

社会保険にいがた 12

一般財団法人新潟県社会保険協会

12

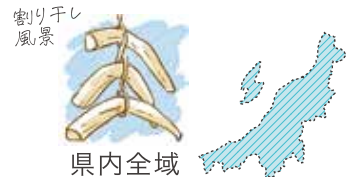
Contents

- 令和7年度 新潟県年金委員・健康保険委員功労者表彰式が開催されました
- 健康保険被扶養者異動届について
- 令和7年度「医療費のお知らせ」をお送りします
- けんぽアプリが令和8年1月下旬スタート
- 「施設利用会員証」更新について など

2025
NO.952



干し大根漬け



HOSHIDAIKONDUKE

雪 国新潟の越冬

料理として最も大事な食材といっても過言でないのが大根だ。県内各地で大根を栽培、保存し、さまざまな料理で味わってきた。保存方法は生、漬ける、干す。なかでも大根を乾燥させた干し大根をニンジンや数の子、昆布、スルメイカとともに漬ける料理は下越地方では「切り干し大根漬け（略して「切り干し」）」、上越地方では「はりはり漬け」と呼ばれ、冬の保存食として大量に作り、おかずやお茶請けとして楽しむ。干し大根を使った料理の代表格だ。

大根の干し方も地域によって違いがある。新潟市周辺では、大根を縦に六つ割りや八つ割りにしたものを紐で編んで吊るす割り干しが主流のようだ。一方、上越地域では細めの大根を丸ごと干して、それを輪切りにしたものを漬ける人も多いという。

「切り干し」も「はりはり漬け」も作り方はほぼ同じ。干した大根に熱湯をかけて臭みを取ってから小口切りや輪切りに。割り干し大根は最初にハサミでカットする方法もある。ニンジンと昆布は細切り、数の子は塩出し。調味液はしょうゆ、み



りん、酒を混ぜてひと煮たちさせて冷ましたもの。容器に材料と調味液を入れて混ぜ、数日おく。好みで酢や砂糖、生姜や鷹の爪、柚子などの薬味を入れることも。食べるタイミングも家庭の好みだ。市販の松前漬の素（乾燥昆布とスルメ、たれがセットになったもの）を使うと手軽にできるので、正月前には県内スーパーに大量に並ぶ。家族や親せきが集う正月に、みんなでポリポリとかみしめながら、雪国の冬を支える大根の存在に感謝する。そんな料理なのかもしれない。

文／高橋真理子（NPO法人にいがた食の図書館） イラスト／荒井晴美

社会保険協会からのお知らせ

新潟県社会保険協会の新しいホームページアドレスをお知らせします

広報紙「社会保険にいがた」の他、社会保険事務講習会をはじめとする各種セミナー、被保険者・ご家族の健康づくりや厚生福利を応援する事業、優待事業など、情報盛りだくさんです。新しくなったホームページを、是非ご覧ください。

<https://shaho-niigata.or.jp/>



令和8年1月からの広報紙「社会保険にいがた」の発行について

紙による発行
(郵送によるお届け)



偶数月
(2月・4月・6月・8月・10月・12月)

電子版による発行
(HPIに掲載)



奇数月
(1月・3月・5月・7月・9月・11月)



■ 令和7年度 新潟県年金委員・健康保険委員功労者表彰式が開催されました

11月12日(水)に年金委員・健康保険委員功労者への表彰式が開催されました。
 年金委員・健康保険委員として、永年にわたり制度の周知、従業員への指導などそれぞれの職域のなかで活動され、政府管掌年金事業、協会けんぽ管掌健康保険事業の推進、発展にご協力いただいている方の中から、功績が特に顕著と認められる方に対して、表彰が行われました。
 表彰を受けられた皆様、誠におめでとうございます。

受賞者の方々は次のとおりです (敬称略・順不同)

年金委員	厚生労働大臣表彰			
	佐藤 貴樹	三信興業 株式会社	遠藤 秋子	丸三安田瓦工業 株式会社
	川合 宝次	明星セメント株式会社 糸魚川工場		
	日本年金機構理事長表彰			
	樋口 直子	株式会社 サニーサニター	神林 正美	新潟環境サービス 株式会社
	旭 雅幸	リンコー港運倉庫 株式会社	大澤 則夫	燕商工会議所
	本田 宏	株式会社 北越ペーパーテック新潟	橋本日登美	信越建設工業 株式会社
	涌井 君子	株式会社 広川工務店	大津 圭市	株式会社 文明屋
	平井 和博	日鉄工材 株式会社		
	日本年金機構理事表彰			
	萱森 達夫	株式会社 第四北越銀行	倉林興之輔	高助コーポレーション 株式会社
	山田 祐司	国際佐渡観光ホテル 株式会社	中村 薫	株式会社 アセットクリエーション
	長井 和也	太平ビルサービス株式会社 新潟支店	渋谷 朋子	三条印刷 株式会社
	高橋 豊	ミズホ株式会社 五泉工場	佐野 敏一	協同組合 三条給食センター
	島倉 佑太	株式会社 八重電業社	岡崎 淳一	株式会社 藤井商店
	曾我 由理	株式会社 北越ペーパーテック新潟	山田 洋子	株式会社 山田工機
	石丸 直美	株式会社 吉村組	齋藤由美子	株式会社 伊藤組
	佐藤 美雪	共同麺業 合資会社	佐藤江利子	朝栄 有限会社
	渡辺 利恵	銀山商事 株式会社	野崎 照子	株式会社 綿善
	岸 明	DMG MORI Precision Boring 株式会社	庭野美千代	株式会社 十日町カントリークラブ
健康保険委員	和田 昌司	ユキワ精工 株式会社	中俣 敦夫	株式会社 森下組
	本間 恵美	株式会社 リボン		
	全国健康保険協会理事長表彰			
	加藤 洋	清水配送 株式会社	外山 修子	株式会社 外山組
	全国健康保険協会新潟支部長表彰			
	青野 佳子	株式会社 山岸測量事務所	高橋 聡子	株式会社 DIPalette
	阿部 浩樹	星野電気 株式会社	大西 真弓	社会福祉法人 中越福祉会
	荒木 修子	株式会社 レボリユーション	渡邊 伸子	西頸城運送 株式会社
	小名 茉里	三浦電機 株式会社	佐藤 稔	新建ビルド 株式会社
	澤野 文江	富士興業 株式会社	高橋 芳子	高橋土建 株式会社
	高澤 ちひろ	社会医療法人 新潟勤労者医療協会		

健康保険被扶養者異動届について

被保険者や被扶養者の方に、「結婚」「出産」「就職」等のライフイベントが発生し、被扶養者の追加・削除などの必要があるときは、被保険者が事業主を経由して被扶養者異動届を提出することになります。

- 被扶養者に異動（「結婚」「出産」「就職」等）があった場合 5日以内に届出をお願いします
- 被扶養者が「就職」等で、被扶養者から外れる場合
被扶養者に【健康保険 資格確認書】が交付されている場合 届書と合わせて送付（返却）をお願いします
なお、令和6年12月2日から従来の健康保険証は発行されなくなり、マイナンバーカードの健康保険証を基本とする仕組みに移行されています。

扶養の範囲と認定基準

被保険者の収入により生計を維持しており、原則、住民票が日本国内にある人で、以下の範囲となります。

被扶養者の範囲

- 被扶養者の範囲

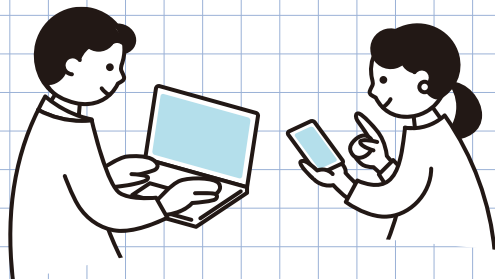
① 被保険者と同居していることが条件でない人

配偶者（内縁を含む）、子、孫、兄弟姉妹、父母、祖父母、など直系尊属

② 被保険者と同居していることが条件の人

上記①以外の3親等内の親族内縁関係の配偶者の父母および子（当該配偶者の死後、引き続き同居する場合を含む）
-
- #### 3親等内の親族図
-
- ### 扶養の認定基準
- ①被保険者の収入により生計を維持されていること
 - ②年間収入130万円未満（60歳以上の人や障害者の場合は、年間収入180万円未満）
扶養認定日が令和7年10月1日以降で、扶養認定を受ける方が19歳以上23歳未満の場合（被保険者の配偶者を除く）は、年間収入150万円未満
- ①または②
の収入要件
および
- 同居
の場合
- 収入が被保険者の年間収入の半分未満であること
※同居の場合は、被扶養者の年間収入が被保険者の年間収入の半分以上であっても、世帯の生計状況から総合的に判断し、被保険者が生計維持をしていると認められれば被扶養者になることができます。
- 別居
の場合
- 仕送り額が
対象となる人の
収入より多いこと
- ## 夫婦ともに収入がある場合における被扶養者の認定
- 夫婦ともに収入がある場合における被扶養者の認定については、被扶養者の人数にかかわらず、年間収入の多い方の被扶養者として認定を行います。なお、申請を行う被保険者の年間収入は、過去の収入、現時点の収入又は将来の収入などから今後1年間の収入を見込んだ額を算出してください。一方、届出に記載いただく「配偶者の収入（年収）」欄には、次のとおり配偶者が加入する制度によって年間収入の見込み額を算出してください。
- 配偶者が被用者保険の被保険者の場合 被保険者と同様、過去の収入、現時点の収入又は将来の収入などから今後1年間の収入を見込んだ額を記載してください
 - 配偶者が国民健康保険の被保険者の場合 直近の年間所得で見込んだ額を年間収入として記載してください
- ※届書に関する記載方法等につきましては、日本年金機構のホームページをご覧ください。最寄りの年金事務所へお問い合わせください。
- 日本年金機構
-
- <https://www.nenkin.go.jp>
- 年金の加入
電子申請・電子媒体申請
- に関するお問い合わせは「ねんきん加入者ダイヤル」をご利用ください
- 事業所、厚生年金加入者向け
0570-007-123
- 3

各種申請手続きが オンラインでもっと手軽に



2026年
1月13日
スタート

これからは、**電子申請**がおすすめです。

利用 対象者

被保険者、被扶養者（一部申請に限る）、社会保険労務士（保健事業を除く）

※事業主（事業所担当者）、相続人の方等は利用できません。

※「被保険者」「被扶養者」は、マイナンバーカード所持者に限ります。

※社会保険労務士は協会けんぽのID/パスワードを取得した場合に利用可能となります。

「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。



制度の詳細やよくある質
問を画面上で確認なが
ら入力できるため、正確
に申請ができます。

「便利」



郵送などにかかっていた
手間、時間、費用が削減
できます。



スマホやPCから申請後
の処理状況が確認でき
ます。

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。

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

PCでもスマホでも 4ステップで カンタン申請

ご利用可能時間 平日8時～21時



詳しくはこちらのホームページをご覧ください https://www.kyoukaikenpo.or.jp/electronic_application/



令和7年度 「医療費のお知らせ」をお送りします

協会けんぽでは、加入者の皆さまにご自身の治療等にかかった医療費について確認していただき、健康保険事業の健全な運営を図るため、年に一度「医療費のお知らせ」を発行しています。事業主様宛にお送りいたしますので届きましたら、開封せずに従業員の皆さまに配付されますようお願いいたします。

記載内容：診療された方の氏名、診療年月、医療機関等名称、医療費の総額など

> 送付時期

令和8年1月13日(火)から
令和8年1月23日(金)にかけて順次発送予定

> 対象期間

主に令和6年9月から
令和7年8月まで

「医療費のお知らせ」の送付は今年度で終了します

マイナポータル等のデジタル化の進展に伴い、今回の送付をもちまして終了となります。
医療費の情報の確認につきましては、マイナポータルをぜひご利用ください。

けんぽアプリが令和8年1月下旬スタート

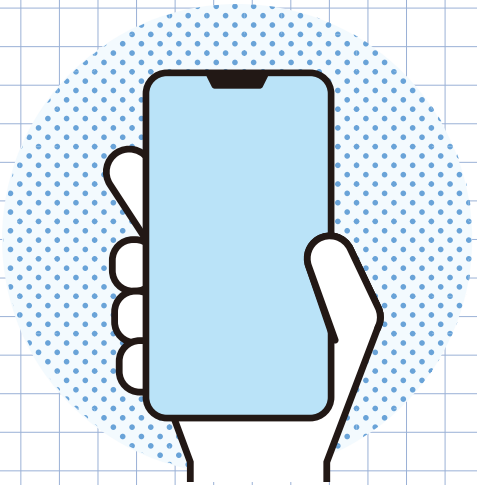
令和8年1月下旬スタート

けんぽアプリをぜひご利用ください！

協会けんぽでは、すべての加入者様とつながるスマートフォンアプリケーション「けんぽアプリ」をリリース予定です。

けんぽアプリからも電子申請を利用できるほか、あなたの健康に役立つ情報もお届けします。

今後便利な機能も実装予定ですので、この機会にけんぽアプリをぜひご利用ください！



全国健康保険協会 新潟支部

協会けんぽ

〒950-8513 新潟市中央区東大通2-4-4 日生不動産東大通ビル3階 TEL.025-242-0260(代表)

協会けんぽ 新潟

検索

公式LINE



友だち募集

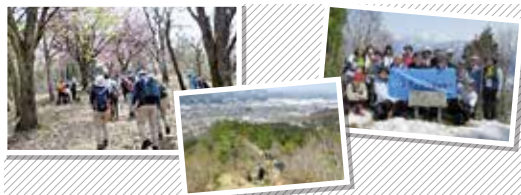
■ 主催イベントのご報告

令和7年度 主な健康づくり事業・レクリエーション事業

令和7年度に開催した主な健康づくり事業・レクリエーション事業の状況を画像によりお知らせします。
令和8年度も各種事業を企画します。皆様のご参加をお待ちしております！

みんなで歩こう！「南魚沼・坂戸山
カタクリ群生地トレッキング」

開催日／4月19日(土)



新緑の国上山トレッキング

開催日／5月17日(土)



日帰りバスツアー「十日町市竹所集落
～古民家再生の奇跡の集落～」

開催日／6月7日(土)



管理栄養士さんとみんなで楽しく「料理教室」

開催日／6月21日(土)東区プラザ・

6月28日(土)市民交流施設高田城址公園オーレンプラザ・7月19日(土)さいわいプラザ



湯沢高原アルプの里
ミニトレッキング(スタンプラリー)

開催日／7月12日(土)



クアオルト 健康ウォーキング

開催日／10月4日(土)



とちおの魅力を歩いて学ぶ
「栃尾・街歩き」

開催日／10月18日(土)



日帰りバスツアー
「ドラゴンドラと田代ロープウェー」

開催日／11月1日(土)



みんなで楽しく
「クライミング体験教室」

開催日／11月8日(土)



新発田の魅力を歩いて学ぶ
「駅から街歩き」

開催日／11月15日(土)



他に「社会保険ボウリング大会新潟県大会(10月25日(土))」「佐渡日帰りツアー(10月25日(土))」も開催しました！

社会保険事務講習会 2月開催のご案内

厚生年金保険・健康保険の事務手続き及び雇用保険の給付について、
わかりやすくご説明します。主に事務担当者向けですが、どなたでもご参加いただけます。

講習
内容

- 厚生年金保険・健康保険の事務手続きについて ～従業員が退職したとき、新たな従業員を採用したとき～ 講師／日本年金機構年金事務所職員
- 子育て支援のための制度 講師／公共職業安定所職員
- 失業等給付・教育訓練給付関係について 講師／公共職業安定所職員

開催日	開催時間	会場		定員
2月10日(火)	午後 1時30分～ 午後 4時00分	新発田市	新発田市生涯学習センター(第1研修室)	30名
2月13日(金)		長岡市	まちなかキャンパス長岡(301会議室)	56名
2月17日(火)		三条市	燕三条地場産業振興センターリサーチコア(研修室4)	48名
2月18日(水)	午後 4時00分	新潟市(中央区)	新潟ユニゾンプラザ(中研修室)	80名
2月19日(木)		柏崎市	柏崎市産業文化会館(第1会議室)	24名
2月26日(木)		上越市	上越市市民プラザ(第二会議室)	52名
2月27日(金)		南魚沼市	南魚沼市ふれ愛支援センター(研修室)	40名

※「まちなかキャンパス長岡」会場には駐車場がないため、近隣の駐車場または公共交通機関等をご利用ください。
※各会場とも先着順とし、定員に達した場合のみご連絡します。

申込方法 (一財)新潟県社会保険協会ホームページをご確認のうえお申し込みください。

お問い合わせ 一般財団法人 新潟県社会保険協会 TEL.025-240-5337

お知らせ

「施設利用会員証」更新について

現在ご利用いただいている「施設利用会員証」の有効期限は2026年3月31日までとなります。新しい「施設利用会員証」を配付しますので、下記によりお申し込みください。

※有効期限を過ぎた「施設利用会員証」は使用できません。

申込
方法
等

令和7年度の会費が納入済みであることをご確認のうえ、新潟県社会保険協会のホームページ[施設利用 会員割引のご案内]の(施設利用会員証申込書)に必要事項を記載し、110円切手を貼った返信用封筒を同封し、郵送によりお申し込みください。 ※封筒表面に(施設利用会員証申込中)と記載してください。

送付先 〒950-0087 新潟市中央区東大通1-2-25 北越第一ビルディング6F
一般財団法人新潟県社会保険協会



お知らせ

「代金助成チケット」の利用対象店舗について

「結城堂 月の丘店(わくわくファーム内)」(新発田市)は、施設閉鎖のため「代金助成チケット」の利用対象店舗ではなくなりました。

新潟県社会保険協会のホームページ
(会員限定 特典ページ)ログインパスワードについて

新潟県社会保険協会のホームページ(会員限定 特典ページ)にログインするために必要なパスワードは、これまで、電話によりお問い合わせいただきお知らせしておりましたが、ホームページの刷新に併せて、ホームページ上の「メールアドレス登録フォーム」によりお問い合わせください。会費の納入状況を確認のうえ、ご登録いただいたアドレス宛にお知らせします。

