

社会保険

職場から、県民一人ひとりの安心・健康な暮らしを

ふくい 2・3月号



新発見! 再発見!
Discover
ふくい

勝山左義長まつり / 勝山市

まちなかにいくつも建てられた樽の上で長襦袢姿の大人と子どもが、独特のおどけ仕草で太鼓、三味線、笛を吹いて浮かれる様子は、見ている者の気持ちをうきうきさせてくれます。左義長が終わると、いよいよ奥越に春が訪れます。

● 撮影 / seiinuro67さん

令和7年度 健康づくり講習会

お得な「施設利用会員証」をご利用ください!

36協定の届出を忘れていませんか?

令和7年度の健康保険料率が決まりました!

知っておきたい年金のはなし ~障害厚生年金について~

職場内で回覧しましょう

職場に講師を招いて、働く仲間と一緒に健康づくりを始めましょう!

健康と向き合うための正しい情報やアドバイスを教えてくれる専門家が、皆さんの職場に赴きます。職場の仲間と一緒に健康づくりを始めましょう!



健康づくり講師と演題はこちら! (時間は60~90分)

ボディーリフレッシュ

エクササイズでリフレッシュ!

インストラクター
今尾智美
(スポーツクラブ新田塚アーク)

【演題】

- 脳と体のリフレッシュエクササイズ
- 機能改善ストレッチ ~腰痛・肩こり予防~
- イスに座って筋力トレーニング
- 健康体操 (心肺機能向上トレーニング)



簡単な運動が気持ちいい!

気軽にヨガ体験!

柳田みち子
(ヨガスタジオ柳田)

【演題】

- 心と身体の体操
- リフレッシュ健康体操
- 今日から出来る! ストレスフリーな生活のための健康体操
- 免疫力UPのための健康体操
- 良質な睡眠が得られるリラクセス体操
- 本場インドの古典ヨガに学ぶ!健康体操
- 骨盤を正しく整える!ゆがみ改善体操

ヨガで身体をほぐそう!



医師・薬剤師

健康に生きるために

高山英之

(株式会社 高山産業医事務所 代表取締役)

【演題】

- がんについて (早期発見のために)
- メタボリックシンドロームについて
- ストレスに強くなるために
- 元気に働くための生活習慣

いつまでも歯を健康に

池田隆彦

(いけだ歯科 院長)

【演題】

- 歯周病と生活習慣病の関係について
- 歯周病予防について
- 8020運動について

お薬のことを知ろう!

薬剤師

(一般社団法人 福井県薬剤師会 / 一般社団法人 福井県薬剤師会 薬事情報センター)

【演題】

- 薬の知識と上手なつきあい方
- 病気と薬シリーズ
- 夏のトラブル (熱中症・皮膚疾患)
- 感染症対策 (インフルエンザ・感染症胃腸炎) ほか

メンタルヘルス

アロマでストレス解消!

稲葉美智子

(ブラーナハーブ企画代表)

【演題】

- 香りでストレス解消・リフレッシュ (製作体験も可能)
- ハーブとアロマで健康管理 (製作体験も可能)
- 職場の環境にハーブとアロマでアクセント (製作体験も可能)
- 職場のメンタルヘルスハーブとアロマでストレスフリー (製作体験も可能)
- ハーブとアロマで心身の疲労回復リフレッシュ (製作体験も可能)
- ハーブとスパイスの効能と健康効果

アロマでリラックス!



健康・体力づくり

豊かな人生のために!

平井一芳

(福井県立大学看護福祉学部教授)

【演題】

- 生活習慣病の克服 (1日10分の運動から始める健康ライフ)
- メタボからの脱却 (食事と運動のバランスアップ)
- 口コミの予防・改善 (身近でできる筋トレの勧め)
- 肥満解消 (運動と食事のコツ)
- フレイル予防 (将来の健康への投資)

福井県社会保険協会 健康啓発事業

検索

または、ホームページ > 事業案内 > 健康啓発事業 > 健康づくり講習会(無料)

場所や人数などのご相談ください!
新たな健康づくり講師・演題も
予定しています



令和7年度 施設利用補助券(年間利用券)のご案内

福井県社会保険協会では、会員事業主様をはじめ勤務されている方とご家族の健康づくりや福利厚生として、年間を通して利用できる施設の利用補助券を発行しています。

企業レクリエーションやご家族での楽しいひと時に、ぜひご利用ください。

4月から利用できる
福利厚生事業の
ご案内です



越前松島水族館



- 料金(一般料金からの割引額)／おとな(16歳以上・高校生)600円割引、こども 400円割引、幼児 300円割引

下呂・ぎふ長良川温泉



- 補助額／宿泊利用料金等の一部として500円を助成
- 利用施設／下呂温泉37施設、ぎふ長良川温泉4施設

東京ディズニーリゾート



- 補助額／施設利用料金等の一部として1,000円の補助
- 利用施設／東京ディズニーランド、東京ディズニーシー、ディズニーホテル、東京ディズニーリゾートオフィシャルホテル

©Disney

旅行や出張が、お得に!便利に!

「施設利用会員証」をご利用ください!

会員事業所様向けの施設優待事業として、以下の対象施設を利用される場合に、宿泊料金の割引等が受けられる「施設利用会員証」を発行しています。

家族旅行や出張、事業所での会議・研修などにぜひご利用ください。

「施設利用会員証」の申し込み方法は次のとおり

- ①紙の会員証を希望／ホームページより申込書をダウンロードし返信用封筒(切手を貼付)を同封のうえ郵送で申し込む(有効期限:令和8年3月31日)
- ②WEB会員証を希望／ホームページのお問い合わせ欄よりメールで申し込む(有効期限:令和8年3月31日)



令和7年度よりWEB会員証の
取り扱いも開始いたします。
利用促進にご協力をお願いします!



対象施設

近畿管内と全国の契約施設は2次元コードから確認できます。

【福井県内】

- 亀の井ホテル 福井(福井市)
- ルポの森(福井市)
- 大平庵(坂井市)

【近畿管内】



【全国】



届出を忘れていませんか？

36協定の届出の時期です。 “毎年”届出が必要です！



36協定って何？

原則、1週40時間、1日8時間を超えて労働者を働かせてはいけません(労働基準法第32条)。

それを1分でも超えて残業させたり、休日労働をさせる場合、労働者数に関わらず労使で協定を締結し、監督署に届け出る必要があります(労働基準法第36条)。

この協定届を**36(サブロク)協定**と呼んでいます。



令和6年4月1日からの注意点

- 自動車運転者・医師・建設業の時間外労働の上限規制の適用に伴い、36協定届の様式が変更になりました。
- 36協定届の「労働保険番号・法人番号」欄の記載が必要になりました。

※記入がない場合、受付できない場合があります。
法人番号については右の2次元コード「国税庁法人番号公表サイト」にて確認できます



Q 36協定は1回届出をすれば、もう提出はしなくていいのでは？



そのように誤解されている企業もありますが、36協定には有効期間があるので、**毎年、管轄の監督署に届け出る必要があります。**



Q 作成方法が知りたいのですが、どこに相談すればいいの？



各労働基準監督署や働き方改革推進支援センターで相談を受け付けています。
また、担当職員が企業を訪問し、作成方法や労働時間制度などについて説明することも可能です。



[ふくい働き方改革推進支援センターHP](#)

[検索](#)



Q 様式はどこでもらえるの？



最寄りの労働基準監督署の窓口や福井労働局のホームページからダウンロードできます。



[福井労働局 様式集\(労働基準関係\)](#)

[検索](#)



また、必要事項を入力すれば36協定届が自動で作成できる「**36協定届作成支援ツール**」もご活用ください！

そのまま出せる36協定届を作成

[スタートアップ労働条件](#)

[検索](#)



Q 届け出の方法は？



提出用と会社控え用の2通を用意し、管轄の労働基準監督署まで、郵送または持参で提出してください(郵送は返信用封筒を同封してください)。また、電子申請の手続きが簡略化されましたので、ぜひご活用ください。



36協定届の電子申請はこちら！

[労基法等 電子](#)

[検索](#)



お問い合わせ先

- 福井労働基準監督署 ☎0776-54-6167
- 敦賀労働基準監督署 ☎0770-22-0745
- 武生労働基準監督署 ☎0778-23-1440
- 大野労働基準監督署 ☎0779-66-3838

各監督署の所在地や管轄区域はこちら！



令和7年度の保険料率が決まりました!



令和7年度 健康保険料率 ※令和7年3月分
(4月納付分から)
【福井支部】 9.94%
9.94% - 0.00% (インセンティブ付与なし)
(福井支部の率)

令和5年度: 第26位

令和6年度
【福井支部】 10.07%
10.07% - 0.00% (インセンティブ付与なし)
(福井支部の率)

令和4年度: 第33位

※令和7年度の介護保険料率は全国一律で1.59%です(対象:40~64歳)。

健康保険料率の仕組み

健康保険料率は都道府県単位で決定されるため、全国の健康保険料率には差が生じています。この要因の一つは保険給付費です。加入者が健康増進への取り組みを行い、その積み重ねから医療費等(保険給付費)の負担が減ることで、健康保険料率が軽減されるという仕組みです。

さらに

インセンティブ制度が導入

平成30年度から導入されたインセンティブ(報奨金=保険料率の軽減)制度。下記の5つの指標に基づき、事業主および被保険者、被扶養者の皆様の健康づくりに関する1年間の取り組み結果を順位化し、その総合順位が全国15位以内になると、順位に応じた「インセンティブ」が付与されます。この結果が、2年後の健康保険料率に反映されるという制度です。

5つの指標とは? (福井支部の令和5年度実績)

指標	インセンティブ行動	結果	取り組みごとの順位
1	健診を受ける 協会けんぽの生活習慣病予防健診(被保険者の方)、特定健診(被扶養者の方)を受診する。	特定健診等の受診率 福井支部 67.6% 全国 57.4%	2位 (前年度21位)
2	健康相談を受ける 健診結果で「生活改善が必要」と判断された方は、協会けんぽの特定保健指導を受ける。	特定保健指導の実施率 福井支部 24.3% 全国 19.4%	13位 (前年度19位)
3	適正体重をめざす 「特定保健指導」でのアドバイスを参考に健康づくりに取り組み、翌年の健診結果を改善する。	特定保健指導対象者の減少率 福井支部 32.9% 全国 33.7%	41位 (前年度24位)
4	健診で引っかかったら病院へ 健診結果で「要治療」「再検査」の判定を受けたら、必ず3カ月以内に医療機関を受診する。	医療機関への受診勧奨基準において速やかに受診を要する者の医療機関受診率 福井支部 33.6% 全国 33.3%	29位 (前年度37位)
5	薬はジェネリック医薬品にしよう 意思表示シールなどを利用してジェネリック医薬品を希望する。	ジェネリック医薬品の使用割合 福井支部 81.8% 全国 83.1%	39位 (前年度45位)

令和5年度、福井支部では特に、指標1に関する「生活習慣病予防健診の自己負担額軽減に関する広報」と「被扶養者の特定健診受診機会の拡大」、指標2に関する「健診後、対象となった方に対する速やかな特定保健指導の案内の送付」について力を入れ、その結果、前年より大きく順位を上げ全国上位となりました。

しかしながら総合順位は26位だったため、インセンティブの付与はありません。

福井支部としては、加入者の皆様が積極的に健康増進に取り組んでいただけるようさらなる働きかけを行い、健康保険料の軽減につなげてまいります。引き続き5つの取り組みへのご理解・ご協力をお願いいたします。

さまざまな受給要件があります!

知っておきたい年金のはなし ～障害厚生年金について～



障害年金は、病気やケガによって生活や仕事などが制限されるようになった場合に、現役世代も含めて受け取ることができる年金です。
 病気やケガで初めて医師の診療を受けたときに、国民年金に加入していた場合は「障害基礎年金」、厚生年金に加入していた場合は「障害厚生年金」を請求できます。
 今回は、障害厚生年金について解説します。

手続きのポイント1 受給の要件

初診日と障害認定日

障害厚生年金は、次の①から③のすべてに該当する方が受給できます。

- ① 厚生年金保険の被保険者である間に、障害の要因となった病気やケガの「初診日」があること
- ② 初診日の前日において、保険料の納付要件を満たしていること
- ③ 障害の状態が、「障害認定日」に障害等級表に定める1級から3級のいずれかに該当していること

■初診日とは

- 障害の原因となった病気やケガについて、初めて医師等の診断を受けた日をいいます。
- 同一の病気やケガについて、転医（複数の医療機関を受診）した場合は、一番初めに医師等の診療を受けた日が初診日となります。

■障害認定日とは

- 障害の状態を定める日のことで、その障害の原因となった病気やケガの初診日から1年6か月を過ぎた日、または1年6か月以内にその病気やケガについて治療の効果が期待できない状態（症状固定）に至った日のことをいいます。

手続きのポイント2 保険料の納付要件

初診日の前日まで、3分の2以上または直近1年

障害年金を受けるには、初診日の前日の時点で、初診日がある月の前々月までの公的年金加入期間のうち3分の2以上の期間について、保険料が納付または免除されていることが必要です。
 ただし、初診日が令和8年3月末日までの場合は、初診日において65歳未満であって、初診日の前日の時点で、初診日がある月の前々月までの直近1年間に保険料の未納期間がなければ納付要件を満たすものとされています。

手続きのポイント3 請求の時期

認定日請求と事後重症請求

障害年金の請求は、主に次の2パターンあります。

障害認定日による請求

障害認定日において、障害年金に該当する状態にあるときは障害認定日の翌月分から年金を受け取ることができます。

初診日 (令和4年3月25日) → 1年6か月 → 障害認定日 (令和5年9月25日) → 請求日 (令和5年10月27日) → 年金決定のお知らせ (令和6年1月頃) → 初回振込日 (令和6年2月頃)

このケースの場合、令和5年9月25日以降に請求できます。

初回の受け取り分として令和5年10月分から令和6年1月分が振り込まれます。

事後重症による請求

障害認定日の時点では障害年金に該当しない状態にあっても、その後、症状が悪化し、障害年金に該当する状態になったときには、請求日の属する月の翌月分から年金を受け取ることができます。

初診日 (平成28年10月25日) → 1年6か月 → 障害認定日 (平成30年4月25日) → 人工透析 (2級相当) 開始 (令和5年10月10日) → 請求日 (令和5年10月26日) → 年金決定のお知らせ (令和6年1月頃) → 初回振込日 (令和6年2月頃)

このケースの場合、令和5年10月10日以降に請求できます。

初回の受け取り分として令和5年11月分から令和6年1月分が振り込まれます。

※請求日が令和5年11月中となった場合は、令和5年12月からの受け取りになり、請求日が遅くなると受け取りの開始時期が遅くなります。障害年金を受け取ることができる状態になった場合は、速やかにご請求ください(請求書は、65歳の誕生日の前々日までに提出する必要があります)。

手続きのポイント4 障害年金に該当する状態 障害者手帳の等級とは異なります

障害の状態に応じて、法令により障害の程度が決められています。

障害の程度1級	障害の程度2級	障害の程度3級 (厚生年金保険のみ)
他人の介助を受けなければ日常生活のことがほとんどできないほどの障害の状態です。身の回りのことはかろうじてできるものの、それ以上の活動はできない方(または行うことを制限されている方)、入院や在宅介護を必要とし、活動の範囲がベッドの周辺に限られるような方が、1級に相当します。	必ずしも他人の助けを借りる必要はなくても、日常生活は極めて困難で、労働によって収入を得ることができないほどの障害です。例えば、家庭内で軽食を作るなどの軽い活動はできても、それ以上重い活動はできない方(または行うことを制限されている方)、入院や在宅で、活動の範囲が病院内・家屋内に限られるような方が2級に相当します。	労働が著しい制限を受ける、または、労働に著しい制限を加えることを必要とするような状態です。日常生活にはほとんど支障はないが、労働については制限がある方が3級に相当します。

手続きのポイント5 障害年金の年金額 1級・2級は障害基礎年金と障害厚生年金との2階建て

障害の程度

重	1級	2級	3級	軽
厚生年金(2階)	障害厚生年金(1級) 報酬比例の年金額×1.25 配偶者の加給年金	障害厚生年金(2級) 報酬比例の年金額 配偶者の加給年金	障害厚生年金(3級) 報酬比例の年金額	障害手当金 報酬比例の年金額×2
国民年金(1階)	障害基礎年金(1級) 1,020,000円 [昭和31年4月1日以前に生まれた方 1,017,125円] 子の加算	障害基礎年金(2級) 816,000円 [昭和31年4月1日以前に生まれた方 813,700円] 子の加算	障害手当金とは? 初診日から5年以内に症状が固定しており、障害厚生年金を受け取ることができる状態よりも軽い障害の状態にある場合、障害手当金(一時金)が支給されます。	

報酬比例の年金額とは?

障害厚生年金の年金額は、障害の程度に応じて、障害認定日の属する月以前の報酬額と厚生年金の加入月数を基に計算します。

- 報酬比例の年金額 老齢厚生年金の報酬比例部分と同額です。
- 厚生年金加入期間が短くても、300月加入とみなして計算 障害認定日において300月(25年)未満の場合は、厚生年金被保険者期間を300月(25年)とみなして計算します。
- 1級は1.25倍 1級の障害厚生年金は、報酬比例の年金額の1.25倍となります。また、1級・2級の障害厚生年金は、障害基礎年金のほか、配偶者加給年金、子の加算を併せて受給できます。※「配偶者の加給年金」と「子の加算」は、対象者がいる方にのみ加算されます。
- 最低保証額 3級の障害厚生年金と障害手当金は、次のとおり最低保証額が設定されています。
 ・障害厚生年金3級 612,000円 ・障害手当金(一時金) 1,224,000円

障害年金のQ&A

Q 障害年金を請求するときに、注意すべきことはありますか?

A 障害年金の請求には、障害年金請求書のほか、以下の添付書類が必要です。事前に必要書類をご確認のうえお手続きください。

- 障害認定日時点の障害の状況がわかる医師の診断書
- 病歴・就労状況等申立書
- 初診日の証明書類
- 現在の障害の状態がわかる医師の診断書など

また、ご相談の際は、障害の原因となった病気やケガの受診歴を整理しておくスムーズです。

Q 障害年金の対象となる病気やケガには、どのようなものがありますか?

A 手足の障害といった外部障害のほか、精神障害や内部障害も対象になります。主なものは次のとおりです。

- 外部障害 眼、聴覚、音声または言語機能、肢体(手足など)の障害など
- 精神障害 統合失調症、双極性障害、認知障害、てんかん、知的障害、発達障害など
- 内部障害 呼吸器疾患、心疾患、腎疾患、肝疾患、血液・血管疾患、糖尿病、がんなど

Q 初めて診療を受けた病院が廃院となり、初診日の証明をもらうことができません。どうすればよいですか?

A 障害年金の請求には、初診日を特定するために初診日の証明書類をご提出いただいておりますが、初診時の医療機関の証明が得られない場合でも、初診日を合理的に推定できる書類により、ご本人の申し立ての日が初診日と認められる場合があります。詳しくは年金事務所へご相談ください。

新発見! 再発見! Discover ふくい

「美しいふるさと福井」の風景を表紙で紹介。観光地はもちろん、何気ない場所でも、実は“福井らしい魅力”があることに改めて気付いてもらえるような一枚を毎月お届けします。



表紙の場所は…

勝山左義長まつり／勝山市

(2024年2月24日撮影)

福井県観光連盟主催

Instagramフォトコンテストより

福井県観光連盟
公式Instagram



都道府県社会保険協会 会員事業所の皆様へ

全社連では、「本会会員である社会保険協会の会員の皆様」へのサービスの充実を目的に、全国中小企業団体中央会が運営する「業務災害補償制度(経営ダブルアシスト)」「業務災害総合保険」を導入しています。本制度は、会員企業の「経営者・従業員双方の業務災害リスクに対する補償」に、全国中小企業団体中央会のスケールメリットを活かし割安な保険料でご加入いただける制度ですので、是非この機会にご加入をご検討ください。

企業
防衛に!

業務災害補償制度

経営ダブルアシスト[®]

(業務災害総合保険)

最大約

58%割引!!

東京海上日動の **経営ダブルアシスト[®]**なら
全国中小企業団体中央会所属会員の皆様への割引

「労災リスクへの企業防衛」「従業員の福利厚生」を割安な掛金で備えられます!!

健康経営アシストサービスもご利用いただけます!

業務災害
補償制度の

5つの 特徴

- 1 スケールメリットによる割安な保険料
- 2 労災事故での高額賠償に備える「使用者賠償責任補償」を標準セット
- 3 政府労災保険の給付を待たずに保険金のお支払いが可能^(*)
- 4 契約は補償対象者無記名式短期労働者やパート・アルバイトはもちろん、派遣社員^(*)、構内下請作業員^(*)も包括補償^(*)オプション
- 5 保険料は売上高で算出保険料は全額損金算入可能!

(*)精神疾患(メンタルヘルス疾患)、脳疾患・心疾患等を除きます。
また、使用者賠償責任補償特約については、政府労災等の決定を待ってからお支払いする場合があります。

※本チラシは、全国中小企業団体中央会を契約者とする業務災害総合保険団体契約の概要について紹介したものです。ご加入にあたっては、必ず「パンフレット兼重要事項説明書」をよくお読みください。

「パンフレット兼重要事項説明書」(PDF)は、こちらからダウンロードできます。▶ <https://www.zensharen.jp/kda/kwa.pdf>



お申込み・
お問い合わせは

[取扱代理店]
〒104-0061 東京都中央区銀座1-14-7 銀座吉澤ビル4F
株式会社リスクコンサルティングファーム 担当:金谷、伴
TEL:03-6264-4771 FAX:03-6264-4772

[提携引受保険会社]
東京海上火災保険株式会社 担当:医療・福祉法人部
TEL:03-3515-4143

24TC-002171
2024年7月作成

INFORMATION

●年金事務所相談のご案内(2~4月)

予約受付専用電話へ

時間／8:30~17:15

※月曜(休日の場合は週初めの平日)
は19:00まで

※第2土曜は9:30~16:00

休み／土・日曜、祝日

※第2土曜は休日相談日

●出張相談所も実施中

右の日時で開催します。
ご利用の際は事前に
年金事務所へお電話し
予約受付をしてください。

(注)12:00~13:00は休憩時間と
させていただきます。

勝山市民会館	3月13日(木)	10:00~15:30
	4月10日(木)	10:00~15:30
大野商工会議所	2月27日(木)	10:00~15:30
	3月27日(木)	10:00~15:30
	4月24日(木)	10:00~15:30
小浜市文化会館4階 (小浜市役所横)	2月27日(木)	10:00~15:00
	3月13日(木)・27日(木)	10:00~15:00
	4月10日(木)・24日(木)	10:00~15:00

年金相談の予約をご利用ください!

(受付時間)月~金(平日)8:30~17:15

予約受付
専用電話

0570-05-4890

福井年金事務所 ☎0776(23)4518(自動音声案内)
武生年金事務所 ☎0778(23)1126(自動音声案内)
敦賀年金事務所 ☎0770(23)9904(自動音声案内)

令和7年2月14日

(記事提供)厚生労働省福井労働局、日本年金機構 福井・武生・敦賀 年金事務所、全国健康保険協会福井支部
(発行)一般財団法人 福井県社会保険協会 (制作)株式会社 ウララコミュニケーションズ