

社会保険 とっとり

vol.661

2026
5

今月の記事

日本年金機構 年金事務所からのお知らせ

- 令和8年度 社会保険制度説明会のご案内
- 算定基礎届関係Q&A

協会けんぽ鳥取支部からのお知らせ

- 「安心」「便利」電子申請をご活用ください
- 「職場の健康づくり研究室」
第144回 ～高齢労働者時代の体重管理の再考～

社会保険協会からのお知らせ

- 社会保険協会費納入のお願い
- **新規事業を始めました!ユニバーサル・スタジオ・ジャパン利用助成のご案内**
- 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
- 「家庭常備薬の斡旋チラシ」は協会費払込票に同封しております。



多鯰ヶ池 (水彩画)

(鳥取県美術家協会理事 福田典高氏)

日本年金機構 年金事務所からのお知らせ

令和8年度 社会保険制度説明会のご案内

「算定基礎届の記入方法」を主として、オンラインサービスや制度改正にともなう周知事項など事業主、社会保険事務担当者の皆さまのためになる情報をお届けします。

ご多忙のところ恐縮ですが、事務担当者様のご出席にご配慮いただきますよう、よろしくお願いいたします。

皆さまのご参加を心よりお待ちしております。



留意事項

- ・ご来場の際は、公共交通機関を利用してお越しください。
- ・ご不明な点につきましては、管轄の年金事務所へお問い合わせください。
- ・会場にて算定基礎届の届書用紙の配布はございません。

令和8年度 社会保険制度説明会の日程及び会場

	鳥取地区	倉吉地区	米子地区
日時	6月12日(金) 午前の部 10:00~12:00 午後の部 14:00~16:00	6月16日(火) 13:30~15:30	6月9日(火) 午前の部 10:00~12:00 午後の部 14:00~16:00
会場	とりぎん文化会館 第1会議室 鳥取市尚徳町101-5	エースパック未来中心 小ホール 倉吉市駄経寺町212-5	米子コンベンションセンター 小ホール 米子市末広町294
お問い合わせ先	鳥取年金事務所 厚生年金適用調査課 0857-27-8311 (音声案内 ③ ⇒ ②)	倉吉年金事務所 厚生年金適用徴収課 0858-26-5311 (音声案内 ③ ⇒ ②)	米子年金事務所 厚生年金適用調査課 0859-34-6111 (音声案内 ③ ⇒ ②)

制度説明会の日時・会場の最新情報につきましては、「【事業主の皆様へ】令和8年社会保険制度説明会の開催について」日本年金機構のホームページ(特設ページ)をご確認ください。

算定基礎届関係Q&A

Q1 算定基礎届と月額変更届(7月・8月・9月改定分)では、どちらの標準報酬月額が優先されますか。

A1

7月、8月または9月の随時改定に該当する場合は、随時改定により決定された標準報酬月額が優先されます。このため、算定基礎届の提出後であっても、7月、8月または9月の随時改定に該当した場合は、月額変更届を提出してください。

Q2 病気療養中のため給料の支払いがない被保険者について、算定基礎届の提出が必要ですか。

A2

病気療養中等により、算定基礎届の対象となる4月・5月・6月の各月とも報酬の支払いがない場合も、算定基礎届の提出は必要です。

この場合、「⑩備考」欄の「5. 病休・育休・休職等」を○で囲み、「9. その他」欄に「○月○日から休職」等と記入いただくことで、保険者において従前の標準報酬月額により決定することとなります。

Q3 8月または9月に随時改定の要件に該当することが予定されている場合、算定基礎届の提出は不要ですか。

A3

8月または9月の随時改定の要件に該当することが予定されている被保険者について、事業主が申出を行った場合は、算定基礎届の提出を省略することが可能です。

8月または9月の随時改定予定者について、算定基礎届には、次のように届出してください。

【紙媒体による届出の場合】

8月または9月の随時改定が予定されている被保険者の標準報酬月額欄を記入せずに空欄としたうえで、備考欄の「3. 月額変更予定」に○を付して提出してください。

【電子媒体及び電子申請による届出の場合】

8月または9月の随時改定が予定されている被保険者を除いて算定基礎届を作成のうえ、提出してください。(提出がないことをもって、8月または9月の改定予定であることの申出があったものとみなします。)

なお、算定基礎届の届出省略の申出を行った者が、8月または9月の随時改定の要件に該当しないことが判明した場合、当該被保険者の算定基礎届を作成したうえで、速やかに提出してください。

Q4 提出期限を過ぎても提出は可能ですか。

A4

期限を過ぎても提出は可能ですが、できる限り期限内の提出をお願いします。

なお、電子申請で提出を予定されている場合で、システム障害等の要因で期限内に提出が困難な場合は、紙の届書や電子媒体届書による申請に変更することなく、システム復旧後に電子申請をお願いします。

Q5 算定の対象となる期間に、従業員が1時間だけ勤務し帰宅した日があった(1時間分の給与支給有)。この日は支払基礎日数に含めますか。

A5

支払基礎日数とは、報酬の支払い対象となった日数となります。

このため、1時間だけの勤務であっても、給与(報酬)の支払い対象となっている場合は、1日としてカウントし、支払基礎日数に含めることとなります。

Q6 夜勤労働者で日をまたぐ勤務を行っている場合の支払基礎日数はどのようになりますか。

A6

①月給者の場合：各月の暦日数を支払基礎日数とします。

②日給者の場合：給与支払の基礎となる出勤回数を支払基礎日数とします。(変形労働時間制を導入している場合は③に準じて扱います。)

③時給者の場合：各月の総労働時間を事業所の所定労働時間で割って得た日数を支払基礎日数とします。

Q7 6カ月単位で従業員に支給した通勤手当は、報酬月額に含めますか。

A7

6カ月単位で従業員に支給した通勤手当についても、労働者が労働の対償として受けるものに当たるため、報酬月額に含めることとなります。なお、報酬月額に計上する際は、6カ月で割って、1カ月あたりの金額を算出し、各月の報酬月額に含めてください。

Q8 3月以前に支払うべき給与を、支払遅滞により4月に支払った。算定基礎届にはどのように記入したらよいですか。

A8

給与支払いの遅滞等により、算定対象月の報酬月額に算定対象月の前月以前分の支払額(遡及支払額)が含まれている場合は、報酬月額の総計から遡及支払額を除いた報酬月額により、報酬月額を算定します。

なお、算定基礎届を提出する際は、「⑧遡及支払額」欄に遡及支払があった月(本ケースでは4月)及び遡及支払額(3月以前分の支払額)を記入し、「⑭総計」欄から遡及支払額(3月以前分の支払額)を除いた金額により算出した平均額を「⑯修正平均額」欄に記入してください。

Q9 現物給与について、本社と支店が合わせて1つの適用事業所となっている場合、本社または支店のどちらの地域の価額で計算したらよいですか。

A9

通常、被保険者の人事、労務及び給与の管理がされている事業所が所在する地域の価額で算定することとなりますが、現物給与の価額は本来、生活実態に即した価額になることが望ましいことから、本社・支店が所在する県が異なる場合は、本社・支店等それぞれが所在する地域の価額により計算してください。

なお、派遣労働者の場合は、実際の勤務地(派遣先の事業所)ではなく、派遣元の事業所が存在する都道府県の価額で計算してください。

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

「安心」「便利」電子申請をご活用ください



協会けんぽの被保険者です。初めて協会けんぽに給付金の申請をします。郵送以外でも申請できると聞いたのですが、どのようにすればいいですか？



協会けんぽでは令和8年1月13日から、「電子申請サービス」を開始しました。現金給付申請をはじめとする健康保険の主要なお手続きについて、協会けんぽホームページまたはスマートフォンアプリケーション「けんぽアプリ」からご申請いただけます。（一部電子申請対象外あり）

申請できる方

- ・被保険者 ・被扶養者（一部申請に限る）
 - ・社会保険労務士
- ※事業主、相続人等は利用できません。

サービス提供時間

平日8時～21時
（土日祝日や年末年始は利用できません。）

電子申請を利用するためには



※社会保険労務士の方は事前にユーザーIDの発行申請を行い、ユーザーID・パスワードによるログイン認証を行います。

電子申請のメリット

- ☑システムチェックにより、記入漏れなどのミスを防ぎ、正確に申請ができます。
- ☑申請書の準備、郵送などにかかっていた手間、時間、費用が削減できます。
- ☑申請後の処理状況がスマホやPCから確認できます。

電子申請の利用・詳細については、電子申請特設サイトをご確認ください。



「公金受取口座」を利用して給付金の受け取りができるようになりました

公金受取口座の利用を希望することで、口座情報の記入が不要となり、記入ミスを防ぐことができます。
※マイナポータルで公金受取口座の登録状況をご確認ください。
※公金受取口座の登録をされていない方は、利用できませんのでご注意ください。

「公金受取口座」とは？

給付金などを受け取るための口座として、あらかじめ国（デジタル庁）に登録を行った口座です。公金受取口座の登録申請方法はデジタル庁のホームページをご確認ください。



全国健康保険協会鳥取支部

☎ 0857-25-0050 (代表) **業務グループ**

〒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
LINE公式アカウント
やメールマガジン
で配信中
ご登録はこちら▶



メールマガジン



LINE公式アカウント



第144回 高齢労働者時代の体重管理の再考

▼メタボリック症候群対策と高齢労働者

職域における健康管理の中心課題として、これまでメタボリックシンドローム対策が重視されてきました。内臓脂肪蓄積は糖尿病、高血圧、脂質異常症を介して循環器疾患のリスクを高めるため、特定健診・特定保健指導の枠組みのもと、体重減少や腹囲管理を目標とした介入が行われてきました。

しかしながら、就労年齢の高齢化が進む現在、この前提をそのまま適用することには注意が必要になってきました。最近の疫学研究により、体格と生命予後との関係は年齢によって大きく異なることが明らかとなってきました。すなわち、中年期までは肥満が主要な健康リスクであるのに対し、高齢期においては「やせ」、特に低BMI(体格指数)や体重減少が、死亡や要介護発生の強い予測因子となることがわかってきました。

重要なのは、このリスク構造の変化が一時点で急激に起こるのではなく、段階的に進行する点にあります。おおむね65歳頃から、肥満の影響は徐々に減弱し、低BMIの有害性が顕在化し始めます。さらに75歳前後になると、その関係は逆転し、「やせ」や体重減少が主要な健康リスクとして前面に出てきます。このため、実務的には75歳前後を、体重管理の主軸が転換する境目として捉えることが妥当だと言えますが、個人差があるので、人によっては75歳よりも早くからやせや低体重に注意すべき状態になります。

▼高齢労働者とフレイル対策

この背景には、加齢に伴うサルコペニア(筋肉量と筋力の低下)や低栄養、慢性炎症といった病態が存在します。体重減少は単なる食事量の不足ではなく、筋肉量の減少と身体機能の低下を伴い、フレイルへと進行しやすくなります。フレイルは転倒や骨折、入院、要介護状態のリスクを高める前触れの段階であり、その予防は健康寿命延伸の観点から重視されています。このように、フレイルは、転倒災害などの労働災害の危険因子になるのです。

高齢者の調査からはフレイルの頻度は75歳以上で急激に高くなると言われていますが、これにも個人差がありもっと若い年齢からフレイルが始まる人もいます。定年延長や再雇用制度の普及により、70歳代やそれを超える労働者も増えています。したがって、職域においてもフレイル予防の視点を組み込んだ健康管理が不可欠となってきています。

▼一律の産業保健活動からの変換

今後の産業保健においては、労働者を一律にメタボリック症候群対策の対象とみなすのではなく、年齢と健康状態に応じた層別化が求められるということです。具体的には、40~64歳では従来通りメタボリック症候群対策を中心とし、65~74歳では肥満とやせの双方に配慮した「両にらみ」の対応を行うことです。そして75歳以上では、過度な体重減少の防止や筋力維持、栄養状態の確保を重視したフレイル対策へと重点を移行する必要がでてきたのです。

これらの視点を踏まえた定期健康診断データの活用が大切になります。BMIの単時点評価だけでなく、経年的な体重変化を把握することも重要になってきます。特に高齢労働者においては、意図しない体重減少(例えば6か月で2~3kg以上)は見逃してはならないサインと言えます。自覚症状がない場合にも、気づかぬうちに体重減少が観察された場合は注意深くフォローアップする必要がでてきます。このような場合は、食生活実態を把握し、栄養状態や基礎疾患の精査につなげることも必要となってきます。また、フレイルの判定に有効と言われている握力や歩行速度といった簡便な身体機能指標を併用することで、フレイルの早期発見が可能となります。

▼フレイルによる労働災害の防止

職場環境の整備も重要になってきます。フレイルを有する労働者は、労働災害が起これば休業災害の可能性が高まります。食事の質や量を低下させるような働き方(長時間労働、不規則勤務等)への配慮も求められます。

産業保健関係者に求められるのは、「肥満かやせか」という二分法ではなく、「年齢やその労働者の状況に応じた最適な体重と身体機能の維持」という視点です。75歳前後を境に健康リスクの構造が変化するという認識を持ち、個々の労働者のライフステージに応じた健康管理を実践することが、高齢労働者時代の産業保健における重要な課題となるでしょう。



鳥取大学医学部
環境予防医学分野
教授

尾崎 米厚
(おさき よねあつ)



(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](#)

ホームページをリニューアルしております。

社会保険協会費納入のお願い

社会保険協会の事業運営につきましては、平素から格別のご協力を賜り厚くお礼申し上げます。

令和8年度社会保険協会費の納入のご案内をお送りしておりますので、特段のご理解を賜りますようお願い申し上げます。

ATMやインターネットバンキングなどを利用して当協会の口座に会費を振り込まれる際には、振込名義人の前に**整理番号**(払込票の右下に記載してあります)又は**事業所整理記号**(払込票に記載してあります)のご入力をお願いします。

振込名義人(例)	123 カ)ネンケンケンコウキョウカイ
当協会の口座名義	サ(イ)トツトリケンシヤカイホケンキョウカイ

ATM等での
振込みも
お受けしています。



新規事業を始めました!

ユニバーサル・スタジオ・ジャパン利用助成のご案内

ユニバーサル・スタジオ・ジャパンの入場チケット購入費用の一部を助成いたします。



- 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
- 対象期間** 4月1日から翌年2月末日までの入場チケット購入分
- 助成金額** 1人当たり1,000円(1人一年度1回のみ)
- 助成人員** 300名(1事業所10名・1家族3名まで)
- 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。

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時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
- 対象期間** 4月1日から翌年3月31日まで
- 助成金額** 1枚につき、1名様1,000円(1人一年度1回のみ)
- 助成人員** 300名(1事業所10名・1家族3名まで)
- 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。

「家庭常備薬の斡旋チラシ」は協会費払込票に同封しております。

