

# 社会保険

# いばらき

# 10

協会けんぽとSDGs

2025 October  
NO.567

- 事業所と協会けんぽが連携して職場の健康づくりに取り組んでいます
- 令和7年度 被扶養者資格再確認にご協力ください
- 大切な人、大切な自分を守るために10月はピンクリボン月間です
- 交通事故などで健康保険を使うときは「第三者行為による傷病届」をご提出ください
- 在職老齢年金（働きながら年金を受けるとき）の計算方法
- 11月の出張年金相談
- 令和7年度後半の事業のお知らせ



北山公園（笠間市）：撮影 富山 英明

職場内で回覧しましょう

協会けんぽ茨城支部からのお知らせ

## 協会けんぽとSDGs

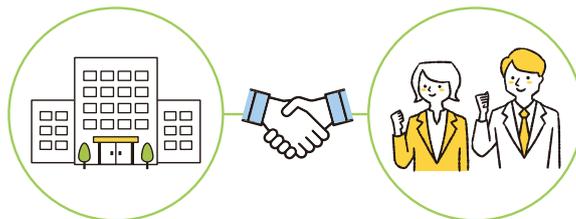


協会けんぽは日本最大の医療保険者として、また被用者保険の最後の受け皿として、加入者の皆様が末永く安心して良質な医療を受けられるよう、持続可能性の観点で踏まえた安定的・効率的な運営を行うとともに、加入者の皆様の健康増進に取り組んでいます。

※ SDGs (持続可能な開発目標) とは、国連で採択された17の目標により構成される2030年での国際目標です。



事業所と協会けんぽが連携して  
職場の健康づくりに取り組んでいます。



事業主の皆様に職場の健康づくりに取り組むことを宣言いただき、事業所と協会けんぽが連携して職場の健康課題の解決に取り組む「健康宣言」を推進しています。

茨城支部では2,179事業所に宣言をいただいております。(令和7年8月末時点)

宣言いただいた事業所には、事業所の健康状態を確認できる「事業所健康度診断カルテ」の提供や、「健康測定機器のレンタル」「出前健康セミナー開催」など、無料特典をご用意しております。

## 令和7年度被扶養者資格再確認にご協力ください

### 《送付時期》

令和7年10月中旬から10月下旬(予定)にかけて順次送付いたします。

### 《提出期限》

**令和7年12月12日(金)**

### 《扶養解除となる被扶養者の方がいる場合》

確認の結果、扶養解除となる場合は、被扶養者状況リストと被扶養者異動届を提出ください。

**扶養解除の迅速化のため、被扶養者異動届は可能な限り電子申請により、日本年金機構へお届けください。**

※被扶養者異動届にて提出いただいた場合、手続きに1~2か月程度お時間をいただきます。

大切な人、大切な自分を守るために

## 10月はピンクリボン月間です



女性の9人に1人が乳がん!



日本では、乳がんは女性のがんの中で最も多く、毎年9万人以上が新たに乳がんにかかっています。

人口あたりの罹患率は79.2例(男性1.1例、女性153.2例)(人口10万対)

人口あたりの死亡率は13.0人(男性0.2例、女性25.1例)(人口10万対)

乳がんは、**早期発見**すれば生存率が高くなっています。定期的な検診とセルフチェックを行い、早期発見に努めましょう。

診断される数(2021年)	99,449例(男性667例、女性98,782例)
死亡数(2023年)	15,763人(男性134人、女性15,629人)
5年相対生存率(2009~2011年)	92.3%(女性のみ)

参考:国立がん研究センター「がん情報サービス」  
(全国がん登録)  
最新がん統計:  
[https://ganjoho.jp/reg\\_stat/statistics/stat/summary.html](https://ganjoho.jp/reg_stat/statistics/stat/summary.html)

## 交通事故などで健康保険を使うときは 「第三者行為による傷病届」をご提出ください

業務外の事由による交通事故など、他人（第三者）の行為によって病気やけがをしたときに健康保険を使って治療を受ける場合は、「第三者行為による傷病届」一式の提出が必要となります。

### 第三者行為による傷病とは？



#### 提出書類

- ▶ 第三者行為による傷病届
- ▶ 負傷原因報告書
- ▶ 同意書
- ▶ 示談書の写し ※示談が成立している場合のみ

#### 交通事故の場合、加えて提出する書類

- ▶ 事故発生状況報告書
  - ▶ 交通事故証明書
  - ▶ 人身事故証明書入手不能理由書
- ※警察への届出を物損(物件)事故として処理している場合など

第三者行為によって負傷し、健康保険で治療を受ける場合、本来、加害者側が支払うべき治療費などを協会けんぽが立て替えて支払うことになるため、後日、協会けんぽが相手方に請求することになります。このため、「第三者行為による傷病届」一式のご提出をお願いします。



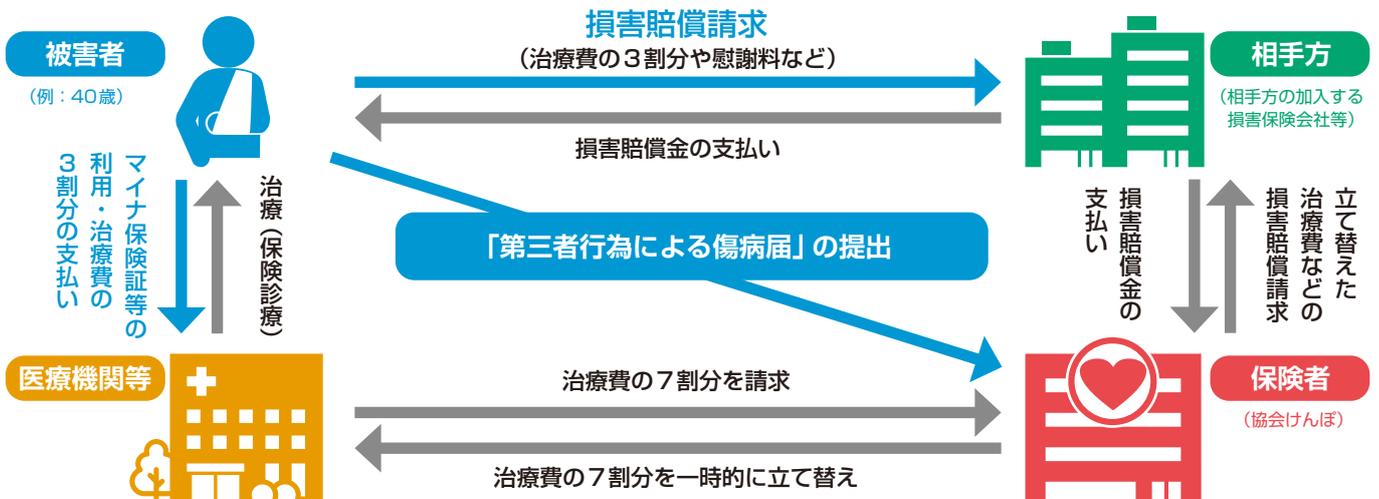
### 示談は慎重に！

健康保険で治療中に示談が成立した場合、損害賠償請求権を放棄したことになり、**健康保険で治療を受けることができなくなる可能性があります**。示談をするときは、**事前に**協会けんぽ茨城支部までご相談ください。



### 労働災害・通勤災害の場合は健康保険が使いません！

業務上や通勤途上でケガをした場合は、労災保険の対象となります。すみやかに勤務先に連絡の上、労働基準監督署へ届け出てください。



全国健康保険協会 茨城支部  
協会けんぽ

<https://www.kyoukaikenpo.or.jp/shibu/ibaraki/>

〒310-8502  
水戸市宮町 1-2-4  
マイムビル 9階

☎029-303-1500 (代表)

マイナ保険証を  
使用しましょう！！



※令和6年12月2日以降、健康保険証は発行されなくなりました。マイナ保険証  
使ってみよう！

## 在職老齢年金（働きながら年金を受けるとき）の計算方法

厚生年金保険に加入しながら老齢厚生年金を受ける60歳以上の方は、**基本月額※1**と**総報酬月額相当額※2**に応じ、年金額が支給停止（全部または一部）される場合があります。

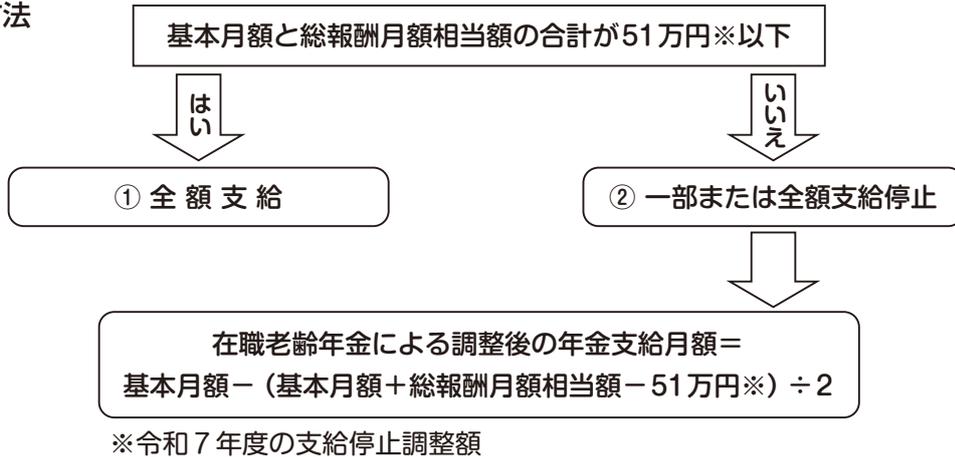
### ※1 基本月額

加給年金額を除いた老齢厚生（退職共済）年金（報酬比例部分）の月額

### ※2 総報酬月額相当額

（その月の標準報酬月額）+（その月以前1年間の標準賞与額の合計）÷12

### 計算方法

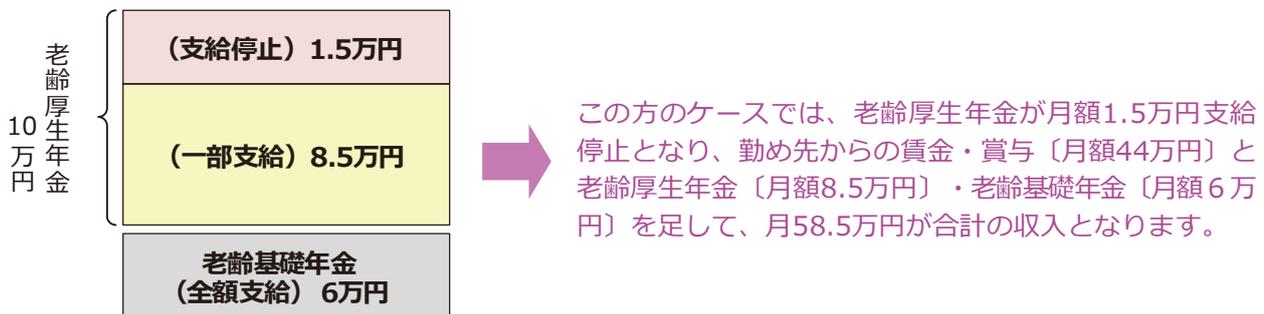


### 計算例

老齢厚生年金額120万円〔基本月額10万円〕の方で、総報酬月額相当額が44万円（標準報酬月額34万円、標準賞与額120万円〔月額10万円〕）の場合

- 〈解説〉
- 基本月額 120万円÷12=10万円
  - 基本月額と総報酬月額相当額の合計額が51万円を超えますので、②に該当します。
    - ・支給停止額=(44万円+10万円-51万円)×1/2×12=18万円〔月額1.5万円〕
    - ・年金支給額=120万円-18万円=102万円〔月額8.5万円〕

老齢厚生年金支給停止額と一部支給額は、1カ月あたりで下図のようになります。



※在職による支給停止は老齢厚生年金に対して行われるもので、老齢基礎年金は支給停止の対象とはなりません。  
 ※共済組合等からの老齢厚生年金も受け取っている場合は、それぞれの老齢厚生年金の年金額に応じ停止額を割り振り算出します。

### ○加給年金額が加算されている場合

老齢厚生年金に加給年金額が加算されている場合、加給年金額を除いて在職老齢年金を計算します。なお、加給年金額の支給は、以下のとおりです。

- ・老齢厚生年金が支給（一部支給）される場合……加給年金額は全額支給されます。
- ・老齢厚生年金が全額支給停止される場合……加給年金額も全額支給停止となります。

## 年金の受給権が発生した後の被保険者期間が年金額に反映される時期

### 在職老齢年金を受けている65歳以上の方が9月1日に厚生年金に加入しているとき

厚生年金に加入しながら老齢厚生年金を受けている65歳以上70歳未満の方が、基準日の9月1日において被保険者であるときは、翌月の10月分の年金額から見直されます。これを「在職定時改定」といいます。

なお、9月1日前に被保険者の資格を喪失して、そこから9月1日をまたぎ、1月が経過する前に被保険者の資格を取得したときは、基準日の9月1日において被保険者ではありませんが、在職定時改定として年金額の再計算が行われます。(例：8月25日資格喪失、9月3日資格取得)

- 年金額に反映されていない前年9月から当年8月までの厚生年金に加入していた期間を追加して、年金額の再計算が行われます。

※年金額が再計算された結果、支給停止額が変更となる場合があります。

### 在職老齢年金を受けている方が退職したとき(70歳に到達したとき)

厚生年金に加入しながら老齢厚生年金を受けている70歳未満の方が、退職して1カ月を経過したときは、退職した翌月分の年金額から見直されます。これを「退職改定」といいます。また、厚生年金に加入しながら老齢厚生年金を受けている70歳未満の方が、70歳に到達したときは、70歳到達した翌月分の年金額から見直されます。

- 年金額に反映されていない退職までの厚生年金に加入していた期間を追加して、年金額の再計算が行われます。

※退職して1カ月以内に再就職し、厚生年金に加入したとき(転職など)は、年金額の再計算は行われません。

### 留意事項

年金額の再計算について、下記の点にご注意ください。

- 70歳以上の期間は、厚生年金に加入していないため、年金額の再計算には反映しません。
- 年金額の再計算により厚生年金加入期間が20年を超えたときは、**加給年金**が支給される場合や、配偶者に対して**振替加算**が支給される場合があります。その際は、別途、手続きが必要となります。

## 出張年金相談のお知らせ

年金事務所による令和7年11月の出張年金相談の日時・会場は下記のとおりです。なお、相談にはどの会場も**事前の予約が必要**です。事前に該当の年金事務所へお電話のうえ、ご予約をお願いします。

### 令和7年11月の出張年金相談

年金事務所 予約先電話番号	日 時	会 場
水戸北年金事務所 029 (231) 2283	6日(木) 10:00～15:00	常陸太田市役所
	11日(火) 10:00～14:00	大子町役場
水戸南年金事務所 029 (227) 3278	11日(火) 10:00～15:00	鹿嶋市商工会本所
	25日(火) 10:00～15:00	神栖市商工会波崎支所
土浦年金事務所 029 (825) 1170	6日(木) 10:00～15:00	取手市商工会館
	21日(金) 10:00～15:00	龍ヶ崎市役所
下館年金事務所 0296 (25) 0829	13日(木) 10:00～15:00	常総市商工会水海道事務所
	19日(水) 10:00～15:00	古河商工会議所
日立年金事務所 0294 (24) 2194	18日(火) 10:00～14:00	高萩市役所
	26日(水) 10:00～14:00	北茨城市役所

※相談を受ける際には、運転免許証や個人番号カード(マイナンバーカード)などの顔写真付きの身分証明書をご持参ください。お持ちでない場合には、基礎年金番号通知書(年金手帳)または年金証書、健康保険証及び預金通帳など本人であることが確認できる書類を2つ以上提示していただきます。また、本人以外の方が相談される場合は委任状等が必要となりますので、事前に各年金事務所お客様相談室へお問い合わせください。

## 茨城県社会保険協会からのお知らせ

# 令和7年度後半の事業のお知らせ

茨城県社会保険協会の令和7年度後半の事業をお知らせします。なお、各事業の案内チラシにつきましてはすでに会員事業所様あてにお送りをしております。

お申し込みや詳細につきましては茨城県社会保険協会のホームページをご覧ください。協会あてにご連絡をお願いいたします。

### ◎年金セミナー・健康管理講座、年金シニアライフセミナー

間もなく退職を迎えられる被保険者とその配偶者及び事業所の事務担当者を対象としたセミナーを開催します。

- ・筑西会場 令和7年11月5日(水) 茨城県県西生涯学習センター
- ・日立会場 令和7年11月13日(木) 久慈サンピア日立
- ・つくば会場 令和7年11月20日(木) つくば研究支援センター

開催時間は各会場とも午後1時30分から午後5時までです。**参加費は無料**です。なお、令和8年2月にも水戸市、土浦市での開催を計画しています。こちらのご案内は本誌11月号に掲載する予定です。

※令和7年11月27日(木) ホテルレイクビュー水戸で開催します「年金シニアライフセミナー」については、募集定員に達しましたので締め切りました。

### ◎契約施設利用料金の一部補助

会員事業所の被保険者及び家族の皆様の健康増進を図るため、施設と契約し利用料金の補助を行います。

#### ○くだもの狩り

- 場 所：かすみがうら市千代田果樹観光協会加盟果樹園  
期 間：令和7年8月21日(木) から11月中旬まで



#### ○トレーニングルーム等で体を鍛えよう

- 場 所：とっぷさんて大洋(鉾田市)  
ほっとパーク鉾田(鉾田市)  
つくばウェルネスパーク(つくば市)  
ほっとランドきぬ(下妻市)  
筑西遊湯館(筑西市)  
山新スイミングアリーナ(笠松運動公園屋内プール)(ひたちなか市)  
期 間：令和7年10月1日から令和8年3月31日



#### ○アイススケート

- 場 所：山新スイミングアリーナ(笠松運動公園屋内アイススケート場)(ひたちなか市)  
令和7年11月1日からの予定です。こちらのご案内は本誌11月号に掲載する予定です。



お問い合わせ

一般財団法人茨城県社会保険協会 電話029-226-8005