いたけれど、電子申請だと
それをかなり削減できるの!

つまり従来よりも早く給付
を受けられるってことですね!
それは助かるな～

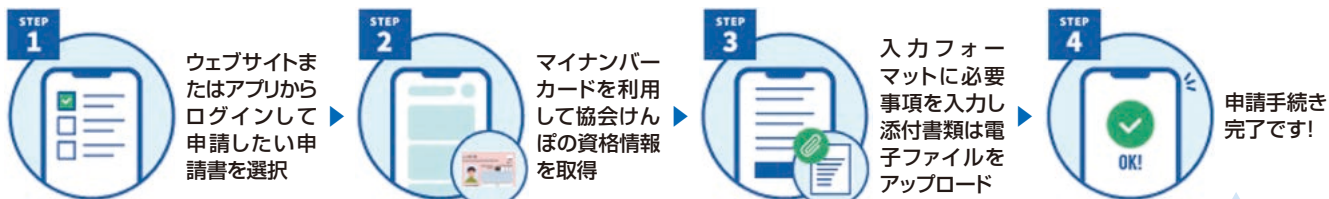
4

電子申請は協会けんぽの
ホームページや、けんぽアプリ、
山形支部LINE公式アカウントからも
申請ができるわ!

ありがとうございます!
早速チェックしてみます!

各種申請手続きが オンラインでもっと簡単に!

これからは電子申請!



「安心」
システムチェックにより、記載漏れなどのミスが防げます。



「便利」
制度の詳細やよくある質問を画面上で確認しながら入力できるため、正確に申請ができます。



「削減」
郵送などにかかっていた手間、時間、費用が削減できます。



「確認」
スマホやPCから申請後の処理状況が確認できます。



「詳細」
電子申請の詳細については特設ページをご覧ください!



電子申請対象書類 オンラインでほぼすべての申請が可能です。

ご利用可能時間 平日8時～21時

- 傷病手当金支給申請書
- 高額療養費支給申請書
- 療養費支給申請書(治療用具)
- 特定保健指導利用券申請書
- 出産手当金支給申請書
- 埋葬料(費)支給申請書
- 任意継続資格取得申出書
- 特定健康診査受診券(セット券)申請書
- 出産育児一時金支給申請書
- 療養費支給申請書(立替払等)
- 他

お問い合わせ

全国健康保険協会(協会けんぽ) 山形支部
〒990-8587 山形市幸町 18-20 JA 山形市本店ビル 5階 TEL. 023-629-7225

協会けんぽ

検索

URL <https://www.kyoukaikenpo.or.jp/>

令和8年度 山形県社会保険協会事業のご案内

令和8年度も社会保険制度の広報や健康保持増進などの事業を行い、皆さまの福利増進に資するよう努めてまいりますので、ご理解とご協力をお願い申し上げます。

主な事業は下の表のとおり（社会保険事務講習会と年金説明会の開催月は予定です。）で、詳細については、順次ご案内いたします。

会員事業所の皆さまの各事業へのご参加やご利用をお待ちしております。

		4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
制度普及の事業	広報誌 「社会保険やまがた」		5-6月号		7-8月号		9-10月号		11-12月号		1-2月号		3-4月号
	新任担当者 事務講習会			山形会場	庄内会場								
	社会保険事務 講習会						庄内会場	山形会場 置賜会場 新庄会場 寒河江会場					
	年金説明会					長井会場	山形会場 米沢会場 東根会場	鶴岡会場 酒田会場 新庄会場	山形会場 寒河江会場				



〈広報活動〉

- 広報誌「社会保険やまがた」を隔月（奇数月）発行し、社会保険制度の広報及び普及を図ります。
- ホームページやメールマガジンにより、最新情報をお知らせします。

〈新任担当者事務講習会・社会保険事務講習会・年金説明会の開催〉

- 新任事務担当者（概ね経験1年未満）を対象に、社会保険制度の基本的な講習会を山形・庄内会場で開催
- 事務担当者（概ね経験1年以上）を対象に、健康保険・厚生年金保険制度等に関する事務講習会を各支部ごとに1回開催
- これから年金を受給される方等を対象に、年金説明会を各支部ごとに8会場で9回開催

		4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
健康保持増進の事業	健康増進事業	宿泊・日帰り施設利用の補助											
		人間ドック等受診費用の助成											
		健康づくり講習会への講師派遣											
		健康啓発DVDの貸出											
		家庭常備薬等の斡旋											
	施設利用会員証の発行												
各種スポーツ大会		本部 ゴルフ大会	置賜支部 ゴルフ大会				庄内支部 ゴルフ大会	新庄支部 ゴルフ大会				寒河江支部 ボウリング 大会	

〈宿泊・日帰り施設利用の補助〉

- 保養のため当協会契約の宿泊施設を利用の際、被保険者お一人2,000円、小学生以上の被扶養者お一人1,000円を補助
- 保養のため当協会契約の日帰り施設を利用の際、被保険者お一人500円を補助

〈人間ドック等受診費用の助成〉

- 人間ドック、PET検査、脳ドックのいずれかを受診される被保険者とその被扶養者にお一人2,000円を助成

〈健康づくり講習会への講師派遣、健康啓発DVDの貸出〉

- 職場で健康づくり講習会を開催する場合、健康運動指導士や栄養士などの講師を無料で派遣
- 健康啓発用のDVDを無料で貸出（13種類のDVDがあります）

〈家庭常備薬等の斡旋〉

- 被保険者とそのご家族の病気やけが等の初期症状の緩和、応急手当等のために、家庭常備薬等を斡旋

〈施設利用会員証（WEB版・紙カード版）の発行〉

- 県内外の契約施設において、宿泊料金割引等の優待サービスが受けられる「施設利用会員証」（WEB版・紙カード版）を発行



新任担当者向け 社会保険事務講習会のご案内



人事異動により新たに社会保険の担当になられた方、新たに社会保険に加入された事業所の担当者を対象（概ね担当のご経験が1年未満の方）に、健康保険と厚生年金保険の仕組みや基礎的な事務手続きに関する「新任担当者事務講習会」を開催します。【山形県社会保険委員会連合会後援の講習会です。】今年度も、山形地区と庄内地区の2会場で開催します。参加申込書など詳しくは当協会ホームページをご覧ください。

概ね1年以上社会保険事務を担当した方を対象とした『社会保険事務講習会』については、9月～10月に各地区で開催いたします。講習会のスケジュールや研修内容は、「社会保険やまがた」7-8月号・9-10月号にてご案内します。

【山形会場】

日時：令和8年6月26日（金）
13：30～16：00
場所：山形国際交流プラザ（ビッグウイング）
山形市平久保100
定員：75名（申込先着順）

【庄内会場】

日時：令和8年7月16日（木）
13：30～16：00
場所：庄内町文化創造館 響ホール
庄内町余目字仲谷地280
定員：30名（申込先着順）

山形会場・庄内会場ともに

講習内容は、健康保険及び厚生年金保険制度の仕組みと基礎的な事務手続き
講師は、年金事務所の職員及び社会保険労務士

【申込方法】

当協会ホームページから参加申込書をダウンロードし、必要事項をご記入のうえ、開催日の1週間前までFAX又は郵送でご提出願います。

なお、各会場とも定員になり次第締め切りとさせていただきますので、ご了承ください。

職場の健康づくり講習会に講師を派遣しますのでご利用ください

会費を納入いただいている会員事業所の皆さまの心と体のヘルスケアを目的として、事業所で実施する各種健康づくり講習会に講師を派遣します。（講師費用については、1カ年度に1回限り、当協会が負担しますので無料です。）

【講師派遣の講習会】

- ・ 歯科医師による「歯の健康」に関する講習会
- ・ 産業カウンセラー等による「メンタルヘルス」講習会
- ・ 保健体育専門家による「運動と健康、ストレッチ」実技指導
- ・ 栄養士による「食事と健康」等の講習会
- ・ 専門家による「ヨガ」、「エアロビクス」実技指導



講習会にかかるチラシ（申込書）につきまして、6月下旬に郵送いたしますが、申込書について当協会ホームページからダウンロードできます。

お問い合わせ・お申し込み

一般財団法人 山形県社会保険協会 〒990-0043 山形市本町 2-3-38 岩城ビル 4F

山形県社会保険協会

検索

TEL. 023-642-6261 FAX. 023-633-4114 URL <http://www.shahokyo-yamagata.jp/>



ヘルシーおからサラダ

おからは、食物繊維の他、カルシウムや大豆のイソフラボンも豊富で、骨の健康や代謝アップ、美肌効果も期待できる「スーパーフード」です。



材料 [4人分] ◎1人当たりおよそ122kcal

生おから	150g	A
きゅうり	1本	[寿司酢……大さじ2 マヨネーズ……大さじ1
にんじん	1/2本	
ゆでたまご	3個	塩、こしょう……適量
		レタス……飾り

作り方

- ① きゅうりは薄い輪切り、にんじんは千切りにし、塩揉み（塩は分量外）して水気を切る。
- ② ゆでたまごは食べやすい大きさに切る。
- ③ ボウルに生おからと①、Aを入れ混ぜ合わせ、塩、こしょうで味を整える。
- ④ 器にレタスを添え、②と③をバランスよく盛り付ける。

置賜支部からのお知らせ

- 日 時：令和8年6月20日（土）8時45分まで集合
- 場 所：ボナリ高原ゴルフクラブ
（福島県猪苗代町）
- 定 員：20名
- 参加費：3,000円（プレー費は自己負担）



置賜支部の健康づくり事業として、ゴルフ大会を開催します。皆さまの参加をお待ちしております。

【お申込方法】

①事業所名、②参加者氏名、③年齢を記載した申込書（任意様式）を6月5日（金）までFAX（023-633-4114）にてお申込みください。ただし、定員になり次第締め切らせていただきます。

新任所長のごあいさつ



年

寒河江年金事務所長
佐藤 功美

会員の皆様におかれましては、日頃より社会保険事業全般にわたり格別のご理解とご協力を賜り、厚く御礼申し上げます。

この度、4月1日付で寒河江年金事務所長に着任いたしました佐藤と申します。出身は秋田県由利本荘市です。寒河江地域は日本有数のさくらんぼ産地として知られるほか、慈恩寺・寒河江八幡宮などの歴史文化、温泉や最上川沿いの豊かな自然など、大変魅力的な地域だと感じております。さて、日本年金機構では、今年度の組織目標を「すべてはお客様のために～挑戦と改革～」とし、基幹業務の実績をさらに向上させ、お客様サービスの一層の向上及び正確かつ効率的な業務執行体制の確立に向けたデジタル化を進めてまいります。年金制度を実務として正確かつ公正に運営し、年金受給者に正しく年金をお支払いすることにより、無年金者・低年金者の発生を防止するという当機構のミッションを引き続き果たしていくためには、関係機関及び会員の皆様と連携を図っていくことが必要であります。今後とも引き続きご支援とご協力を賜りますようお願い申し上げます。



年

新庄年金事務所長
小野 勝

山形県社会保険協会会員の皆様におかれましては、日頃より社会保険事業全般にわたり格別のご理解とご協力を賜り、厚く御礼申し上げます。

この度、4月1日付で新庄年金事務所長を拝命いたしました小野と申します。前任地の寒河江年金事務所を引き続き、山形県内での勤務となります。どうぞよろしくお願いいたします。

さて、日本年金機構では令和8年度組織目標として「すべてはお客様のために～挑戦と改革～」を掲げて取り組んでおります。年金制度の適切な業務運営により、お客様の生活の安定に寄与するという当機構の使命を果たすべく、「すべてはお客様のために」という目標の下、お客様サービスのより一層の向上に努めてまいります。

今後とも、引き続きのご支援とご協力を賜りますようお願い申し上げます。