



## 年金相談所開設日程表

京都府社会保険協会  
のホームページ  
アクセスはこちらから▶  
<https://www.shaho-kyoto.or.jp>



### ●京都南年金事務所

※両会場とも年金相談のみです。

| 郡市名  | 開設日 | 開設時間     | 開設場所        |        |
|------|-----|----------|-------------|--------|
| 木津川市 | —   | 3月21日(金) | 10:00~15:00 | 木津川市役所 |
| 八幡市  | —   | —        | —           | —      |

京都南年金事務所  
電話予約 TEL 075-644-1165 【平日 8:30~17:15】

### ●舞鶴年金事務所

※両会場とも年金相談のみです。

| 郡市名  | 開設日      | 開設時間     | 開設場所        |            |
|------|----------|----------|-------------|------------|
| 福知山市 | 2月6日(木)  | 3月6日(木)  | 10:15~15:45 | 福知山市役所     |
| 京丹後市 | 2月27日(木) | 3月27日(木) | 10:30~15:45 | 峰山総合福祉センター |

舞鶴年金事務所  
電話予約 TEL 0773-76-5772 【平日 8:30~17:15】

年金相談所では、お待ちいただく時間を少なくするために「予約制」を実施させていただいております。

※予約なしでお越しいただいた場合、会場使用の関係上、相談をお受けできない場合がありますのでご了承ください。

### 予約方法

- 1 予約電話にご連絡ください。  
(予約以外のご用件はお受けできませんのでご注意ください)
- 2 受付の際に、「基礎年金番号」「氏名」「住所」「電話番号」「相談内容」等についてお伺いします。(お手元に、「年金手帳」または「基礎年金番号通知書」をご用意ください)
- 3 ご希望の「会場」「予約時間」をお伺いします。  
(予約状況により、ご希望に添えないことがありますのでご了承ください)  
※相談当日は、予約時間の「5分前」までにお越しください。  
※当日、ご都合により来所できない場合は、事前にご連絡をお願いします。

## INDEX

### 日本年金機構からのお知らせ

- 令和6年度 年金委員・健康保険委員功労者表彰式を開催しました ..... 2
- 各事業所様からお一人【年金委員】へのご登録をお願いしております ..... 3

### 京都府社会保険協会からのお知らせ

- 生駒山上遊園地 ..... 4
- 玉造グランドホテル長生閣 ..... 5
- マウンテンリゾート 優待プランのご案内 ..... 5

### 協会けんぽ京都支部からのお知らせ

- 令和5年度 京都支部 “健康に関する取り組み” 結果 ..... 6
- 公式LINEの友だち登録をお願いします ..... 6
- 上手な医療のかかり方 ..... 7
- 事業所における健康づくり トップランナーの声 ..... 8

# 令和6年度 年金委員・健康保険委員功労者表彰式を開催しました

一般財団法人 京都府社会保険協会と、日本年金機構並びに全国健康保険協会京都支部の共催により、令和6年11月25日に京都テルサにおいて開催しました。

日本年金機構では、多年にわたり、政府管掌年金事業の推進・発展にご協力いただいている年金委員の方々の活動において、功績等を残された場合に感謝の意を表し、年金事業の一層の推進に寄与することを目的として、「年金委員表彰」を実施しています。

また、全国健康保険協会では、多年にわたり全国健康保険協会管掌健康保険事業の推進・発展にご協力いただいている健康保険委員の方々の活動において、功績等を残された場合に感謝の意を表し、健康保険事業の一層の推進に寄与することを目的として、「健康保険委員表彰」を実施しています。

## ■ 年金委員

### 厚生労働大臣表彰

宮地 玉美 マイクロニクス 株式会社

### 日本年金機構理事長表彰

奥野 淳二 山田化学工業 株式会社

梯 義行 かけはし 株式会社

### 日本年金機構理事表彰

職域型年金委員 株式会社 キクチコンサルタント

廣瀬 秀雄 社会福祉法人 みずなぎ学園

大西 肇 株式会社 鍵善良房

西條 尊亮 株式会社 ホテルプリンセス京都

片岡 周史 洛西貨物自動車 株式会社

小川 栄実 サンコール 株式会社

## ■ 健康保険委員

### 全国健康保険協会理事長表彰

佐々木秀夫 株式会社 ミラノ工務店

黒川 久美 株式会社 ジュピター

黒坂由美子 株式会社 Kurosaka

### 全国健康保険協会京都支部長表彰

加治屋希美 トクデン 株式会社

大西 正純 テラメックス 株式会社

清水麻里子 株式会社 ヤマシナ

高井 千栄 株式会社 Fujitaka

渡邊 卓也 大和電設工業 株式会社

田辺 絵里 社会福祉法人 全国手話研修センター

荒田 直美 株式会社 吉岡商店

福井 睦 株式会社 安井壺工務店

中山 佳美 NISSHA 株式会社

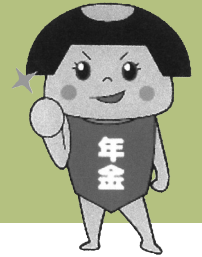
(敬称略・順不同)

受賞された皆さま 誠におめでとうございます



各事業所様からお一人…

**【年金委員】** へのご登録をお願いしております



年金委員  
って何？

年金委員とは、厚生労働大臣の委嘱により、会社内において年金制度の啓発・相談・助言などの活動を行う民間協力員です。手続きが完了すると、**厚生労働大臣**名で委嘱状がお手元に届きます。

何をするの？

日本年金機構からお送りするパンフレットを社内掲示板等を利用してお伝えいただく等、難しい仕事は一切ございません！

費用は  
かかるの？

会費等費用は一切かかりません。  
なお、報酬もありませんが、活動を行うための経費は日本年金機構が負担します（負担の範囲は、日本年金機構の規程に基づきます）。

## 年金委員に関するQ&A

**Q：年金委員は、何人くらいいるのですか？**

A：令和6年3月末現在、全国で約13万人の年金委員が委嘱されています。

**Q：活動頻度はどのくらいですか？**

A：年に2～3回程度、管轄の年金事務所等で**任意参加**の講習会等を行います。制度改正等の情報提供や社会保険の事務手続き等の知識取得を目的としています。

**Q：年金委員の活動は負担になりませんか？**

A：ご担当者様の社会保険事務手続き等の知識取得や、制度改正時の速やかな情報共有等を主な目的としておりますので、**活動を強制することは一切ございません**。ご都合により柔軟に活動いただけます。

**Q：年金の知識に自信がないのですが、年金委員になれますか？**

A：全く問題ございません。

むしろ知識向上を目的とした講習会がございますので、知識に自信がない方ほど年金委員になることをお勧めします。是非この制度をご活用ください！

**Q：年金委員になるための手続き方法は？**

A：「年金委員推薦書（職域型）」に必要事項をご記入いただき、管轄の年金事務所へご提出ください。ご不明な点等がございましたら、年金事務所へお問い合わせください。年金事業の推進のため、是非ともご協力をお願い申し上げます。



京都府社会保険協会からのお知らせ

# 天空の遊び場 ～魅力はなんといっても素敵な眺め 写真映え間違いなし！ 生駒山上遊園地

奈良県生駒市菜畑町 2312-1

TEL 0743-74-2173

新しく施設利用会員証で優待利用できる施設が増えました！



日本最古の飛行塔



朝ドラ「舞いあがれ！」でロケ地にもなった、奈良に残るレトロな遊園地「生駒山上遊園地」。

眼下に広がる大阪平野を北から南まで一望できます。

大阪湾、明石海峡大橋や神戸、六甲山の山並が、まるでジオラマみたい。

空・海・山・街が一体となった眺めは圧巻です！

まるで宝石をちりばめたような煌めく夜景もぜひ堪能してください！



生駒山上遊園地  
ホームページ

## 入園料は無料！

### フリーパス券 料金表

| 区分             | 一般料金   | 会員優待料金 |
|----------------|--------|--------|
| おとな<br>(中学生以上) | 4,000円 | 3,800円 |
| こども<br>(小学生)   | 3,800円 | 3,600円 |

- ◎施設利用会員証の提示で、5名様まで有効です。
- ◎他の割引券との併用はできません。
- ◎フリーパス券利用除外日・営業日については、生駒山上遊園地ホームページでご確認ください。

**施設利用会員証の申込書は  
ホームページからも  
ダウンロードできます！**



ホームページ ⇒ 事業のご案内 ⇒  
福利厚生事業内の施設利用会員証の発行

◎FAX、郵送またはメールでお申し込みください。  
(メールでお送りいただく場合は、京都府社会保険協会ホームページの「お問合せ」からお送りください。)

## 「施設利用会員証」申込書

|        |                                      |       |   |
|--------|--------------------------------------|-------|---|
| 会員番号   | 会報誌「社会保険きょうと」送付時の宛名ラベルに記載された6桁の番号です。 | 申込枚数  | 枚 |
| 事業所名称  |                                      | T E L |   |
| 事業所所在地 | 〒                                    |       |   |

## 玉造グランドホテル長生閣

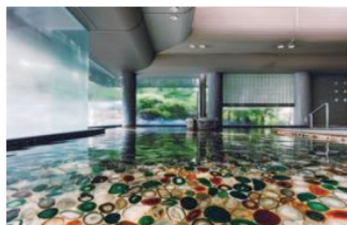
新しく施設利用会員証で優待利用できる施設が増えました！

会員証提示で、公式HP料金から10%OFFの料金でご予約いただけます！（早割等、一部対象外のプラン有）

※対象のご予約は長生閣の公式HPから、又は直接のお電話のみに限ります。

（いずれも予約時に会員証での優待利用の旨をお伝えください。）

### 島根県 玉造温泉『美肌の湯』とパワーストーン“めのう風呂”で素敵なひと時を



当館一番人気！  
熊谷喜八氏監修料理付き和洋コースの場合

公式HP料金 ベストレート  
平日2名1室利用時  
お一人様¥23,100（税込）



10%OFFの  
**¥20,790（税込）**  
でご提供致します！

（和室12.5畳 平日基本料金での一例です）



## マウンテンリゾート 優待プランのご案内

### つがいけマウンテンリゾート



#### ご優待特典

**優待プラン** ゴンドラ&リフト1日券プラン  
**利用期間** 2024/12/14~2025/3/23  
**料金** おとな ¥7,500→¥6,300  
子ども（小学生） ¥4,400→¥3,800



注意：・他割引との併用不可  
・1回のご利用は5名様まで

### 白馬八方尾根スキー場



#### ご優待特典

**優待プラン** ゴンドラ&リフト1日券プラン  
**利用期間** 2024/12/20~2025/3/9  
**料金** おとな ¥8,000→¥7,200  
子ども（小学生、中学生、高校生） ¥4,000→¥3,600



注意：・他割引との併用不可  
・1回のご利用は5名様まで

### 鹿島槍スキー場 ファミリーパーク



#### ご優待特典

**優待プラン** リフト1日券プラン  
**利用期間** 2024/12/14~2025/3/23  
**料金** おとな ¥5,500→¥4,500  
学生（高校生~大学生） ¥4,500→¥4,000  
子ども（3歳~中学生） ¥3,000→¥2,500  
おとな+子ども ¥6,500→¥5,300



注意：・他割引との併用不可・1回のご利用は5名様まで  
・別途、ICカード保証金が1,000円必要  
・親子セット対象：おとな1名+子ども1名  
・学生（高校生/大学生）の方は学生証の提示必須

他の施設もあります。詳細は協会ホームページをご覧ください。

### お問い合わせはメールで nsdyutai@nippon-ski.jp

Step 01

二次元コードを読み取り、  
またはURLにアクセス



<https://www.nippon-ski.jp/coupon/>  
または「日本スキー場開発」を検索→  
「ご契約企業のお客様」バナーをタップ

Step 02

利用希望施設・優待内容確認  
施設ごとに最新のプランをご紹介します  
料金・利用日・条件などはここでご確認ください

Step 04

必要条件を入力し送信

・企業団体名  
・利用日・利用人数・メールアドレス\*  
※@nippon-ski.jpを受信できるアドレスをご入力ください  
▶▶▶お申込完了メール受信

Step 03

申し込みボタンをクリック

パスワードを入力

Step 05

ご利用日に申込完了メールを提示

スマホ  
お申込完了メールを画面提示  
パソコン  
お申込完了メールを印刷して持参・提出

お問い合わせ先：日本スキー場開発株式会社 TEL 0261-72-6040

# 令和5年度 京都支部 “健康に関する取り組み” 結果

協会けんぽでは、健康に関する5つの評価項目について、加入者と事業主の皆さまの取り組みに応じ、支部間で順位付けをして、報奨金を付与する「インセンティブ制度」を導入しています。総合順位で上位15の支部にはインセンティブ（報奨金）を付与し、翌々年度の健康保険料に反映させます。



各指標の順位 各指標の順位は、前年度からの上昇率等も関係しているため、実際の順位とは異なります

**特定健診等の受診率**  
京都支部順位：**8位**  
皆様にお願ひしたいこと  
協会けんぽの健康診断を毎年受診する

**特定保健指導の実施率**  
京都支部順位：**38位**  
皆様にお願ひしたいこと  
特定保健指導の案内が届いたら必ず利用する

**特定保健指導の対象者の減少率**  
京都支部順位：**5位**  
皆様にお願ひしたいこと  
・健康な生活習慣を身につける  
・会社ぐるみで健康づくりを推進する

**要治療者の医療機関受診率**  
京都支部順位：**36位**  
皆様にお願ひしたいこと  
健診で「要検査」「要治療」となったら必ず医療機関を受診する

**ジェネリック医薬品の使用割合**  
京都支部順位：**35位**  
皆様にお願ひしたいこと  
お薬を受け取る際にジェネリック医薬品への切り替えを検討する

残念ながら上位15支部には入りませんでした。令和4年度より順位はアップ！引き続き5つの取り組みについて、事業主さま・加入者さまのご協力をお願いします。

## 公式LINEの友だち登録をお願いします

協会けんぽ京都支部の最新情報をお届けするため、公式LINEがスタートしました。登録方法は2通り！皆さまのご登録、お待ちしております！

### 1. 二次元コードから

スマートフォンにて右の二次元コードを読み、友だち追加



### 2. IDまたはアカウント名で検索

LINEアプリで「@kenpo\_kyoto」または「協会けんぽ京都」と検索し友だち追加



健康レシピ  
季節の健康情報  
健康診断の案内  
イベント案内  
など



## 上手な医療のかかり方

適切な医療を受けられる体制を維持していくためには、一人ひとりが健康な生活を続けていくとともに、医療のかかり方を見直すことも大切です。上手な医療のかかり方を知ることは、自己負担額の軽減や医療費の適正化にもつながります。

### ジェネリック医薬品を使用する

ジェネリック医薬品は、新薬と有効成分・効能が同等であると国が認めている安価なお薬です。お薬の苦みを抑えたり小型化したりなどの工夫がされています。

令和6年10月からは特許の切れた先発医薬品の調剤を希望した場合、ジェネリック医薬品との差額が一部加算され、窓口負担額が増える可能性があります。<sup>(※)</sup>

ぜひジェネリック医薬品への切り替えをご検討ください。

<sup>(※)</sup> 医療上必要があると医師が判断した場合や、薬局にジェネリック医薬品の在庫がない等の場合は対象となりません



### かかりつけ医・かかりつけ薬局を持つ

「かかりつけ医」は、日常的な病気の診療や健康相談ができる身近なお医者さんです。必要な時には専門医を紹介してもらうこともできます。また、「かかりつけ薬局」では、お薬の相談、処方薬や市販薬等の重複・飲み合わせの管理や、副作用の相談もできます。

日頃の健康状態をよく知っている「かかりつけ医」「かかりつけ薬局」があれば、体調の変化に気づきやすく、病気の早期発見・早期治療につながります。



### #8000を活用する

診療時間外の受診は、6歳未満の乳幼児の場合、大人より割増料金が高額になります。

夜間や休日など、子どもの体調不良で医療機関を受診するか迷われるときは、「こども医療でんわ相談 #8000」を活用しましょう。

お住いの都道府県の相談窓口へ自動転送され、小児科医や看護師から子どもの症状に応じたアドバイス等を受けることができます。

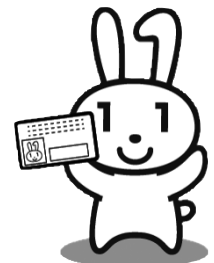


### マイナ保険証を利用して 重複検査や重複投薬を防ぐ

マイナ保険証で医療機関を受診すると、特定健診や診療の情報を医師と共有することができ、重複検査を防ぎ、適切な医療を受けることができます。

また、お薬の情報も医師・薬剤師と共有することができるので、重複投薬や禁忌薬のリスクが少なくなります。

なお、診療情報や薬剤情報は、本人の同意なく、情報共有されることはありません。



未来の医療保険制度を守るため

ご協力をお願いします

医療費の節約術も  
ご確認ください



連載

## 事業所における健康づくり トップランナーの声

### 長津工業株式会社

HP <https://www.nagatsu-g.co.jp/>  
業種 製造業

所在地 京都市伏見区淀美豆町384  
従業員数 110名（京都本社）(R6.6現在)



協会けんぽでは加入者の健康づくりや健康経営®の推進を、加入事業所さまと連携して行っています。

※「健康経営®」は、NPO法人健康経営研究会の登録商標です。

この連載では、**従業員の健康づくりに積極的に取り組み、かつ地域において健康経営の発信を行っている事業所さま**からお聞きした取り組みの背景や事例を、これから健康経営に取り組んでいきたいと考えている事業所さまやすでに取り組みをすすめている事業所さまへご紹介してまいります！

#### 健康経営に取り組むきっかけ

当社では元来より安全で安心して働くことのできる職場環境づくりとして安全衛生に取り組んで参りましたが、更に様々な側面から働きやすい職場の実現に向けて活動していきたいと考え、健康面からも取り組むこととなりました。

#### 組織の体制

毎年発行している安全衛生方針の中に「心身の健康保持」の項目を掲げ、全社の課題としてトップが課題意識を持つことで、全社的に取り組みを行っています。

#### 主な取組

- 2017年より継続して  
「京から取り組む健康事業所宣言」

- 2020年より継続して健康経営優良法人に認定

- 従業員が利用できる厚生施設の設置

以前は従業員に仕出し弁当を提供していましたが、社内で食事が提供できる食堂施設を設置。温かく健康的な食事を提供できるようになりました。

また、従業員が自由に使える筋トレ器具やリラックススペースも設置しました。

- 特定保健指導の全員利用

特定保健指導の対象となった方は業務中に利用できるよう調整し、対象者全員が利用できるようにしています。

- 協会けんぽサービスの利用

2018年度より継続して健康講座を受講しています。喫煙者にたばこリスクの講演、事務担当者に肩こり腰痛の講演などテーマに合わせて対象者を決定、受講を促しています。

また健康測定機器のレンタルを利用して従業員の健康意識の向上に努めています。結果について従業員同士で話をするなど、コミュニケーション手段のひとつにもなっています。



食堂



健康講座受講



健康測定機器利用

協会けんぽ京都支部では、事業所における健康づくりを推進されている事業所さまの認定制度「京から取り組む健康事業所宣言」事業を行っています。詳しくは二次元コードからご案内ページをご覧ください。



健康経営、会社の健康づくりについて（企画総務グループ）  
【☎ 075-256-8630（音声案内②→④）】