

記事提供：日本年金機構 年金事務所
全国健康保険協会 茨城支部

発行：一般財団法人 茨城県社会保険協会
水戸市南町3-4-12 常陽海上ビル8F
TEL.029-226-8005

社会保険 いばらき

8

2026
August
NO.577

●健康づくり推進事業所認定特典のご案内

- 「いばらき健康経営推進事業所認定制度」
- 外国籍の従業員の方へ周知をお願いいたします
- 健康づくり、保健施設事業のご案内
- 9月の出張年金相談
- 令和8年度社会保険協会費納入のお礼とお願い



明野ひまわりの里（筑西市）

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

健康づくり推進事業所認定特典のご案内

(お口の健口教室)

働く世代の口腔保健の重要性が高まっています。歯科医師・歯科衛生士の出前健康講座「お口の健口教室」を事業所内で開催してみませんか？

■メニュー 歯科の講演 + 口腔機能検査体験 (あわせて60分程度)

※口腔機能検査って何をするの？



唾液による歯周病検査とガムを使った噛む力の検査を実施する生活習慣病の予防対策に即した新しい歯科検診です。

■注意事項

- ・受講人数：10～50名（応相談）
- ・受付：先着順（予定数に達した時点で終了となります）
- ・費用：口腔機能検査を含めて無料
- ・対象：事業所にお勤めの方（施設入居者等は対象外）

実施：公益社団法人 茨城県歯科医師会



昨年度参加した方の声

定期的に歯科検診に通おうと思いました。
脳に影響が出る事など、大切さを知りました。
子どもの虫歯に悩んでいたのも、大変勉強になりました。

(お薬と健康教室)

職場で「薬と健康」や「病気の予防」に取り組むために、薬剤師の出前健康講座「お薬と健康教室」を事業所内で開催してみませんか？

■メニュー お薬と健康に関する講演 (30～60分程度)

◎薬の正しい飲み方や得する薬の知識、ジェネリック医薬品などお薬と健康に関する講座となります。

■注意事項

- ・受講人数：問いません
- ・受付：先着順（予定数に達した時点で終了となります）
- ・費用：無料
- ・対象：事業所にお勤めの方（施設入居者等は対象外）

実施：公益社団法人 茨城県薬剤師会



昨年度参加した方の声

お薬手帳で安くなることがわかり、よかったです。
薬の飲み合わせについて、大変勉強になりました。
ジェネリック薬品について今までよく理解していませんでしたが、全く同じ成分でかつ安くなるなら良いなと思いました。

他にも「健康測定機器レンタル」等の無料特典をご用意しておりますので、事業所様の健康づくりにお役立てください。（各無料特典の申込は年度内1回のみです）

◎詳しくは右にある二次元コードから詳細をご確認ください。

（協会けんぽ茨城支部ホームページに繋がります）



※無料特典の実施には健康づくり推進事業所として認定されることが必要です。

「いばらき健康経営推進事業所認定制度」

茨城県では、従業員の健康に配慮した取り組みや健康経営を実施している企業を認定し、働く世代の健康増進を推進しています。

※認定を受けるためには、協会けんぽ茨城支部の健康づくり推進事業所の認定を受けていることが条件です。

健康経営® とは？ ※「健康経営®」は、NPO 法人健康経営研究会の登録商標です。

従業員の健康づくりを積極的にサポートすることにより、従業員の活力や生産性の向上等の組織の活力化をはかり、業務向上にもつなげようと取り組む新しい経営スタイルのことです。

認定の流れ

申請は、茨城県ホームページから
「いばらき健康経営推進事業所認定制度」→「認定に関する手続き」へ

認定申請

令和8年6月8日～
令和8年12月31日

茨城県 HP 上の
申請フォーム
から申請

認定審査

第1回：令和8年9月
(6月8日～8月21日受付分)
第2回：令和8年11月
(8月22日～10月30日受付分)
第3回：令和9年2月
(10月31日～12月31日受付分)

認定証の交付

第1回：令和8年10月
第2回：令和8年12月
第3回：令和9年3月

認定申請更新

認定を受けた翌年度の
8月1日～9月30日

認定を受けた企業のメリット

求人・企業イメージ

ハローワークの求人票に認定企業であることの記載ができることや、県のホームページに公表され、優良企業としての印象を広く PR しイメージアップが図れます。
また、県が主催する就職面接会等に優先的に参加できます。

事業資金融資

県内の金融機関（筑波銀行・常陽銀行・茨城県信用組合・水戸信用金庫）で用意している認定企業向けの金利優遇プランの利用、茨城県信用保証協会が用意している信用保証率優遇プランへの申込も可能です。（別途審査があります）

認定ロゴマーク

認定ロゴマークを名刺や自社のホームページなどで使用でき、認定企業であることを周知できます。

茨城県建設工事入札参加資格審査 における評価点数の加点

茨城県建設工事入札参加資格審査における評価点数の加点を受けられます。

お問い合わせ

茨城県の「いばらき健康経営推進事業認定制度」について

■ 茨城県保健医療部健康推進課

☎029-301-3229

協会けんぽの「健康づくり推進事業所認定制度」について

■ 全国健康保険協会（協会けんぽ）茨城支部

☎029-303-1500（代表）【音声案内①】



「もしも」と「いつも」に安心を。

協会けんぽ

全国健康保険協会 茨城支部

<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）

令和8年1月より
電子申請サービスが
スタートしました！



電子申請サービスについてはこちら

日本年金機構からのお知らせ

外国籍の従業員を雇用する事業主のみなさまへ

大切なお知らせ

外国籍の従業員の方へ **周知** をお願いいたします

日本年金機構・年金事務所から封書（封筒イメージ図）が届いた従業員の方は、**保険料が未納になっている場合や、免除申請の手続きが済んでいない場合**があります。

外国籍の従業員の方へご確認ください、封書が届いている場合は、お近くの年金事務所へご案内をお願いします。

<封筒イメージ図>



外国籍の従業員の国民年金加入期間に係る手続き

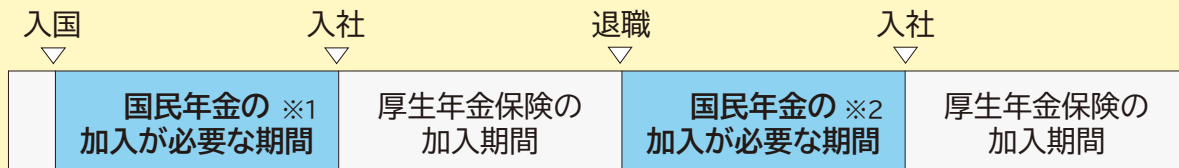
国民年金は、**国籍に関係なく、日本に住所を有する20歳以上60歳未満の方が被保険者**になります。

外国籍の方が日本に入国した場合、「**入国から厚生年金保険加入までの期間**」(※1)や、「**退職により厚生年金保険の資格を喪失した後の期間**」(※2)が、未納になっている場合があります。

この期間についても、法律によって国民年金に加入し、**保険料を納付する義務**があります。

< 国民年金加入イメージ図 >

国民年金保険料の納付または免除申請が必要です！



経済的な理由により保険料を納めることができない場合は「**保険料の免除制度**」があり、原則として前年の所得を基準に審査しています。このため、**入国された最初の年については、免除基準に該当する可能性があります。**

保険料を未納のままにすると、**年金の受け取りや在留資格などの審査に影響**が出る場合があります。納付が困難な場合は、**速やかに免除申請の手続きを行っていただくようお近くの年金事務所（国民年金課）をご案内いたします。**

■□■ 年金事務所以外のご相談窓口など ■□■

年金に関する説明やお知らせを「わかりやすい日本語」やささまざまな言語で読むことができるウェブサイト。

【外国人向けサイト】

<https://www.nenkin.go.jp/international/index.html>



日本語以外の言語で**電話相談**できます。

ねんきん加入者
ダイヤル

0570-003-004

050で始まる番号で電話する場合は**03-6630-2525**

対応言語

・英語・中国語・韓国語・ポルトガル語
・スペイン語・タガログ語・ベトナム語
・インドネシア語・タイ語・ネパール語
・ミャンマー語

対応時間

【英語】 月曜日 8:30~19:00
火曜日~金曜日 8:30~17:15
第2土曜日 9:30~16:00
【その他の言語】 月曜日~金曜日 8:30~17:15

茨城県社会保険協会からのお知らせ

健康づくり、保健施設事業のご案内

(一財) 茨城県社会保険協会では、会員事業所の被保険者とそのご家族の皆さま方の健康づくりおよび福利厚生事業の一環として、施設等の利用料金の一部補助を行います。ご家族や職場のお仲間たちとは是非ご利用ください。

なお、例年一緒にお知らせをしておりました「とっぷさんて大洋」につきましては当分の間休業となります。再開時期が決まりましたら広報紙等で改めてお知らせいたします。



利用施設 「ほっとパーク鉾田」 茨城県鉾田市当間220 電話0291-34-1211
(休館日 毎週水曜日、水曜日が祝日の場合は翌日、12月30日～31日)

利用料金

利用者区分	全館利用		風呂・トレーニングルーム利用	
	昼 間	夜 間	昼 間	夜 間
一 般	950円	850円	850円	750円
	600円	500円	500円	400円
高齢者 (65歳以上)	550円	550円	450円	450円
	250円	250円	150円	150円
こども (3歳以上小学生)	550円	450円	350円	350円
	200円	100円	無 料	無 料

※利用料金表の見方

◆利用区分欄の上段は通常利用料金で下段は補助券使用での自己負担額です。

利用施設 「つくばウェルネスパーク」 茨城県つくば市山木1562 電話029-867-5210
(休館日 毎月第1・第3木曜日、12月31日と1月1日、他に設備保守点検等のために休館することがあります。)

利用料金

利用者区分	正規利用額	補助券利用 自己負担額
大人 (中学生以上)	730円	510円
小人 (満3歳以上)	410円	200円
満65歳以上の方	410円	200円
障害者手帳をお持ちの方 (大人)	410円	200円
障害者手帳をお持ちの方 (小人)	無 料	
満3歳未満の方		

※ご利用時の注意

- ◆つくばウェルネスパーク発行の回数券と利用補助券との併用利用はできません。
- ◆左記自己負担額でトレーニングルーム・プール・温浴 (お風呂等) がご利用できます。
- ◆小学校2年生以下は大人の同伴利用が必要となります

利用施設 「ほっとランド・きぬ」 茨城県下妻市中居指1126 電話0296-30-4126
(休館日 毎週月曜日、月曜日が祝日の場合は翌日、12月29日～1月3日)

利用料金

利用者区分	正規利用額	補助券利用 自己負担額
大人 (高校生以上)	650円	450円
満65歳以上の方	350円	250円
児童生徒 (小・中学生)	250円	150円
障害者及び障害者の介助者	200円	100円
小学生未満の方	無 料	

※ご利用時の注意

- ◆正規利用券を購入後、受付に正規利用券と利用補助券を提示してください。正規利用額と自己負担額の差額が返されます。
- ◆ほっとランド・きぬ発行の回数券・優待券と利用補助券の併用利用はできません。
- ◆左記料金で温水プール・トレーニングジム・温浴 (お風呂等) がご利用できます。
- ◆トレーニングジムを初めてご利用される方は、利用講習会を受講後の利用となります。
- ◆小学校3年生以下の方の25mプールご利用の際は大人の同伴利用が必要となります。
- ◆トレーニングジムは16歳未満 (中学生以下) の方はご利用できません。

利用施設 「筑西遊湯館」 茨城県筑西市下川島471-2

電話0296-33-5151

(休館日 毎週木曜日、木曜日が祝日の場合は翌日、1月1日)

利用料金

利用者区分	正規利用額	補助券利用 自己負担額
大人(中学生以上)	600円	400円
子供(4歳～小学生)	300円	200円
高齢者(満65歳以上の方)	500円	300円
障害者及び障害者の介助者	200円	100円
乳幼児(3歳以下)	無 料	

※ご利用時の注意

- ◆筑西遊湯館発行の回数券・優待券と利用補助券の併用利用はできません。
- ◆左記料金で全施設(プール・トレーニングルーム・風呂等)が終日ご利用できます。
- ◆トレーニングルームを初めてご利用される方は、利用講習会を必ず受けていただきます。
- ◆トレーニングルームは高校生以上からご利用できます。
- ◆小学校3年生以下のお子様の施設使用は必ず保護者の同伴が必要です(プールでは保護者も水着着用)。

利用施設 「山新スイミングアリーナ(笠松運動公園屋内水泳プール)」

茨城県ひたちなか市佐和2197-28 電話029-202-0808

(休館日 毎週水曜日、水曜日が祝日の場合は翌日、12月31日、1月1日)

利用料金

※2時間以内の
利用料金です。

利用者区分	室内プール	トレーニングルーム
大 人	590円	590円
	430円	430円
中高校生	420円	360円
	260円	250円
小学生以下	300円	
	190円	

※利用料金表の見方・ご利用時の注意

- ◆利用区分欄の上段は通常利用料金で下段は補助券使用での自己負担額です。
- ◆利用補助券は1施設1人1枚1回限り2時間の範囲で有効です。
- ◆1回あたりの利用時間が2時間を超えた場合は、追加料金(通常利用料金)をお支払いいただきます。
- ◆補助券は両施設の共有利用はできません。利用する施設ごとにそれぞれ補助券が必要です。
- ◆室内プールを小学生が利用する場合、保護者の同伴が必要です。
- ◆トレーニングルームを中学生が利用する場合、保護者の同伴が必要です。

利用期間

令和8年10月1日から令和9年3月31日まで

利用資格

一般財団法人茨城県社会保険協会への加入に賛同し、会費を納めている事業所の被保険者及びその家族

申込枚数

1事業所あたり利用施設ごとに10枚以内(山新スイミングアリーナについては、20枚以内)とさせていただきます。(必ず利用する枚数のお申し込みをお願いいたします。)

申込方法

「プール・トレーニング・温浴(お風呂等)利用補助券申込書」を作成のうえ、必ず返信用封筒(切手貼付)を同封して一般財団法人茨城県社会保険協会へお申し込みください。折り返し「利用補助券」をお送りいたします。

返信用封筒の貼付切手の目安	30枚まで	60枚まで
注：長型3号(12×23.5cm)の封筒をご用意ください。	110円	180円

申込期限

令和9年2月26日までにお申し込みください。

利用方法

受付で利用補助券と自己負担額を現金でお支払いください。

そ の 他

☆補助券は1人1枚1回限り有効です。

☆暴力団関係者や入れ墨・タトゥー(シールを含む)をされた方の入場は、お断りいたします。
なお、入場後に判明した場合は、すみやかに退場していただきます。

☆返信用封筒が同封されていない場合や記入漏れ等の不備がありますと発行が遅れることがありますのでご注意ください。

お申込み・お問い合わせ

〒310-0021 水戸市南町3-4-12 常陽海上ビル8階

一般財団法人茨城県社会保険協会

電話029-226-8005 <https://www.ibashaho.or.jp>

※茨城県社会保険協会の各種事業は、会員事業主様より納入いただいた会費により運営しています。

小江戸・川越 散策ツアー

江戸城に関連する史跡をはじめ当時の面影を残したスポットが点在する小江戸・川越。蔵造りの情緒的な街並みが続く通りには飲食店が多く、食べ歩きの名所としても人気です。駄菓子屋、和菓子屋などが立ち並ぶ石畳の通りもあります。散策や食べ歩きを満喫した後、豚のテーマパーク「サイボク」で出来立てのお肉・ウインナー等のお買い物を楽しんではいかがでしょうか。

事業所のお仲間同士やご家族の参加をお待ちしております。

記

場 所	小江戸・川越散策と豚のテーマパーク「サイボク」(帰り 「サイボク」 出発予定16時)
出 発 日	令和8年10月24日(土)(雨天決行) 川越到着予定10時30分頃
出発・帰着 予 定 時 間	日立方面 出発(日立商工会議所会館前) 7時15分 帰着予定 19時00分頃 水戸方面 出発(水戸駅南口) 7時30分 帰着予定 18時45分頃 土浦方面 出発(土浦駅東口) 8時00分 帰着予定 18時15分頃 下館方面 出発(下館駅南口) 8時00分 帰着予定 18時15分頃
集 合 時 間	各乗車場所とも出発予定時間の10分前に集合
募 集 定 員	水戸出発は160名、土浦出発は60名、下館・日立出発は各20名 ※各出発方面の申込人数が10名に満たない場合は、その方面からの出発を中止にします。
募 集 期 間	令和8年10月2日(金)迄(定員に達し次第締め切りとします)
利 用 資 格	一般財団法人茨城県社会保険協会への加入に賛同し、会費を納めている会員事業所の被保険者及びその家族
旅行企画・実施 参 加 費	株式会社日本旅行水戸支店 1人6,000円 なお、参加費の支払いは(株)日本旅行への振り込みとなりますが、詳細につきましては申込受付後にご案内いたします。
申 込 方 法	「健康づくり 小江戸・川越散策ツアー」参加申込書に記入のうえ、必ず返信用封筒(110円切手貼付)を同封して、一般財団法人茨城県社会保険協会へお申し込みください。 申込受付後、参加費振込先・行程等詳細をご案内します。
申込問合せ先	〒310-0021 水戸市南町3丁目4番12号 常陽海上ビル8階 一般財団法人茨城県社会保険協会 電話番号 029-226-8005

今宵あなたと素敵なひととき

第42回「室内楽の夕べ」

毎年恒例となっております「室内楽の夕べ」を下記のとおり開催いたします。今年は「ニコネサックスカルテット」をお迎えして「にこにこ笑顔になる音楽」をお送りいたします。サックス4本だけとは思えないほどの圧倒的な音圧と多彩な音色を聞きながら秋の夜のひとときを過ごしてみませんか。

皆様のご来場をお待ちしております。

【開 催 日】	令和8年10月9日(金) 開場 午後6時00分 開演 午後6時30分～午後8時00分
【会 場】	スペースU古河(古河市役所古河庁舎となり) 古河市長谷町38-18
【演 奏 者】	ソプラノサックス 請川 祐子 アルトサックス 間部 裕子 テナーサックス 鈴木 恵 バリトンサックス 駒崎 有紀
【参加対象者】	一般財団法人茨城県社会保険協会会員事業所の被保険者とその家族
【申込枚数】	1事業所あたり10枚以内とさせていただきます。
【申込方法】	「第42回室内楽の夕べ参加申込書」を作成のうえ、必ず返信用封筒(110円切手貼付)を同封して一般財団法人茨城県社会保険協会へお申し込みください。後日、入場整理券をお送りいたします。
【申込締切】	令和8年9月25日(金)到着分 先着150名とし、定員に達し次第締め切りとします。
【主 催】	下館社会保険委員会、一般財団法人茨城県社会保険協会下館支部 ※入場は無料ですが、幼児の方の入場はご遠慮願います

当日の演奏予定曲

- ・ディズニー映画「ファンタジア」よりマジカル・クラシックス
- ・ニューシネマパラダイス
- ・日本の四季メドレー
- ・モンスターズインク
- ・スタンダードジャズ
- ・「ライオンキング」セレクション 他

年金セミナー・健康管理講座、年金シニアライフセミナー

11月に被保険者の退職後に向けた年金制度に関する年金セミナー及び健康管理講座を開催いたします。また、8年度も全国社会保険委員会連合会とコラボした年金シニアライフセミナーを12月に取り組みますので、是非ご参加ください。

なお、年金セミナーは令和9年2月にも水戸、土浦で開催する予定です。

※詳細は同封の「年金セミナー・健康管理講座」、「年金シニアライフセミナー」開催のお知らせをご確認ください。

※来年度、県西地区での開催会場については、古河市を予定しています。

出張年金相談のお知らせ

年金事務所による令和 8 年 9 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 8 年 9 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	3 日 (木) 10:00 ~ 15:00	常陸太田市役所
	8 日 (火) 10:00 ~ 14:00	太子町役場
水戸南年金事務所 029 (227) 3278	10 日 (木) 10:00 ~ 15:00	鹿嶋市商工会本所
	24 日 (木) 10:00 ~ 15:00	神栖市商工会波崎支所
土浦年金事務所 029 (825) 1170	3 日 (木) 10:00 ~ 15:00	取手市商工会館
	25 日 (金) 10:00 ~ 15:00	龍ヶ崎市役所
下館年金事務所 0296 (25) 0829	10 日 (木) 10:00 ~ 15:00	常総市商工会水海道事務所
	16 日 (水) 10:00 ~ 15:00	古河商工会議所
日立年金事務所 0294 (24) 2194	15 日 (火) 10:00 ~ 14:00	高萩市役所
	30 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本人確認書類をご持参ください。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、資格確認書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になりますので、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。

令和 8 年度社会保険協会費納入のお礼とお願い

茨城県社会保険協会では、会員である事業主さまのご協力のもと、社会保険制度の普及発展、会員事業所の被保険者やご家族の健康と福利増進のため、各種事業を行っております。これらの事業は会員事業主さまから納入していただいた会費（年会費）によって運営されております。

令和 8 年度の会費の納入案内書につきましては、本年 4 月 8 日に会員事業所さま宛にお送りし、6 月末日までに多くの会員事業主さまから納入をいただきました。誠にありがとうございました。

まだ納入がお済みでない事業主さまにおかれましては、お手元の納付書または振込等で早めに納入いただきますようお願いいたします。

なお、今回お送りしました令和 8 年度の納付書が見当たらない場合は再交付いたしますので、当協会あてご連絡ください。

一般財団法人茨城県社会保険協会
電話 029-226-8005



次号（9 月）はホームページのみでの掲載となります。
是非ご覧ください。

茨城県社会保険協会

検索

「プール・トレーニングルーム・温浴（お風呂等）」利用補助券申込書

利用施設	ほっとパーク 銚田	つくば ウェルネスパーク	ほっとランド・ きぬ	筑西遊湯館	山新スイミング アリーナ	合 計
申込枚数	枚	枚	枚	枚	枚	枚
(事務局使用欄)	—	—		—	—	—

◎希望する施設の欄に枚数を記入してください。

事業所整理記号 ※ 01 イロハ、01ABC など (健康保険組合に加入の事業所はアルファベットの整理記号)	
上記のとおり申し込みます 令和 年 月 日	
一般財団法人茨城県社会保険協会長 殿	
事業所所在地 〒	
事業所名称	
事業主氏名	
事業所電話番号	

※ご記入いただきました個人情報は、補助事業の運営のみに使用させていただきます。

HP

切 り 取 り 線

第42回「室内楽の夕べ」参加申込書

事業所整理記号 ※ 01 イロハ、01ABC など (健康保険組合に加入の事業所はアルファベットの整理記号)			
申込者氏名(代表者)		参加人数	名
上記のとおり申し込みます 令和 年 月 日			
一般財団法人茨城県社会保険協会長 殿			
事業所所在地 〒			
事業所名称			
事業主氏名			
事業所電話番号			

※ご記入いただきました個人情報は、補助事業の運営のみに使用させていただきます。

HP

切 り 取 り 線

「健康づくり 小江戸・川越散策ツアー」参加申込書

※乗車希望場所を○印で囲んでください。参加代表者の携帯番号は緊急の連絡先として必ずお書きください。

出発日	令和8年10月24日(土)			乗車場所	水戸・土浦・下館・日立	
氏 名	年齢	事業所整理記号	被保険者・家族の別	参加代表者(○印)	参加代表者の携帯番号	
			被・家			
			被・家			
			被・家			
			被・家			
			被・家			
上記のとおり申し込みます 令和 年 月 日						
一般財団法人茨城県社会保険協会長 殿						
事業所所在地 〒						
事業所名称						
事業主氏名						
事業所電話番号						

※ご記入いただきました個人情報は、補助事業の運営のみに使用させていただきます。

HP

年金シニアライフセミナー 開催のお知らせ

昨年に引き続き、8年度も全国社会保険委員会連合会とコラボして年金シニアライフセミナーを実施いたします。定年が近いサラリーマン、すなわち厚生年金の被保険者及びその配偶者を対象に年金制度を中心とした社会保険全般の知識、退職後の生きがい、家庭経済及び健康の維持増進等に役立てていただき、充実したシニアライフを過ごせるよう、是非ご参加ください。

開催日・会場	令和8年12月16日(水) ホテルレイクビュー水戸(水戸市宮町1-6-1)
開催時間	午後1時30分から午後5時00分まで
参加対象者	事業所に勤務(事業主を含む)する被保険者及びその配偶者、事務担当者、年金委員
参加費	無料
募集人数	50名(募集定員に達し次第締め切り)
講師	日本年金機構職員 年金シニアライフ講師
演題	「年金のしくみ」 ・老齢・遺族・障害年金の概要、在職調整と高年齢雇用継続給付金 「生きがいとライフプラン」 ・ライフプランはこれからの生活の羅針盤、生きがいのある生活とは、生きがいを築くために 「家庭経済プラン」 ・これからの家計プランの考え方と長期家計プランの作成方法
申込方法	下記「年金シニアライフセミナー」参加申込書に氏名・性別等を記入し、一般財団法人茨城県社会保険協会へ郵送又はFAXにてお申し込みください。
申込期限	令和8年12月1日(火)
申込み・問合せ先	〒310-0021 水戸市南町3-4-12 常陽海上ビル8階
主催	一般財団法人 茨城県社会保険協会 ☎029-226-8005 FAX029-231-2522
後援	一般財団法人 茨城県社会保険協会、全国社会保険委員会連合会 茨城県社会保険委員会連合会
	※ 平日開催のため、事業所(事業主)様のご理解とご協力をお願いします。

-----切-り-取-り-線-----

「年金シニアライフセミナー」参加申込書

事業所整理記号 ※01イロハ、01ABCなど (健保組合に加入の事業所はアルファベットの整理記号)			
氏名	性別	年齢	区分(○を付けてください)
			年金委員・被保険者・配偶者
			年金委員・被保険者・配偶者
			年金委員・被保険者・配偶者
			年金委員・被保険者・配偶者
			年金委員・被保険者・配偶者
上記のとおり申し込みします			令和 年 月 日
一般財団法人茨城県社会保険協会長 殿			
事業所所在地		〒	
事業所名称			
事業主名			
事業所電話番号			

※「年金シニアライフセミナー」参加申込書は、講座開催の目的以外に使用いたしません

年金セミナー・健康管理講座 開催のお知らせ

一般財団法人茨城県社会保険協会では、例年と同様に被保険者の退職後に向けた年金制度に関する年金セミナー及び健康管理講座を下記のとおり開催いたします。年金受給を控え、退職後におけるライフプランの設計及び健康管理の維持に役立てて頂けますよう、是非ご参加ください。

開催日・会場	日立会場：令和8年11月5日（木）久慈サンピア日立（日立市みなと町6-1） 鹿嶋会場：令和8年11月13日（金）鹿嶋勤労文化会館（鹿嶋市宮中325-1） 筑西会場：令和8年11月19日（木）茨城県県西生涯学習センター（筑西市野殿1371） つくば会場：令和8年11月27日（金）つくば研究支援センター（つくば市千現2-1-6）
開催時間	午後1時30分から午後5時00分まで
参加対象者	事業所に勤務（事業主を含む）する被保険者及びその配偶者、事務担当者
参加費	無料
募集人数	鹿嶋・つくば会場は各50名、日立・筑西会場は各20名（募集定員に達し次第締め切り）
講師	船橋 信正先生 特定社会保険労務士、社会保険労務士法人齋藤・船橋労務相談事務所長 久米 京子先生（日立会場） 公益社団法人茨城県栄養士会 管理栄養士 根本 偉代先生（鹿嶋会場） 公益社団法人茨城県栄養士会 管理栄養士 吉見 泉先生（筑西会場） 公益社団法人茨城県栄養士会 管理栄養士 吉岡 紀子先生（つくば会場） 公益社団法人茨城県栄養士会 管理栄養士
演題	「年金とライフプラン」 ・ライフプラン設計 ・これからの年金・雇用保険・健康保険について ・生涯現役を日ざして 「食事と健康」
申込方法	下記「年金セミナー・健康管理講座」参加申込書に参加人数・希望会場を記入し、一般財団法人茨城県社会保険協会へ郵送又はFAXにてお申し込みください。
申込み・問合せ先	〒310-0021 水戸市南町3-4-12 常陽海上ビル8階
主催	一般財団法人 茨城県社会保険協会 ☎029-226-8005 FAX029-231-2522
後援	一般財団法人 茨城県社会保険協会 茨城県社会保険委員会連合会 ※ 平日開催のため、事業所（事業主）様のご理解とご協力をお願いします。

-----切-り-取-り-線-----

「年金セミナー・健康管理講座」参加申込書

事業所整理記号 ※01イロハ、01ABCなど (健保組合に加入の事業所はアルファベットの整理記号)	参加人数	被保険者 名	配 偶 者 名
希望会場（○印を付けてください）	日立 ・ 鹿嶋 ・ 筑西 ・ つくば		
つくば会場をご希望の方は無料駐車券を送りますので、車の台数を記載してください。 台			
上記のとおり申し込みします 令和 年 月 日			
一般財団法人茨城県社会保険協会 殿			
事業所所在地 〒			
事業所名称			
事業主名			
事業所電話番号			

※「年金セミナー・健康管理講座」参加申込書は、講座開催の目的以外に使用いたしません。