

回覧!! ・職場内での回覧は席にいらっしゃる方優先でお願いします
・「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

寒風緩み就職異動退職の春、事務手続きはお早めに！

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

- 資格喪失届は速やかに提出しましょう
- 社会保険事務はオンラインサービスで効率よく行えます
- 加入者・事業主の皆さまへ 退職後の健康保険のご案内
- 令和8年3月分(4月納付分)からの保険料率のお知らせです
- 「社会保険事務講習会」開催のお知らせ
- 優待利用新規契約施設のご案内
- なんばグランド花月 指定席予約引換券 斡旋のご案内!
- 新規宿泊優待施設のご案内



資格喪失届は速やかに提出しましょう

従業員（健康保険・厚生年金保険（以下「健康保険等」の被保険者）が退職や死亡、または契約変更等により健康保険等の資格基準を満たさなくなった場合、健康保険等の資格を喪失する者（70歳以上被用者を含む）が生じた場合は、事実発生日から5日以内に、事業主が「健康保険・厚生年金保険被保険者資格喪失届／70歳以上被用者不該当届」（以下「喪失届」）を提出します。

郵送で提出する場合の送付先

〒541-8533 日本年金機構 大阪広域事務センター

（※郵便番号と事務センター名の記入のみで届きます。）

◎「喪失届」に記入いただく「資格喪失年月日」については、以下の表をご確認いただき、記入誤り等のないようにご注意ください。

資格がなくなる事由	資格喪失年月日
退職等による資格喪失	退職日の翌日、転勤の当日、雇用契約変更の当日
死亡による資格喪失	死亡日の翌日
75歳到達による健康保険の資格喪失	誕生日の当日
障害認定による健康保険の資格喪失	認定日の当日
社会保障協定による健康保険の資格喪失	社会保障協定発効の当日、相手国法令の適用となった日の翌日

資格喪失届の添付書類

- ① 資格確認書（交付されており、有効期限内である場合のみ、被扶養者分含む）
- ② 高齢受給者証、特定疾病療養受療証、限度額適用認定証、限度額適用・標準負担額減額認定証（交付されている場合）
- ③ 健康保険資格確認書回収不能届（届書に資格確認書を添付できない場合）



ご案内 社会保険事務はオンラインサービスで効率よく行えます

オンラインサービスを利用すると…

Point 1

24時間365日
いつでもどこでも申請



Point 2

通知書が早く届く
情報の定期的な受け取り



Point 3

郵送費・交通費の
コスト削減



オンラインサービスの詳細や申し込み方法等は、こちらからご確認ください。

日本年金機構 電子申請

検索



<https://www.nenkin.go.jp/denshibenri/index.html>

ねんきん加入者ダイヤル

（日本年金機構「電子申請・電子媒体申請」照会窓口）

0570-007-123（ナビダイヤル）⇒「2番」をお選びください。

※050から始まる電話でおかけになる場合は、03-6837-2913⇒「2番」をお選びください。（受付日時等はHPをご覧ください。）



加入者・事業主の皆さまへ 退職後の健康保険のご案内

ご退職後に加入する健康保険には以下の**3つの選択肢**があります。保険料などを比較いただき、加入条件をご確認のうえ、ご希望の健康保険でお手続きください。

加入先	協会けんぽの健康保険任意継続	国民健康保険	ご家族の健康保険 (被扶養者)
手続き先	お住まいの協会けんぽ都道府県支部	お住まいの市町村	ご家族の勤務先
加入条件	<ul style="list-style-type: none"> 退職日までに被保険者期間が継続して2か月以上あること。 退職日の翌日から20日以内に加入手続きを行うこと。(郵送の場合は必着です。) 	お住まいの市町村の国民健康保険担当課にお問い合わせください。	ご家族が加入している健康保険の扶養の条件を満たす必要があります。 詳細は、ご家族の勤務先にお問い合わせください。
保険料の算出方法	<ul style="list-style-type: none"> 退職時の標準報酬月額に保険料率を乗じて決定します。 <div style="display: flex; align-items: center; justify-content: center;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-right: 10px;"> 退職時の標準報酬月額 〔令和8年度 上限は32万円〕 </div> <div style="font-size: 2em; margin-right: 10px;">×</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-right: 10px;"> お住まいの都道府県保険料率 〔変更となる場合があります〕 </div> <div style="font-size: 2em; margin-right: 10px;">=</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> 1か月分の保険料 </div> </div> <ul style="list-style-type: none"> 退職後は事業主負担分も負担することになりますので、退職時の健康保険料の2倍となります。(上限あり) 保険料の減免制度はありません。 	<ul style="list-style-type: none"> 前年の所得や世帯人数などに応じて決定され、毎年見直しが行われます。 倒産や解雇などによる保険料の減免制度については、お住まいの市町村の国民健康保険担当課にお問い合わせください。 <p style="color: red;">※任意継続よりも保険料が安くなる場合があります。</p>	※ご家族の勤務先の健康保険(被扶養者)に加入した場合、保険料の負担は原則ありません。
	<ul style="list-style-type: none"> 40歳から64歳までの介護保険第2号被保険者に該当する方は、介護保険料率が加わります。 令和8年4月分より、子ども・子育て支援金率が加わります。 		



令和7年12月2日以降の受診方法について

No.	受診方法	使用可能な医療機関	有効期限
1	マイナ保険証	オンライン資格確認が可能な医療機関	なし
2	資格確認書	すべての医療機関	最長5年
3	マイナポータル(スマートフォン) + マイナンバーカード	すべての医療機関	なし
4	資格情報のお知らせ + マイナンバーカード	すべての医療機関	なし

マイナ保険証のご利用について

マイナ保険証のご利用には、マイナポータルから登録手続きが必要です。

※現状、一部の医療機関等において、マイナ保険証の利用・利用登録ができない場合がありますのでご注意ください。

利用登録方法について詳しくはコチラ↓

マイナポータルアプリはこちらから↓インストールできます↓



■利用登録の方法

- ①医療機関・薬局の受付(カードリーダー)で行う
- ②「マイナポータル」から行う
- ③セブン銀行ATMから行う



iPhone



Android



「もしも」と「いつも」に安心を。

協会けんぽ

全国健康保険協会 奈良支部

(記事提供: 全国健康保険協会奈良支部)



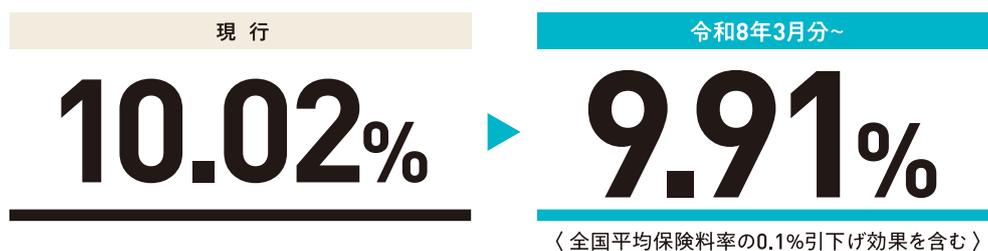
加入者・事業主の皆さまへ

奈良
支部

けんぽと **もっと!** 健康を **もっと!**

令和8年3月分(4月納付分)からの 保険料率のお知らせです

健康保険料率



※令和8年4月分(5月納付分)より子ども・子育て支援金制度が始まります。
 ※健康保険料、介護保険料、子ども・子育て支援金は労使折半となります。
 ※40歳から64歳までの方(介護保険第2号被保険者)には、健康保険料率と子ども・子育て支援金率に介護保険料率が加わります。
 ※賞与については、支給日が3月1日分から変更後の保険料率が適用されます。
 ※任意継続被保険者の方は、令和8年4月分の保険料率から変更となります。

保険料率についての
特設サイトはこちら



健康保険料率9.91%のうち、6.67%分は加入者の皆さまの医療費等に充てられる基本保険料率となり、3.24%分は後期高齢者医療制度への支援金等に充てられる特定保険料率となります。

★保険料は、納付期限までに納めていただくようお願いいたします。★健康保険組合における保険料額等については、ご加入の健康保険組合へお問い合わせください。
 ★ご加入の支部は資格情報のお知らせ等の「保険者名称」をご確認ください。(居住する都道府県とは異なることがあります。)



「社会保険事務講習会」開催のお知らせ

算定基礎届の提出に関する**練習問題**や**Q&A**を取り入れながら届書の書き方を**実習形式**にて行ないます。届書作成に自信のない場合や復習のために、ご担当者を対象とした事務講習会です。また、協会けんぽからは、**健診からアフターフォロー**までの「いろは」を解説します。
2時間半の勉強会、参加費・テキスト代は**無料**です。ぜひ、ご参加ください！

日時・会場

奈良会場 〈定員80名〉

5月13日(水)

14:00~16:30

**エルトピア奈良
大会議室3F**

(奈良市西木辻町93-6)
奈良交通 瓦町バス停前

橿原会場 〈定員80名〉

5月19日(火)

14:00~16:30

**橿原市コンベンションルーム
ミグランズ4F**

(橿原市内膳町1-1-60 橿原市役所分庁舎)
近鉄大和八木駅より南、徒歩2分

内 容

- ① 算定基礎届等、社会保険料額決定に関する職場における事務手続きをシミュレーション
- ② 健診とその後のフォローに関する職場での役割を解説

講 師

日本年金機構職員 / 全国健康保険協会奈良支部職員

受講対象者

奈良県社会保険協会会員事業所に勤務の方

参加費

無料 ※参加者には職場で便利な「社会保険の事務手続(最新版)」を進呈!



申込方法

下の「参加申込書」に必要事項を記入のうえ、FAXにてお申込みください。

FAX 0742-20-6711

【申込締切：4月14日(火)】 ・先着順で定員になり次第締切りとし、その旨、ホームページにてお知らせします。

お問合せ

TEL 0742-20-6710 (奈良県社会保険協会)

ご協力事項

*駐車場：確保していません。 *喫 煙：ご遠慮下さい。
*飲 食：ご遠慮ください(缶飲料・ペットボトル程度は可)。

参 加 申 込 書

希望会場	どちらかに <input checked="" type="checkbox"/> してください。 <input type="checkbox"/> 奈良(5/13) <input type="checkbox"/> 橿原(5/19)	
ふりがな		
参加者氏名		
事業所名		
事業所所在地	〒	
事業所電話番号	(部署・ご担当者名)	
※社会保険協会 使用欄		

*上記情報は、当協会の事務講習会受付業務以外には使用しません。
*記入事項はゴム印の押印可です。
*お申込者が4名以上の場合は、参加申込書(用紙)を適宜コピーしてお申込みください。

優待利用新規契約施設のご案内



～ 会員事業所の被保険者（健康保険/厚生年金）の皆様へ **特別ご優待!**～

< 菊水楼 The KIKUSUIRO narapark >

〒630-8301 奈良市高畑町1130



【Time Travel WEDDING】

< 成約時お見積もりからの割引 >

- ① 新郎新婦ご本人が被保険者（健康保険/厚生年金）の場合
→ **最大20%OFF**
- ② 親御様が被保険者の場合 → **最大15%OFF** 注：①と②の併用不可

※ブライダルフェア時に、**このご案内をご持参（ご提示）**ください。
 ※上記に加えブライダルフェア**ご来館特典**が**いっぱい**。
 ※ブライダルフェアのご予約、ご来館特典については、**当協会ホームページ**をご覧ください。

TEL: 0742-23-2002

(平日 12:00～18:00 土日祝 9:00～18:00 火・水定休 ※祝日は除く)



【料亭・宴会】

料亭ご利用時 ⇒ 総額より **10%OFF**

宴会 (20名様以上) ご利用時 ⇒ ① おひとり様 **1,000円OFF**

② 乾杯酒 (1,000円相当) をお人数分プレゼント

※ご予約フォームまたはお問合せ時に「**社会保険ならを見た**」とお伝えください。
 ※お問合せ・ご予約ほか詳しいことは、**当協会ホームページ**をご覧ください。

TEL: 0742-23-2001 (10:00～18:00 火・水定休 ※祝日は除く)



なんばグランド花月

指定席予約引換券 幹旋のご案内!

【例】サラリーマンを辞め1人で起業して1年、40歳代 Aさんの場合】

最近、社会保険協会に加入、年会費2,400円を振込みました。さっそく、「なんばグランド花月」へ妻と子ども2人とで行きました。4人で5,200円の割引(お得!!)。家族みんな大いに笑いました。次は、家族のリフレッシュで温泉旅行に行き、会員限定割引の「ホテル」に泊れたらと考えています。また、社会保険の事務がまだ少し不慣れなので、5月に開催の「事務講習会」にも参加するつもりです。「会報誌」が2か月ごとに届くし、今後従業員を増やすことを考えると、社会保険協会に加入してホント良かったと思います。

漫才やコント、落語、新喜劇をお好きな日時にお仲間やご家族でお楽しみいただけます。ぜひ、劇場で思いっきり笑って、スッキリ!

【1F指定席】通常 **5,000円** → **3,700円**

利用方法

- ※ 申込み方法や詳細は、当協会**ホームページ**の「なんばグランド花月」欄をご覧ください。
- ※ 申込締切日は毎月月末で、**翌々月から当該年度内2月までの最大6か月間**ご利用いただけます。

(例) 3月のお申込み → 4月に引換券を郵送 → 引換券の有効期間 5月～10月
 8月のお申込み → 9月に引換券を郵送 → 引換券の有効期間 10月～2月

- 【注意事項】
- ※ 被保険者（健康保険/厚生年金）1名につき5名様までお申込みできます。
 - ※ 引換券利用日が4月～翌年2月の期間につき1回お申込みできます。
 - ※ 有効期間のうち、特別興業期間（GW・夏休み・お盆、年末年始、春休み）など、貸切公演ではご利用不可。
 - ※ 5歳以上または身長110cm以上のお子様はお席が必要。
 - ※ 指定席の座席指定はできません。座席数には限りがあります。





新規宿泊優待施設のご案内

2026.3.1現在

今回は、新規の宿泊施設をご紹介します。既契約施設と併せて、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。利用方法は、この表下の欄外にあります。



対象施設 ()内は電話番号	利用料金	備考
【城崎温泉】 17施設 西村屋ホテル招月庭 (32-3535) 西村屋本館 (32-2211) ときわ別館 (32-2814) 千年の湯 古まん (32-2331) つたや (32-2511) 泉都 (32-2521) 大和屋 (32-2018) しののめ荘 (32-2411) 月のしずく (32-3120) おけ庄 (32-2058) みつわ (32-2421) 川口屋城崎リバーサイドホテル (32-2611) あさぎり荘 (32-2921)	宿泊料金 日帰り入浴 食事 各 10%割引	電話市外局番 0796 左記4施設の「施設利用会員証」提示は紙カードのみ対応 (WEB版不可)
【白浜/椿/すさみ/龍神の各温泉】 7施設 ホテル三楽荘 (43-1111) SHIRAHAMA KEY TERRCE HOTEL SEAMORE (43-1000) 湯処むろべ (42-3300) オーベルジュサウステラス (42-4555) 湯治のできる宿しらすぎ (46-0321) 南紀すさみ温泉ホテルベルヴェデーレ (55-3630) まごころの宿丸井旅館 (78-0018)	ー 宿泊料金 10%割引 宿泊料金 5%割引 ランチ料金 10%割引 宿泊料金 大人 2,200~3,300円割引 小人 440~550円割引 宿泊料金 (1泊2食付き規定料金) の 10%割引 宿泊料金 5% / ランチ料金 10% 各割引 宿泊料金 10%割引 (特別割引プラン除く) 宿泊料金 (1泊2食付き規定料金から1人あたり大人のみ) 1,000円割引	電話市外局番 0739
【川湯/南紀勝浦の各温泉】 4施設 山水館川湯みどりや (42-1011) 山水館川湯まつや (42-1004) ホテル浦島 (52-1011) 万清楼 (52-0033)	宿泊料金 5%割引 ランチ料金 10%割引	電話市外局番 0735
【その他】 4施設 シーサイドホテル舞子ビラ神戸 (078-706-3711) 神戸市 HOTEL MOGANA (075-606-5281) 京都市 京都竹の郷温泉万葉の湯京都エミナース (075-332-5800) 京都市 レジャー&スパリゾートASOBIYUKU 京都るり溪温泉 (0771-65-5001) 南丹市	ー 宿泊料金 (正規料金から) 10%割引 1泊につき1部屋料金から 20%割引 宿泊料金 (正規料金から) 10%割引 宿泊料金 (正規料金から) 5%割引	ー 兵庫県 京都府

- 【利用方法】**
- ① 利用者が、電話により直接施設に申し込む。
 - ② その際「奈良県社会保険協会の会員」である旨を伝える。
・割引除外日あり ・他の割引との併用不可 ・割引対象者や割引人数に制限あり
 - ③ 利用当日、代表者は「施設利用会員証」を施設フロントに提示する。

会員事業所の皆様へ

【施設利用会員証(紙カード)の更新はお済ですか?】

1月号の6pでもご案内しましたが、現行会員証【水色】の有効期限が**2026年3月31日**となっています。

- ・現在、お申込みいただくことにより新しい会員証【薄紫色】(有効期限2029年3月31日)をお送りしています。
 - ・当協会が契約している**殆どの優待施設に「施設利用会員証」が要ります**ので、4月以降、職場の皆様が必要となる前に、ぜひお申込みください。
 - ・なお、現在、事業所に施設利用会員証が無い場合もお申込みくださればお送りします。
 - ・また、今回は紙カードの更新になりますが、**WEB版カード**については、現行どおり使用できます。
- ※お申込方法など詳しくは、ホームページの「施設利用会員証」欄をご覧ください。

【会費(令和8年度)の納入は6月30日(火)までです!】

あらかじめ、お知らせいたします。

- ・奈良県社会保険協会では年に1回、会費の納入をお願いしています。
- ・「令和8年度会費(4月1日～翌年3月31日分)」納入のご案内は**5月初旬**、会報誌(社会保険なら)や図書(社会保険の事務手続)と一緒に**「払込取扱票(納付書)」をお送りします**。
- ・払込期限は6月30日ですが、お早めにご準備のうえ払込みくださいますようご案内申し上げます。
- ・当協会の行事や各種会員サービスは、すべて会員事業所様から納入いただく貴重な会費により運営しています。引き続き、ご理解とご協力を賜りますようお願い申し上げます。

- ・スマホやパソコンから簡単検索！ぜひ**ホームページ**をご覧ください。

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

ポン太くんの社会保険クイズ



【問題】

資格喪失届の添付書類について、正しいものはア、イ、ウのどれでしょうか?

- ア 有効期限内の資格確認書
- イ マイナンバーカードの写し
- ウ 健康保険被保険者証

ヒント:「2ページを見てね!!」ポン太より

【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会員サービス(優待や行事)で皆様にお奨めしたい内容または利用してみたい内容、その理由。

個人情報情報は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 3月号係

【締 切】 3月25日当日消印有効

【1月号の答え】 ○

【1月号当選者】 吉岡 一美様

3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 寒暖差で体力落ちそうニラと睡眠で乗り切る	緑	東	△	△	○
2月生 思い付きの行動は注意先輩のアドバイス大事	白	西	◎	○	△
3月生 今飛躍のチャンスかも今迄のアイデア実行に	緑	東	○	△	○
4月生 落ち着いて丁寧な行動が今一番大切な時	黒	北	△	△	△
5月生 秘密にしていた事がばれそう!言葉に注意	黒	北	△	△	○
6月生 失敗から学ぶ次の対策計画を紙に書いてみる	黒	北	△	○	△
7月生 雑用に追われパニック赤い花からパワー貰う	赤	南	△	◎	△
8月生 柱の角を背に座ると集中力は上がらないよ	紫	北西	△	△	○
9月生 アップダウンの多い時努力して来た人は光が	銀	西南	△	△	○
10月生 メモから糸口見つかるプラス思考で行動は吉	赤	南	○	○	◎
11月生 落ち着いて対処すれば応援も有リスムーズに	銀	西南	○	◎	○
12月生 周りの意見に従う事で結果上手く進みそう	金	東南	○	△	△

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

7 百万石の城下町 大和郡山のいま昔



菜の花の中に城あり郡山 森川許六
 大和郡山市の城跡にある城址会館の前庭に建つ句碑である。江戸時代の後半、奈良盆地では菜種が盛んに作られた。菜の花畑を通して望む郡山の春が目に見えかぶよつである。豊臣秀長の頃は百万石の城下町として栄えた郡山。その後柳澤氏が入部して明治を迎えたが、今も街のあちこちに城下の風格と風情を残す。
 近鉄郡山駅から城跡や城下町を訪ねて歩こう。行程は約5km。

長光男氏著書「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