

社会保険 とっとり

vol.648

2025
4

今月の記事

- 外国籍の従業員のみなさまへ周知をお願いいたします
外国籍の従業員の国民年金加入期間に係る手続き
- 黄色封筒は家族の健診。届いたら健診の予約をしましょう
- 協会けんぽ鳥取支部公式LINE配信中!
- 教授の「職場の健康づくり研究室」
第131回 ~インドネシアに行ってきました!~
- 社会保険協会「令和7年度の事業と予算のご案内」
- **新規事業を始めました!**
東京ディズニーリゾート・コーポレートプログラム利用券のご案内



旧成器小学校 (水彩画)
(鳥取県美術家協会理事 福田典高氏)

年金事務所からのお知らせ

外国籍の従業員のみなさまへ周知をお願いいたします

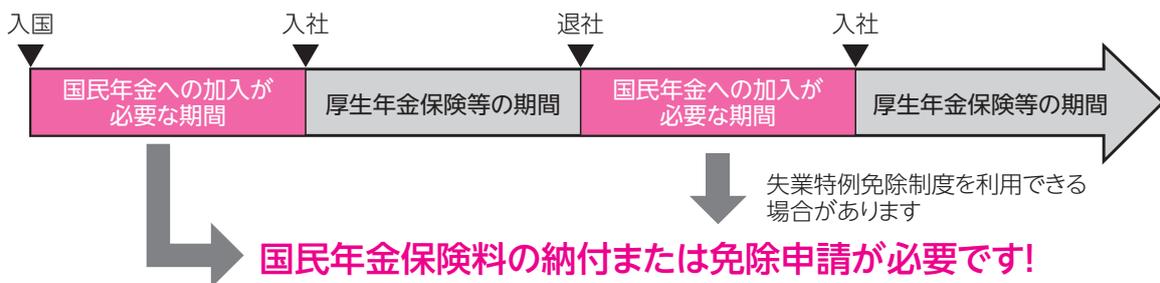
外国籍の従業員の 国民年金加入期間に係る手続き



外国籍の方が日本に入国し社会保険（厚生年金保険等）に加入する場合、「入国から社会保険加入までの期間」や、「離職により社会保険の資格を喪失した後の期間」は、法律によって国民年金の加入者となり、保険料を納付する義務があります。

※社会保障協定等により、日本の年金制度における被保険者とならない方を除きます。

保険料を未納のままにすると、障害年金の給付や在留資格（特定技能）の変更・更新申請、永住許可申請の審査に影響が出る場合がありますので、速やかに保険料納付や免除申請等の手続きを行う必要があることをご案内ください。



国民年金保険料の納付または免除申請が必要です!

入国の初年度など、日本国内で前年所得がない場合は、申請を行うことにより全額免除が認められます。

また、離職して厚生年金保険等の資格を喪失した場合は、失業特例免除制度により、免除が認められる場合があります。失業特例免除制度を申請する際は、失業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や雇用保険受給資格通知、雇用保険被保険者離職票、雇用保険被保険者資格喪失確認通知書等）を添付する必要があります。

なお、国民年金保険料の免除申請は、紙による申請のほか、電子申請も可能です。

電子申請に必要なもの

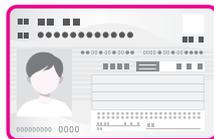
① スマートフォン

スマートフォンに
マイナポータルアプリを
インストールしてください。



<https://myna.go.jp>

② マイナンバーカード



③ 数字4桁のパスワード

(例)

1	2	3	4
---	---	---	---

マイナンバーカード受取時に
設定したパスワード

国民年金保険料の納付や免除制度及び電子申請についての詳細は、下記に記載のホームページをご確認ください。

▼ 制度に関する詳細

日本年金機構

検索



<https://www.nenkin.go.jp/>

▼ 電子申請の詳細

日本年金機構 電子申請

検索



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

年金に関する情報(多言語パンフレット・動画)

出入国在留管理庁ウェブサイトの「生活・就労ガイドブック」
第7章 年金・福祉に年金の説明があります。

▶ https://www.moj.go.jp/isa/support/portal/Guidebook_all.html



また、日本年金機構ウェブサイトの「外国人向けサイト」では、より詳しい年金の説明やお知らせを色々な国の言葉やわかりやすい日本語で読むことができます。

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



色々な国の言葉でパンフレットや動画をみることができます

 日本語 Japanese	 英語 English	 中国語 中文	 韓国語 한국어	 ポルトガル語 Em lingua portuguesa
 スペイン語 Español	 インドネシア語 Bahasa Indonesia	 タガログ語 Tagalog	 タイ語 ภาษาไทย	 ベトナム語 Việt
 ミャンマー語 မြန်မာဘာသာ	 カンボジア語 ភាសាខ្មែរ	 ロシア語 Русский язык	 ネパール語 Nepali	 モンゴル語 Монгол

YouTube
知っておきたい
年金のはなし

Public pension system
you need to know



お問合せ先

鳥取年金事務所
鳥取市扇町176
電話 0857-27-8311

倉吉年金事務所
倉吉市山根619-1
電話 0858-26-5311

米子年金事務所
米子市西福原2-1-34
電話 0859-34-6111

協会けんぽ鳥取支部からのお知らせ

黄色封筒は家族の健診。 届いたら健診の予約をしましょう



協会けんぽの被保険者です。私は毎年「生活習慣病予防健診」を受診していますが、扶養家族は健診を受けていません。扶養家族の健診はどうすればよいのでしょうか？



協会けんぽに加入している40歳以上の被扶養者は特定健康診査が受診できます。対象の方には黄色の封筒で健診のご案内と受診券を送付しておりますので、案内が届きましたら、対象の健診機関へ健診の予約を行い、受診してください。

● 受診までのながれ



● 健診結果は必ず確認！

生活習慣の改善が必要な方

特定保健指導を利用して、
生活習慣改善に取り組みましょう！

医療機関への受診が必要な方

治療が必要と判定された場合は、
早期に医療機関を受診！



協会けんぽ鳥取支部 公式LINE配信中！

ご加入いただいている皆様へ健康情報や、
役立ち情報を公式LINEで配信しています。

ぜひお友だちになってください！
お友だち追加はこちら▶



お問合せ先

全国健康保険協会鳥取支部 保健グループ
☎ 0857-25-0050 音声案内② を選択
〒680-8560 鳥取市今町2丁目112番地 アクティ日ノ丸総本社ビル 5階



最新の情報は
メールマガジンで
配信中
ご登録はこちら▶





第131回 インドネシアに行ってきました！

昨年につづき鳥取大学の医学生を連れてインドネシアのプライマリケア研修に行ってきました。日本では大雪が一段落した2月末でしたが、インドネシアの気温は26度です。ジャカルタに降り立つと強い日差しと暑さで、インドネシアに帰ってきたなという感慨をもちます。今回再訪したインドネシアのスマラン市にあるディポネゴロ大学は鳥取大学の協定校で、以前から研究や人材育成の交流が盛んです。インドネシアはもはや発展途上国ではなく、先進国の仲間入りをしつつある国です。国土の面積が広く島も多く、言語も民族も多様で、イスラム教を含む多様な宗教と文化が混在しています。医療はイギリスと同じように家庭医制度をとっており、医師の7割は家庭医となって診療所ブスケスマスで働き医療の最前線を担います。

▼インドネシアの医学生たち

特に印象的だったのはディポネゴロ大学の医学生たちの姿です。学生らと訪れたスマラン市内の妊婦さんのお宅を忘れることができません。医学科・看護科・栄養科の学生が一緒に、自宅を何度も訪問して妊婦の健康課題を探るのです。私もディポネゴロの医学生たちと自宅に伺いました。狭い部屋の中で、妊婦さんに栄養状態や家庭状況を尋ね血圧測定をしている様子が印象に残っています。このような多職種連携教育を通じて学生たちは、妊婦さんの住んでいる環境、家庭や社会状況、不安や価値観、そして医師だけが医療を担っているのではないことを学ぶのです。それは医師としての自覚と責任の重さを実感する経験でもあります。このような教育は鳥取大学でもまだできておらず、先進的な地域医療教育として学ぶべきものがあると感じました。

▼明るいインドネシアの人たち

研修のなかでスマラン市から100km北部にあるジェパラという土地を訪れました。高速道路はまだ整備されておらず、チャーターバスで3時間程度かかります。バスで移動中、インドネシアの先生たちはずっとカラオケに夢中です。親日的な方が多く、日本の演歌や歌謡曲も上手に歌われるのには驚きました。「先生もいっしょに歌ってよ」といわれ、私も頑張って昔懐かしいチューリップの歌を披露しました。とにかく、インドネシアの人たちは気さくで明るく社交的で、もてなしの心にあふれ、一緒にいると本当に元気になります。いつか子供の頃に、たくさんの方が出入りしていた、田舎のにぎやかで温かい雰囲気を感じたのでした。鳥取大学の医学生たちも同じことを感じた様子で、口々に「またインドネシアに帰りたい」と語っていました。最近はSNSや人工知能ばかりが注目されますが、人と人とのふれあい、これに勝る魅力はないのではないのでしょうか。まこと心の琴線に触れるインドネシアの旅でした。



鳥取大学医学部
地域医療学講座
教授

谷口 晋一
(たにくち しんいち)



(一財)鳥取県社会保険協会からのお知らせ

電話 0857-27-1859 FAX 0857-30-7133 ホームページ [鳥取県社会保険協会](#) [検索](#)

「社会保険とっとり」は、ホームページに過去1年分を掲載しております。

(一財)鳥取県社会保険協会

令和7年度の事業と予算のご案内

令和7年度の事業計画と収支予算が理事会で承認されましたので、その内容を次のとおりご報告いたします。

令和7年度事業計画

1. 社会保険振興事業

- (1)広報紙「社会保険とっとり」を毎月発行し、事業所に郵送及びネット配信する。
- (2)冊子等を事業所に配布する。
- (3)年金委員・健康保険委員へ参考資料等の提供及び研修会の開催等に協力支援する。

2. 健康保持増進事業

- (1)会員事業所の事業主、被保険者及びその家族の健康づくりを支援するとともに健康に対する意識の向上を図るための事業を実施する。
 - ①東京ディズニーリゾート・コーポレートプログラム利用補助事業(令和7年度新規事業)
 - ②脳ドックの助成事業
 - ③健康づくり講習会への講師派遣
 - ④健康づくりのための各種スポーツ大会の開催
 - ⑤健康づくりカレンダーの作成及び無償配布
 - ⑥健康づくりDVDの無料貸出
 - ⑦家庭常備薬の斡旋(5月に送付する協会費払込票に斡旋チラシを同封)
- (2)会員事業所の事業主、被保険者及びその家族の心とからだの健康を応援するため、契約保養施設を設け利用料金の一部補助及び優待利用

3. 広報紙のネット配信化

令和8年4月から実施する広報紙「社会保険とっとり」の完全ネット配信化に向けた方策を講じてスムーズな移行を目指す。

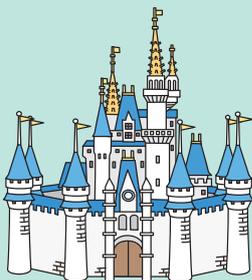
令和7年度予算

令和7年度予算		(単位:千円)
経常収益		
受取会費	23,355	
特定資産運用益	2	
雑収益	14	
計	23,371	
経常費用		
社会保険振興事業費	10,981	
健康保持増進事業費	7,540	
管理費	6,821	
計	25,342	
当期経常増減額	△1,971	

新規事業を始めました!

東京ディズニーリゾート・コーポレートプログラム利用券のご案内

東京ディズニーランド・東京ディズニーシーのパークチケットの購入やディズニーホテル宿泊にご利用できる利用券を配布いたします。



- 対象者** 会員事業所(協会費を納付されている事業所に限ります。)の被保険者及び被扶養者
- 利用期間** 4月1日から翌年3月31日まで
- 補助金額** 1枚につき、1名様1,000円(1人一年度1回のみ)
- 補助人員** 100名(1事業所10名まで)
※100名に達しましたら締め切らせていただきます。
- 申込方法** 当協会のホームページから申込書を印刷し、ご記入のうえFAX又は郵送でお申込みください。

※詳細は、当協会のホームページをご覧ください。