

回覧!! ・職場内での回覧は席にいらっしゃる方優先をお願いします
・「社会保険なら」は当協会ホームページをスマホやパソコンで検索してもご覧いただけます



奈良公園の鹿

春の気配が少しずつ… 良き一年となりますように！

最新情報や詳しい内容は
各ホームページでご確認ください

奈良県社会保険協会

奈良 社会保険協会

検索

日本年金機構

日本年金機構

検索

全国健康保険協会奈良支部

協会けんぽ 奈良

検索

CONTENTS

- 新年のごあいさつ
- 令和7年度 年金委員・健康保険委員功労者表彰
- 社会保険の手続きはオンラインサービスをご利用ください
- 「医療費のお知らせ」をお送りします!
- 施設利用会員証更新のご案内
- 「関西サイクルスポーツセンター」入場無料クーポンのご案内
- 健康保険ボウリング大会のご案内
- 大相撲三月場所 観戦チケットの斡旋!

謹賀新年

本年も皆様の一層のご支援ご協力のほど
お願い申し上げます



一般財団法人 奈良県社会保険協会
会長 小山新造



全国健康保険協会奈良支部
支部長 藪内章良



日本年金機構
奈良年金事務所
所長 川合圭一



日本年金機構
大和高田年金事務所
所長 栗久也



日本年金機構
桜井年金事務所
所長 大阪谷史朗

令和7年度 年金委員・健康保険委員功労者表彰

令和7年11月14日 グランドメルキュール奈良橿原「Main Hall 2」において、奈良県社会保険委員会連合会、奈良県内年金事務所、全国健康保険協会奈良支部の共催（後援：一般財団法人奈良県社会保険協会）で「令和7年度 社会保険委員合同研修会」を開催しました。その中で、政府管掌年金事業、健康保険事業に功労のあった年金委員及び健康保険委員に対し表彰を行いました。受賞された方々、誠におめでとうございます。ますますのご活躍をご祈念申し上げます。



被表彰者記念写真

令和7年度 被表彰者一覧

【年金委員】

■厚生労働大臣表彰

氏 名	事 業 所 名
川 崎 正 幸	奈良県電気工事工業組合

■日本年金機構理事長表彰

氏 名	事 業 所 名
小 西 淳 文	第一化工 株式会社
水 野 光 浩	株式会社 豊国

■日本年金機構理事表彰

氏 名	事 業 所 名
杉 森 茂	税理士法人 森田会計事務所
吉 井 千佳子	公益財団法人 奈良市生涯学習財団
高 橋 厚 子	松田産業 株式会社
小野木 文 徳	昭和化成工業 株式会社
後 藤 慶 一	株式会社 まちかど福祉ステーション
石 橋 鋭	桜井南都運送 株式会社

【年金委員・健康保険委員】

■奈良県社会保険委員会連合会長表彰

氏 名	事 業 所 名
下 村 祐 也	株式会社 ハンナ
岡 本 浩 至	奈良県商工会連合会
細 田 忠 生	奈良商工会議所
西 村 公 作	株式会社 上埜タイル
中 谷 守 男	社会保険労務士なかに事務所
金 谷 伸 司	株式会社 協栄製作所
勢 山 敏 隆	株式会社 中尾組
金 村 達 磨	奈良中央信用金庫
坂 本 伊玖真	株式会社 ツキエス

【健康保険委員】

■厚生労働大臣表彰

氏 名	事 業 所 名
佐 藤 百 代	株式会社 平井眞美館

■全国健康保険協会理事長表彰

氏 名	事 業 所 名
萩 原 誠	株式会社 テクノハギハラ

■全国健康保険協会支部長表彰

氏 名	事 業 所 名
福 田 善 隆	三和住宅 株式会社
小 泉 啓 子	株式会社 公益社
田 中 雄 一	中西建設 株式会社
平 田 明 美	日本宣伝 株式会社
中 村 香 織	株式会社 テレ・アンド・テクノ ミヤコ
佐 藤 千代子	株式会社 キタイ
中 野 里 重	株式会社 森下組
西 一 美	株式会社 山村組
中 野 くにえ	株式会社 ヨネセン
植 田 喜 憲	株式会社 天理時報社
宮 脇 直 子	ミヤワキ 株式会社
長谷川 知 子	宇陀化成工業 株式会社
佐 藤 真奈美	社会福祉法人 奈良県手をつなぐ育成会

(敬称略)





事業主の皆さまへ

社会保険の手続きはオンラインサービスをご利用ください

届書の作成から通知書の受け取りまでがオンラインで完結します！

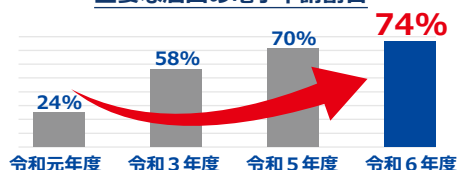
電子申請

○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・届出できるサービスです。

○主要な届出※の電子申請割合は、令和6年度末に約74%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

主要な届出の電子申請割合



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・通知書をオンラインで受け取れるサービスです。一度登録すると、定期的に受け取れます。

オンライン事業所年金情報サービスでこんな情報が受け取れます

名称	概要	メリット
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。	毎月、紙で届く口座振替額・領収済額の通知内容の管理が簡単になります。
社会保険料額情報	月末に納付していただく社会保険料の見込額の情報。	社会保険料額を、毎月20日頃に送付する実際の通知より先に知ることが出来ます。
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。	資格取得届等の提出により、前月と当月の社会保険料額に増減が生じた場合に、その理由や対象の被保険者等を知ることが出来ます。
被保険者データ	届書作成プログラム※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。	社会保険の手続きに必要な一部のデータの入力を省略でき、電子申請の際の手間を省けます。

※ 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。

簡単にご登録いただけます！まずはアカウントの取得から

GbizID

＼スマホで簡単、アプリ認証！／

- GbizIDは、1つのID・パスワードで複数の行政サービスにログインできる認証システムで、無料で取得できます。
- 日本年金機構の提供する「届書作成プログラム」と合わせて、申請に掛かる費用が抑えられます。

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！／

- スマートフォンによる認証が難しい方は、e-Govアカウントや、Microsoftアカウントを利用して申請することができます。
- 利用可能な電子証明書は日本年金機構ホームページをご確認下さい。



GbizID

検索

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



e-Gov電子申請

検索

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



日本年金機構
Japan Pension Service

(記事提供：日本年金機構奈良年金事務所)



「医療費のお知らせ」をお送りします！

協会けんぽでは、加入者の皆さまに健康に対する意識を高めていただき、健康保険事業の健全な運営に結び付けることを目的として、「医療費のお知らせ」をお送りしています。

送付時期 令和8年1月中旬から下旬 にかけて 事業所様あて に発送

※「医療費のお知らせ」には、個人情報が含まれていますので、開封せずに お勤めのご本人さまにお渡しください。

対象期間 主に 令和6年9月診療分から令和7年8月診療分まで

「医療費のお知らせ」は医療費控除の申告手続きに使用可能です。

1 「医療費のお知らせ」を添付すると、医療費控除の明細書の記入が省略できますが、令和7年9月～令和7年12月診療分等の「医療費のお知らせ」に記載のない期間分や交通費等については、医療機関等からの領収書等に基づき、ご自身が作成した医療費控除の明細書を確定申告書に添付する必要があります。

2 国税庁ホームページの確定申告書等作成コーナーから、スマホやパソコンで医療費控除の確定申告ができます。マイナンバーカード及びマイナンバーカード読取対応のスマートフォン（又はICカードリーダー）があれば、マイナポータルと連携して医療費の情報を取得でき、「医療費控除の明細書」に自動入力することができます。



確定申告（医療費控除）については、国税庁ホームページ または 管轄の税務署 にてご確認ください。



（国税庁HP）

「医療費のお知らせ」の送付は今回を最後に終了します。

ご自身の医療費情報の確認については、マイナポータルをぜひご利用ください。

協会けんぽでは、「医療費のお知らせ」を毎年送付しておりますが、マイナポータル等のデジタル化の推進に伴い、今回の送付を最後に終了します。なお、今後は希望される方からの依頼により、お送りする予定です。

電子申請サービスが始まります！！

～各種申請手続きがオンラインでもっと手軽に～



令和8年1月からオンラインで各種給付金の申請ができる電子申請がスタートします。

電子申請は郵送に係る手間がないことや、申請後の処理状況がオンラインで確認できること等、メリットがたくさん!!
ぜひご利用ください。詳しくはホームページをご覧ください。



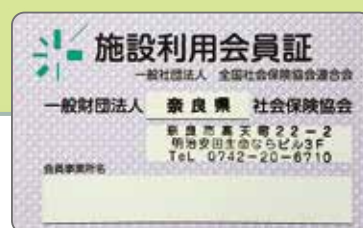
電子申請の利用・
詳細については、
電子申請特設ページを
ご確認ください。



全国健康保険協会 奈良支部
協会けんぽ

施設利用会員証 更新のご案内

- 被保険者やご家族の皆様が当協会の契約施設を割引にてご利用いただく場合、「施設利用会員証（以下、会員証という）」の提示（一部契約施設を除く）が必要です。
- 現行会員証【紙カード版】（水色）の有効期限が**2026年3月31日**となっており、4月以降は新しい会員証【紙カード版】（薄紫色）をご利用いただくこととなります。
- 新しい会員証（薄紫色）は、事業所様からのお申込みにより、お送りします。
- お申込み**はホームページの「施設利用会員証」申込書PDF欄を**クリック**してください。
- 新しい会員証（薄紫色）は、事業所様に届いた時点から2029年3月31日まで、ご利用いただけます。
- 契約している宿泊施設やテーマ施設を割引価格にてご利用いただけます。関西サイクルスポーツセンターや信貴山のどか村など、会員証を提示するだけで割引利用できる施設もあります。
- なお、契約施設のご利用前に、ご利用者自ら発行（スマホ等の画面表示）できる「施設利用会員証【WEB版】（有効期限：発行日から14日間）」についても、ご利用くださいますよう併せてご案内いたします。
※ホームページの「施設利用会員証」(WEB版)の作成欄をクリック。
※WEB版については、2026年4月1日以降も水色です。



以上、詳しくはホームページの「施設利用会員証」欄をご覧ください。

奈良 社会保険協会

検索

<https://www.shaho-nara.or.jp>



入場無料クーポンのご案内

レッツ!! コギコギ!! エクササイズ!!

入場無料

会員事業所に勤務の被保険者様とご家族限定!!

キャンペーン

みんなで遊べる♪

めっちゃ楽しい!!



おもしろ自転車 いっぱい

対象日：令和8年

1月
3(土)・4(日)
10(土)・11(日)・12(月祝)
17(土)・18(日)
24(土)・25(日)
31(土)

2月
1(日)
7(土)・8(日)・11(水祝)
14(土)・15(日)
21(土)・22(日)・23(月祝)
28(土)

3月
1(日)
7(土)・8(日)

〒586-0086

大阪府河内長野市天野町1304

TEL0721-54-3101

関西サイクルスポーツセンター

営業時間と定休日、イベント情報は当センターHPをチェック!

関西サイクル

検索

<https://www.kcsc.or.jp>



入場無料クーポン

このクーポンを切り取って、ご来場人数をご記入いただき、入場ゲートにてご提出ください。

※本クーポンでの団体利用はできません ※他のクーポン及び他のサービスの併用はできません
※本クーポンで各乗り物のご利用はできません ※1枚につき5名様まで有効
※入場無料クーポンはコピーしてご利用ください ※有効期限：2026年3月8日(日)までの対象日

利用人数	おとな	こども
	名様	名様

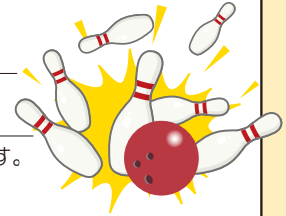
一般財団法人 奈良県社会保険協会



第65回 健康保険ボウリング大会のご案内

職場の皆様とご家族の健康増進とレクリエーションの一環として「第65回ボウリング大会」を開催します。どうぞ奮ってご参加ください。

日時・会場	令和8年3月1日(日) 10:00集合 10:30スタート トドロキボウル (大和郡山市白土町218-4)
参加資格/チーム数	・大会当日に会員事業所の健康保険(組保管掌含む)の被保険者及び被扶養者 ・1事業所2チームまでで、1チーム3名(男女混合可)とします。
競技方法	・1人3ゲーム(ヨーロッパ方式)とし、チーム合計点数により順位を決定します。 ・女子:1ゲーム15点(3ゲーム45点)のハンディキャップを加算します。 ・レーンは事前に主催者にて抽選を行い各チームにご連絡します。
参加費	1チーム(3名) 6,000円(貸靴が要る場合は別途1人400円負担) ※当日、会場にて領収します。
表彰	賞状/賞品:【チーム】優勝・準優勝・3位 【個人】HG賞(男女別) 賞品【チーム飛賞】5位・10位
申込方法	下記「申込書」によりFAXにてお申込みください。 申込期限: 1月30日(金) 先着順にて16チームになり次第、締切とします。
ご協力事項	※申込取消・参加者変更・投球順変更は、2月25日までにご連絡ください。 ※申込取消の場合、2月14日以降は キャンセル料が発生します。 TEL 0742-20-6710



第65回 健康保険ボウリング大会申込書 (FAX番号 0742-20-6711)

投球順	L	参加者氏名(ふりがな)	性別	健康保険記号番号	貸靴
第1投者	<input type="checkbox"/>	()	男・女		<input type="checkbox"/> 要 <input type="checkbox"/> 不要
第2投者	<input type="checkbox"/>	()	男・女		<input type="checkbox"/> 要 <input type="checkbox"/> 不要
第3投者	<input type="checkbox"/>	()	男・女		<input type="checkbox"/> 要 <input type="checkbox"/> 不要
事業所名					
事業所所在地	〒				
部署電話番号	(部署/ご担当者名)				
ご担当者メールアドレス	@				

上記情報は、当協会の健康保険ボウリング大会受付業務以外には使用しません。「L」欄にはリーダーを1名✓してください。*記入事項はゴム印の押印可です。
2チームでのお申込みは用紙をコピーしてください。「健康保険記号番号」は「資格情報のお知らせ」や「資格確認書」にも表示されています。
*参加チームの決定は、2月1日以降、上記メールアドレス(事業所ご担当者)へお送りします。万一、2月10日までに届かない場合は直ぐにお電話ください。



©公益財団法人日本相撲協会

大相撲三月場所 観戦チケットの斡旋!

年に1回、大阪で観戦できるチャンス!
日本が世界に誇る伝統文化、迫力ある取組みを
イス席にてゆったりとご観戦ください!



©公益財団法人日本相撲協会

日程	2026年 3月20日(祝)
会場	エディオンアリーナ大阪 (大阪府立体育会館)
料金	C席 料金 4,000円(会員事業所様特別価格)
対象	会員事業所の被保険者 (健康保険・厚生年金)とご家族
締切	2026年 1月30日(金)

30名様
限定

お
申
込
方
法

- ① 申込書に必要事項をご記入のうえ、締切日までにお申し込みください。
◆被保険者を含む最大3席までのお申込みとします。
◆応募多数の場合は抽選となります。
- ② 締切日以降、担当部署メールアドレスあてに抽選結果をご連絡します。
- ③ 当選者には、チケット料金振込確認後、2月20日(金)～27日(金)の間に、事業所担当部署様あてにチケットを郵送します。
◆「座席位置の指定」「お申込み後の取消し」はお受けできませんのでご注意ください

【お申込み手順】①当協会ホームページのトップページ「優待施設・優待チケット/大相撲大阪場所」欄をクリック → ②「申込書」をプリントアウト → ③記入 → ④FAXにて申込み → ⑤当選の場合、指定口座へチケット代金を振込む → ⑥チケットが職場に届く

会員事業所の皆様へ

【社会保険事務講習会のご案内】～会員事業所様限定～

- ・次回、社会保険事務講習会の日時と会場を次のとおり決定しました。
- ・「社会保険なら3月号」にて募集します。今から**スケジュール帳などに記入**してくだされれば幸いです。皆様のご参加をお待ちしております。

○【奈良会場】5月13日(水) 14:00～16:30
エルトピア奈良(奈良市西木辻町93-6)

○【橿原会場】5月19日(火) 14:00～16:30
橿原市コンベンションルーム(橿原市内膳町1-1-60 ミグランス4F)

【バンビシャス奈良】㊦割引対象大幅増、ご予約好評受付中!

- ・4/12までの**全試合(席種も大幅増)**を優待割引でご利用いただけます。手数料(一般販売と同額)はかかりますが、お得な優待価格でお好きな日程/座席にて観戦できます。橿原での試合もあります。ぜひ、ご利用ください。**プロの試合は凄い!バンビナス**(オフィシャルダンスチーム)の応援アクションは**迫力満点!**詳しくは「社会保険なら11月号4p(ホームページでご覧いただけます)」に掲載

【施設利用会員証(WEB版)】6p参照

- ・現在、会員事業所様に発行した施設利用会員証を優待施設ご利用時に提示いただいておりますが、これに加えて利用者が直接ダウンロードして画面表示にてご利用**(作成日から14日間)**いただくことができます。

*詳しくは、**当協会ホームページ**の「施設利用会員証」欄をご覧ください。

★ホームページへのアクセスはこちら!

奈良 社会保険協会 検索
https://www.shaho-nara.or.jp



奈良県社会保険協会

【問題】

次の記述が正しいか、○か×でお答えください。

『自身の医療費情報はマイナポータルでも確認できる』

ヒント:「5ページを見てね!!」ポン太より

ポン太くんの
社会保険クイズ



【応募方法】

ハガキに①～⑤を必ず記入のうえお送りください。

- ①答え ②会員事業所名 ③事業所所在地 ④応募者氏名 ⑤今月号で最も良かった記事へのコメント。
個人情報(目的以外に使用しません)。

正解者の中から1名様に「ガラスフロート温度計」をさしあげます。



【宛先】

〒630-8241

奈良市高天町22-2 明治安田生命奈良ビル3F

(一財)奈良県社会保険協会

奈良県社会保険協会クイズ1月号係

【締切】 1月25日当日消印有効

【11月号の答え】 イ

【11月号当選者】 仲嶋 雪美 様

1月の運勢

五行易占い	ラッキーカラー	吉方位	健康運	金運	仕事運
1月生	物事がゆっくりと進む決断するも結果遅れる	朱	南東	○	△
2月生	何事もあきらめない事継続が必要な時かも	紫	北西	△	○
3月生	やる気が出ずミス連発人のアドバイス聞かす時	金	東南	◎	△
4月生	銀色のペンで集中力とひらめきアップに効果	銀	西南	○	△
5月生	食べ合わせに注意して睡眠を多く取ると良い	黒	北	△	◎
6月生	イメージチェンジの時明るい笑顔でスタート	銀	西南	△	△
7月生	悩むことは解決の兆し自分から動く事が大事	黒	北	△	○
8月生	昨年中断した話が動く諦め無い姿勢が大切	朱	南東	△	○
9月生	周囲に惑わされず今は自分で解決すべき	紫	北西	◎	△
10月生	仕事運に影響がない様床に物を置かないこと	紫	北西	◎	△
11月生	初売セールの宣伝注意人の意見を取り入れて	赤	南	△	△
12月生	古い友人に会う事多し笑顔で白をメインに	白	西南	○	△

占 テルテル・如亜(天理市荒時町) 泰 如亜

歴史探訪

ウォーキング スポット

1 歩いて楽しい 奈良町界限



奈良市を訪れる人達から「ならまちってどこ?」とたずねられることがある。奈良の奈良町って、変な呼び名に聞こえるが、奈良町は確かに存在する。都が平安京に遷ってから、平城京の外京であった町割をもとに、中世に新しく発達した町をさす。その範囲はすごく広いのだが、主な所だけなら小半日もあれば十分に見て回ることができる。古い町並みと古社寺をめぐる楽しい散策となる。行程は4km程度。

長田光男氏著書「歴史探訪健康ウォーキングII」より抜粋 オールカラー/62頁