

社会保険にいがた

一般財団法人新潟県社会保険協会

8

2026
NO.960

8

- 退職(失業等)により国民年金保険料の納付が困難な方へ 国民年金保険料の免除・納付猶予申請が可能です
- 扶養親族等申告書はスマートフォン等で提出できます
- 協会けんぽ 2025(令和7)年度決算(見込み)のお知らせ
- 令和8年8月から高額療養費制度が見直されます

Contents ●<募集>令和8年度「みんなで楽しくボウリング大会(個人戦)」参加者募集など



似て非なる、たべものたち



越の雫

vs おぎビオレー

KOSHINOSHIZUKU

OGIVIOLE

新潟県のサイトでは9月の旬として、世界最古の栽培果樹といわれるイチジクを紹介している。県内で栽培されている品種の中でも、西蒲区を中心とした地域で力を入れているブラン



ドが「越(こし)の雫(しずく)」。品種は柘井(ますい)ドーフィン。国内で最も多く栽培される赤紫色の大ぶりで、みずみずくさっぱりとした甘みが特徴だ。米農家の新たな複合品目としてイチジクに着目し、2009(平成21)年に公募によりブランド名が決定。みずみずしい果実のしずくが落ちるイメージから付けられた。現在100軒を超える生産者をもつ一大産地となった背景には「いちじく塾」の存在がある。行政とAが連携し、ベテラン生産者が新規生産者に年間10回ほどの講座を通してきめ細かく指導をしている。

対する「おぎビオレー」は、かつて葉タバコの栽培が盛んだった



た佐渡南部の小木地区で、それに代わる栽培品種として5人の生産者が2000(平成12)年に生産組合を立ち上げた。品種は“黒いダイヤ”の異名をもつフランス産のビオレ・ソリエス。完熟期に

は糖度20度にもなる濃厚な甘みと滑らかな舌触り。この希少品種に挑戦した理由は、フルーツ王国佐渡島で「他にはない美味しい果樹を」との思いから。苦労を重ね、モーツァルトを聴かせるなどの工夫をしながらブランド化に成功。糖度などの規定を設けるハイブランドには、会の名称「金のクローバー」を冠し、首都圏の高級レストランや果物専門店などへ出荷している。

どちらも県外への出荷が多いが、地元の直売所やスーパーでは旬の時期に店頭に並ぶ。「越の雫」は8月中旬から、「おぎビオレー」は9月上旬から、ともに11月中旬ごろまで。県民とともに来訪者にもぜひ新潟の地で、旬を味わってほしい。

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

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

広報紙[社会保険にいがた]の発行を令和8年1月から下記のように変更しております。

両発行とも、各種情報を分かり易く的確にご提供することとしておりますので、引き続きご愛読お願い申し上げます。

紙による発行

郵送による
お届け



●2月
●4月
●6月
●8月
●10月
●12月
偶数月

電子版による発行

HPIに掲載



●1月
●3月
●5月
●7月
●9月
●11月
奇数月

HPをリニューアルしました

新しい
ホームページは
こちらから



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

退職(失業等)により国民年金保険料の納付が困難な方へ 国民年金保険料の免除・納付猶予申請が可能です

会社を退職(失業等)したときは国民年金の届出が必要です

20歳以上60歳未満の方は、国民年金への加入が法律で義務付けられています。会社を退職(失業等)したときは、第2号被保険者(厚生年金保険)から第1号被保険者(国民年金)への変更の手続きが必要です。「国民年金被保険者関係届書(申出書)」に必要事項を記入のうえ、お住まいの市(区)役所・町村役場またはお近くの年金事務所に提出してください。

国民年金保険料の免除制度

国民年金の加入手続きが終わりましたら、毎月17,920円(令和8年度)の定額保険料を納付することになります。保険料を納付することが困難な場合は「国民年金保険料免除・納付猶予申請書」に必要事項を記入のうえ、お住まいの市(区)役所・町村役場またはお近くの年金事務所に提出してください。本人、配偶者、世帯主それぞれの前年所得(過去の年度分については、2年前や3年前の所得)を審査し、一定額以下の場合は、申請により保険料の納付が全額免除または一部免除となります。なお、**退職(失業等)により保険料を納付することが困難な場合は、特例免除が申請できます。**退職(失業等)した事実が確認できる証明書類の写し(雇用保険受給資格者証、雇用保険受給資格通知、雇用保険被保険者離職票や雇用保険被保険者資格喪失確認通知書など)を添えて申請してください。退職(失業等)された方の前年所得をゼロとして審査します。

詳しくは日本年金機構のホームページをご覧ください。 <https://www.nenkin.go.jp/service/kokunen/menjo/20150428.html>



国民年金の手続きは、 マイナポータルを利用して電子申請ができます

スマートフォンやパソコンとマイナンバーカードで、マイナポータルを利用して電子申請ができます。マイナンバーカードと、その受け取り時に設定したパスワードをご用意いただき、マイナポータルの利用者登録をしてください。



マイナポータル

<https://myna.go.jp>

申請方法(電子申請の場合、紙の申請書の記入が不要となります。)

- ①マイナンバーカードをご準備いただき、マイナポータルへログインしてください。
- ②マイナポータルのトップ画面で「年金」を選択し、遷移先の『年金』画面で『国民年金保険料の免除』から「保険料の免除・納付猶予」を選択してください。
- ③『国民年金に関する手続』画面で「保険料の免除・納付猶予、または学生納付特例」を選択してください。
- ④案内に従い必要事項を入力して申請を行ってください。退職(失業等)により納付が困難な方は、失業した事実が確認できる証明書類(雇用保険受給資格者証、雇用保険受給資格通知、雇用保険被保険者離職票や雇用保険被保険者資格喪失確認通知書など)の画像をアップロードしてください。



詳しくは日本年金機構のホームページをご覧ください。 https://www.nenkin.go.jp/denshibenri_kojin/denshibenri_kojin/shinsei_kojin.html



扶養親族等申告書はスマートフォン等で提出できます

老齢年金が一定額以上の場合
は、所得税法により、「雑所得」
として所得税および復興特別
所得税がかかります。

所得税の課税対象となる方が
各種控除を受けるためには、
「扶養親族等申告書」を提出す
る必要があります。

扶養親族等申告書の提出は、ス
マートフォン等で電子申請が利用
できます。(所得税の課税対象と
ならない方は利用できません。)

電子申請 のメリット

紙の申告書を郵送する手間も切手代も不要です

24時間いつでも手続きできます

処理状況や申告内容をスマートフォン等から確認できます



電子申請について

ご用意いただくもの

- ①スマートフォンまたはインターネット環境のあるパソコン(パソコンで手続きするには、マイナンバーカードの読取装置も必要です)
- ②年金受給者ご本人のマイナンバーカード
- ③マイナンバーカードに設定されたパスワード※

提出の流れ

事前準備

マイナポータルと
ねんきんネットの連携



ステップ1

マイナポータルから
ねんきんネットにログイン



ステップ2

扶養親族等
申告書を入力



ステップ3

電子署名を付与
(提出完了)

詳しくは日本年金機構ホームページをご覧ください。 <https://www.nenkin.go.jp/>
提出方法の説明動画、扶養親族等申告書の提出方法の詳細、Q&A等を掲載しています。



令和8年 9月の出張年金相談のご案内

予約制

ご予約は、主催年金事務所でお受けしておりますので、事前に電話にてお申込み願います。

主催年金事務所(予約先TEL)	会 場	相談日時(予約可能な相談時間)
新潟東 (025-283-1013)	五 泉 市 福 祉 会 館	9月17日(木) 10:00~15:00 (10:00~14:00)
	阿 賀 町 役 場 本 庁	9月24日(木) 10:00~15:00 (10:00~14:00)
新潟西 (025-225-3008)	佐渡市にお住いの方は 『テレビ電話相談』 も実施しております	個室でプライバシー に配慮しています！ むずかしい操作は 一切ありません！ お好きな日・時間に 予約ができます！ 対面相談と同じ 相談が可能です！ 会場：佐和田市民センター内(事前予約要)
長 岡 (0258-88-0006)	小 千 谷 市 民 会 館	9月 9日(水) 10:00~15:00 (10:00~14:00)
	魚 沼 市 ボ ラ ン テ ィ ア セ ン タ ー	9月24日(木) 10:00~15:00 (10:00~14:00)
上 越 (025-524-4115)	糸 魚 川 市 役 所	9月 9日(水) 10:00~15:00 (10:00~14:00)
		9月24日(木) 10:00~15:00 (10:00~14:00)
新発田 (0254-23-2128)	村 上 市 役 所	9月 9日(水) 10:00~15:00 (10:00~14:00)
		9月24日(木) 10:00~15:00 (10:00~14:00)
	阿 賀 野 市 水 原 総 合 体 育 館	9月16日(水) 10:00~15:00 (10:00~14:00)
六日町 (025-716-0008)	十 日 町 地 域 地 場 産 業 振 興 セ ン タ ー (ク ロ ス 1 0)	9月10日(木) 10:00~15:00 (10:00~14:00)
		9月24日(木) 10:00~15:00 (10:00~14:00)

● 年金の相談にお越しの際には、年金手帳(基礎年金番号通知書)、
年金証書、振込通知書や被保険者証といった、本人であることを確
認できるものを必ずお持ちください。

● 本人以外の方が相談される場合には、本人からの委任状と
お見えになる方の本人確認ができる身分証明書(運転免許
証等)が必要となります。



協会けんぽ 2025(令和7)年度決算(見込み)のお知らせ

2025年度の決算(見込み)の概要

2025年度の決算は収入が12兆3,406億円、支出が11兆6,611億円、収支差は前年度から209億円増加し、6,795億円となりました。
 保険料収入は、賃上げや被保険者数の増加により前年度比4,057億円の増加となりました。保険給付費は加入者1人当たり保険給付費が増加した影響で前年度比2,818億円の増加となっています。また、拠出金等は後期高齢者支援金が増加した影響で前年度比1,634億円の増加となりました。

※詳しくは、協会けんぽのホームページをご覧ください。

2025年度決算(見込み) 医療分

(単位:億円)

収入	保険料収入	110,546 (+4,057)
	国庫補助等	12,383 (+693)
	その他	477 (+132)
	計	123,406 (+4,881)

支出	保険給付費	75,369 (+2,818)
	拠出金等	37,829 (+1,634)
	その他	3,413 (+220)
	計	116,611 (+4,672)

単年度収支差	6,795 (+209)
--------	--------------

※()内は、対前年度比
 ※支出の「その他」は右図の「健診・保健指導経費」「協会事務費」「その他の支出」の合計

収入 約12.3兆円

保険料収入 89.6%

被保険者・事業主の皆さまに納めていただいている保険料

国からの補助金 10.0%

その他の収入 0.4%

保険給付費 64.6%

協会けんぽが医療機関に支払う費用や、傷病手当金等の支払いに要する費用

その他の支出 0.5%

協会事務費 1.0%

健診・保健指導経費 1.5%

高齢者医療への拠出金等 32.4%

高齢者の皆さまの医療費の一部を現役世代が負担しています

支出 約11.7兆円



2025年度の決算は黒字でしたが、協会けんぽの財政は今後どのような見通しなのでしょうか？



協会けんぽの財政は、当面、賃上げ等により保険料の増加が見込まれるものの、

- 現在の不安定な世界情勢が我が国の経済社会に及ぼす影響が不透明であり、これまでのような保険料収入の増加が中長期的に継続するか予測が難しいこと
- 協会けんぽ加入者の平均年齢の上昇や医療の高度化等により保険給付費の継続的な増加が見込まれること
- 団塊の世代がすべて後期高齢者になったことにより後期高齢者支援金の中長期的に高い負担額のまま推移することが見込まれること

等に留意が必要と考えています。

また、医療費については、物価や賃金、人手不足等の医療機関等を取りまく環境の変化に対応するため、2026(令和8)年度診療報酬改定において、診療報酬(本体部分)の改定率が3.09%(2026年度: +2.41%、2027年度: +3.77%)と高い伸び率とされ、2026年6月以降の医療費に反映されることなどから、今後の動向を注視する必要があると考えています。

※2026年度は平均保険料率が10.0%から9.9%に引き下げたほか、国から交付される国庫補助が2026年度から3年間減額されることとなっています。

令和8年
8月から

高額療養費制度が見直されます

「**高額療養費制度**」とは、ひと月に医療機関に支払った額が高額になった場合に、定められた上限額を超えて支払った額を払い戻す制度です。上限額は、個人や世帯の所得に応じて決まっています。

公的医療保険制度の持続可能性の確保 **高額療養費の上限額が変わります**

月単位の自己負担について、将来にわたり制度を維持するため、医療費の伸びや所得に応じてご負担いただきます。
ご理解をお願いいたします。

長期にわたり治療が必要な方のセーフティネット機能の強化

新たに**年間**の上限額が新設されました

月ごとの自己負担額が積み上がっても、年間の上限額に達した後は、それ以上の医療費については、**協会けんぽから還付を受けることができます**。※年間とは8月から翌年の7月までをさします

年間上限額の新設により、以下の方は医療費負担が軽くなる場合があります。

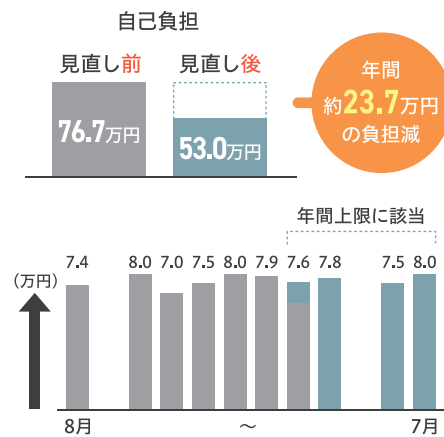
- ・これまで「**多数回該当**」に該当しなかった方
- ・見直しにより「**多数回該当**」の対象から外れる方
- ・現在、**毎月高額療養費**を利用している方
- ・極めて**高額な医療**を受けた方



ほかにも負担を軽減する仕組みがあります

- **多数回該当** 直近12か月以内に3回以上、上限額に達した場合、4回目から上限額が下がります。
- **外来特例** 外来診療だけの月の上限額があります。さらに、年間の上限額が設定され、月ごとの自己負担額が積み上がっても、上限額に達した後は、還付を受けることができます。

例：これまで多数回該当に該当しなかった方(区分ウの場合)



高額療養費制度の上限額等は
こちらをご覧ください



お問合せ 全国健康保険協会 新潟支部



025-242-0260

※対応時間：8時30分～17時15分(土日・祝日・年末年始は休業)

なお、今回の見直しの趣旨等に関するご質問等は

厚生労働省 コールセンター

0120-617-111

においても承っております。

※対応時間：月曜日～土曜日 9時～18時(日曜日・祝日・年末年始は休業) ※運用期間：令和8年7月～令和9年3月



健康立県通信
.....

8月31日は **やさい** の日!

1日に食べてもらいたい野菜の量は**350g**。新潟県民は野菜をたくさん食べていますが、**トマト半分**ほど足りていません。毎食野菜を食べることから始めてみましょう。

350gの目安



県民の皆様の健康を応援するため、県内スーパーマーケットと提携して適塩で野菜もとれる惣菜や弁当「からだがよろこぶデリ」を販売しています。

9月1日(火)から実施するキャンペーンの詳細はこちらから▶



公式サイト健康にいがた21HP

●お問い合わせ 新潟県 健康づくり支援課 健康立県推進班 TEL 025-280-5198

健康保険被扶養者異動届について

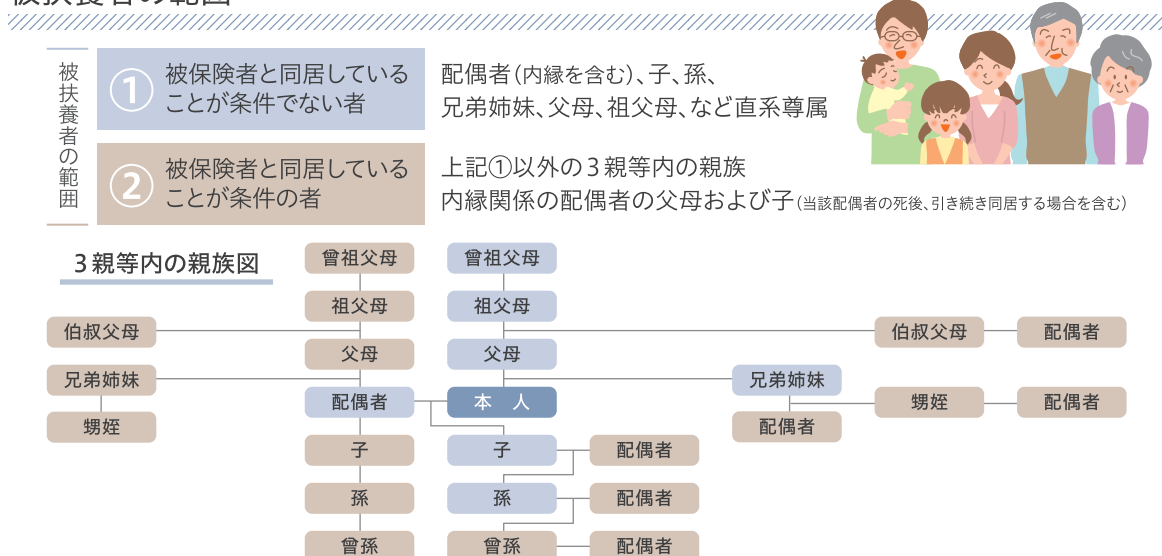
被保険者や被扶養者の方に、「結婚」「出産」「就職」等のライフイベントが発生し、被扶養者の追加・削除などの必要があるときは、被保険者が事業主を経由して被扶養者異動届を提出することになります。

- 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で
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、現行は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



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歳以上または障害者の場合は、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(被保険者の配偶者を除く)が19歳以上23歳未満の場合は、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 被扶養者の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 被扶養者の収入が被保険者からの仕送り額未満であること
--------------------------------	---	---

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、原則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。

社会保険事務講習会 9月開催のご案内

講習
内容

- 協会けんぽ「令和8年度全国一低い健康保険料率とインセンティブ制度の効果について」
- 年金機構「適用拡大・保険料調整制度について」「調査指摘・改善指導事例集について」

..... 講師／全国健康保険協会新潟支部職員・日本年金機構年金事務所職員

開催日	開催時間	会場		定員
9月8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
9月10日(木)		南魚沼市	南魚沼市ふれ愛支援センター(研修室)	40名
9月15日(火)		上越市	上越市市民プラザ(第二会議室)	52名
9月16日(水)		三条市	三条商工会議所(第1・2研修室)	48名
9月18日(金)		柏崎市	柏崎市産業文化会館(第1会議室)	24名
9月28日(月)		長岡市	長岡市立劇場(大会議室)	56名
9月29日(火)		新潟市(中央区)	新潟ユニゾンプラザ(中研修室)	80名

※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。

ホームページ(講習会・セミナー)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

募集中

知って安心

会員限定

参考図書
贈呈

参加費
無料

「シニア世代の年金・雇用保険・健康保険」セミナー開催

働き方やライフスタイルが多様化する今日、シニア世代を支える年金や健康保険に関する知識は不可欠です。当セミナーでは、複雑で分かり難いと言われる年金制度の他、雇用保険・健康保険の各制度について、わかりやすく解説します。社会保険事務の担当者やこれからの働き方やライフプランをお考えの被保険者の方等、年齢にかかわらずどなたでも参加いただけます。

ご家族様との
参加も可能です

開催日時等 下記の「参加申込書」をご確認ください。 講 師 特定社会保険労務士

主な内容 60歳からの年金・雇用保険・健康保険

- 年金は何歳から、どれくらい受けられる？ ●働きながら受ける年金／在職老齢年金
- 60歳以上で働く場合の給付金／高齢者雇用継続給付 ●定年退職でも失業給付が受けられる
- 退職後の健康保険

申込
方法等

下記の申込書に必要事項を記入し、各会場の開催日1週間前までに(一財)新潟県社会保険協会あてFAX(025-290-3201)によりお申し込みください。

※定員に達した場合のみご連絡いたします。

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

- 切り取らずコピーしてお使いください -

令和8年度

知って安心「シニア世代の年金・雇用保険・健康保険」セミナー 参加申込書

希望する会場に○を付し、参加者氏名、事業所名称・所在地等をお書きください。 各会場とも開催時間は13:30～15:30まで(受付 13:00～)

希望会場	開催日	会場		定員
	10月5日(月)	三条市	三条商工会議所(第1・2研修室)	48
	10月7日(水)	長岡市	長岡市立劇場(大会議室)	56
	10月7日(水)	新発田市	新発田市生涯学習センター(第1研修室)	30
	10月9日(金)	新潟市中央区	新潟ユニゾンプラザ(中研修室)	80
	10月14日(水)	柏崎市	柏崎市産業文化会館(第1会議室)	24
	10月19日(月)	上越市	上越市市民プラザ(第二会議室)	52
	10月20日(火)	南魚沼市	南魚沼市ふれ愛支援センター(研修室)	40
参加申込者氏名				

事業所
名称

事業所 〒
所在地

電話
番号

募集中

参考図書進呈

「50代からのライフプランセミナー」開催

今後迎える定年。定年後の生活に漠然とした不安を感じる方も多いかも知れません。
 これからの人生に備えライフプランを考えてみませんか。

開催日時等 令和8年9月17日(木) 長岡市立劇場(大会議室)
 13:30～16:00(受付 13:00～) ※募集定員／60名
 講師：株式会社活性化セミナー研究所講師／渡辺 高德 氏

主な内容 ●基調講演「生きがいとライフプラン」
 ～人生後半戦を生き生きと元気に生き抜くために～
 ●長期家計プラン
 ～家計プランの作り方とその見方、お金についての考え方



会員限定

参加費
無料

ご家族様との
参加も可能です

申込方法等、詳しくは(一財)新潟県社会保険協会ホームページ(「広報誌」社会保険にいがた6月号)及び「お知らせ」講習会・セミナー)をご覧ください。

募集中

令和8年度

「みんなで楽しくボウリング大会(個人戦)」参加者募集

会員限定



「みんなで楽しくボウリング大会」を下記日程で開催します。
 職場の同僚やご家族と「みんなで楽しくボウリング大会」に参加しませんか？
 「同僚やご家族の応援団」も募集いたします(参加賞あり)。



開催日 令和8年11月7日(土)／グランドボウル黒埼(新潟市西区山田458)
 会場等 13:00スタート(受付／12:30～12:50) ※参加申込状況により中止となる場合がありますので、予めご了承ください。
 参加資格 会員事業所にお勤めの被保険者及び同居のご家族(高校生以上) 参加料金 無料
 応援団の方は参加者の同僚またはご家族の方で年齢制限はありません
 ※令和8年度社会保険協会会費の納入をご確認のうえお申込みください。
 受付期間 10月22日(木)までに下記の参加申込書に必要事項を記入し、(一財)新潟県社会保険協会あてFAXによりお申し込みください。
 ルール ①マイボール使用の方と使用しない方に区分し、3ゲームの合計スコアにより順位を決定します。
 ②男女・年齢により1ゲーム毎に以下のハンデキャップを加算します。
 男性 65歳以上：+10 70歳以上：+15 女性 64歳以下：+20 65歳以上：+30 70歳以上：+35
 表彰等 優勝のほか、参加人数に応じて飛賞等を用意しております。 ※参加賞あり

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

- 切り取らずコピーしてお使いください -

令和8年度

「みんなで楽しくボウリング大会(個人戦)」参加申込書

事業所所在地	〒 -					連絡先電話番号等	
						TEL	- -
事業所名称						FAX	- -
参 加 者	ふりがな 氏 名	年齢	性別	参加区分	マイボールの使用	大会にご家族のみで参加の場合は 「被保険者氏名」をご記入ください	
			男・女	被保険者・家族	使用する・使用しない		
			男・女	被保険者・家族	使用する・使用しない		
						応援参加人数	人

(注1)年齢は大会当日の年齢を記入してください。
 (注2)性別・参加区分・マイボールの使用欄は、
 該当する事項に○を付けてください。

送付先

一般財団法人 新潟県社会保険協会 FAX. 025-290-3201

募集中

日帰りバスツアー



参加資格 (一財)新潟県社会保険協会の会員事業所にお勤めの被保険者とそのご家族(小学生以上) **限定**
※令和8年度の社会保険協会年会費が納入済みであることをご確認のうえお申し込みください。



立山室堂・みくりが池散策

開催日 令和8年9月12日(土)

申込締切日
8/28(金)

空に近い池を訪ねて。標高2,400m北アルプスの絶景散策を満喫。

募集人員 40名(最少催行人数 20名) **参加費** 税込 大人 7,000円(高校生以上) 中学生以下 4,500円 ※昼食付(お弁当)



絶景のSORA terraceと小布施散策

開催日 令和8年9月26日(土)

申込締切日
9/7(月)

天空の眺めと栗の町の魅力を訪ねて。絶景に出会い、情緒ある町並に癒される旅。

募集人員 40名(最少催行人数 20名) **参加費** 税込 大人 9,200円(高校生以上) 中学生以下 6,000円 ※昼食付



驚異のパワースポット「ゼロ磁場」分杭峠ライナー

開催日 令和8年10月24日(土)

申込締切日
9/25(金)

ゼロ磁場の斜面に沿って置かれた木製のベンチにただ座って時を過ごす、自然のパワー(気)を感じる旅。

募集人員 40名(最少催行人数 20名) **参加費** 税込 大人 11,100円(高校生以上) 中学生以下 7,400円 ※昼食付

行程や申込方法等、詳しくは(一財)新潟県社会保険協会ホームページ <https://shaho-niigata.or.jp/> (「お知らせ>イベント」) をご覧ください。

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

※写真はイメージです

「情報の広場」で動画をご覧いただけます

当協会のホームページ「情報の広場」で下記の動画  をご覧いただけます。



情報のひろば

3分で「わかる」「学べる」「できる」 動画シリーズ

健康づくりや生活習慣の改善、心と体のセルフケアなど、毎日の暮らしに役立つ動画コンテンツをご利用いただけます。ご自身やご家族の健康管理はもちろん、職場での健康づくりにも活用できる内容を幅広く配信しています。

働く女性の健康支援	肝機能の低下のしくみ
女性が注意したい生活習慣病	肝機能が低下しているといわれたら
女性とメンタルヘルス(うつ病)	メンタルヘルス 心と体のセルフケア
高血糖のしくみ	高血糖といわれたら
高血糖のしくみ	高血糖といわれたら
高血圧のしくみ	高血圧といわれたら
血圧の測り方	マインドフルネス
メンタルヘルス 続けられる健康習慣をつくる	
メンタルヘルス はじめましょうラインケア	
メンタルヘルス ラインケア4つの基本	

「ライフステージにおける 社会保険・労働保険」

この動画は、「ライフステージにおける社会保険・労働保険」(発行:一般社団法人全国社会保険協会連合会)をベースとして、お手元にテキストがなくとも社会保険・労働保険についてご理解いただけるようポイントを絞って作成されています。

全編(約62分)
社会保険の手続き
働き方と社会保険
ケガや病気
結婚・出産・育児・介護の手続き
退職後の手続き

※配信内容は変更される場合があります。 ※動画の閲覧には「パスワード」等が必要です。詳しくは「情報の広場」をご確認ください。

お知らせ

東京ディズニーリゾート®や都内ホテルの

パスワード取得で
さまざまな割引など

会員特典情報

が受けられる!

メールアドレスの登録で
パスワードをお知らせします

詳しくは(一財)新潟県社会保険協会ホームページ(<https://shaho-niigata.or.jp/>)をご覧ください。

