

CONTENTS 「わたしと年金」エッセイの受賞作品を紹介します…2・3 老齢年金の請求手続きについて…4
令和8年度の健康保険料率に変更(引き上げ)となります…5・6
協会けんぽの情報提供サービスについて…7
「Web 版施設利用会員証」のご利用について / 社会保険協会費納入のお礼…8



刺巻湿原のミズバショウ (仙北市田沢湖町)

雪国に春を告げるミズバショウ、ザゼンソウの群生地。約3haの広さのハンノキ林に広がる湿地内には木道が整備され、湿原に咲く清楚なミズバショウが一面に咲き、その中にザゼンソウの花も見る事ができる。

秋田県社会保険協会ホームページ→<https://syahokyo-akita.jp>

社会保険関係の制度や届出については、

日本年金機構ホームページ→<https://www.nenkin.go.jp> 電子政府の総合窓口 e-Gov →<https://www.e-gov.go.jp>

健康保険の給付・任意継続・健診等については、

全国健康保険協会ホームページ→<https://www.kyoukaikenpo.or.jp>

*「わたしと年金」エッセイ

日本年金機構は厚生労働省と協力して、11月を「ねんきん月間」、11月30日を「年金の日」と位置付け、国民の皆さまに公的年金制度に対する理解を深めていただくため、公的年金制度の普及・啓発活動を展開しています。

その一環として、中学生以上の生徒・学生・一般の方々を対象に、ご自身やご家族などの身近な方と公的年金制度とのかかわり＝「わたしと年金」をテーマにしたエッセイを平成22年度から募集しています。令和7年度の応募総数は、1,987件でした。

審査の結果、厚生労働大臣賞1名、日本年金機構理事長賞1名、優秀賞3名、入選5名の方が選ばれました。

厚生労働大臣賞に選ばれた作品をご紹介します。

厚生労働大臣賞 広島県 上廣 彩花様(高校生)

父がお金になってしまった。

そんなふうに思ったのは、去年の冬、父が亡くなって一ヶ月程たった頃。母と共に、年金事務所で「遺族年金」を申請したときだった。

私の父は、癌を患っていた。入退院を繰り返しながら、ずっと治療を続けていた。父は、自分の仕事に誇りを持っていたのだと思う。体調が悪くても、薬を飲み続け「大丈夫」と言って、仕事に復帰しようとしていた。そんな父の想いと、私たち家族の願いもむなしく、病状は悪化する一方だった。

そして、再度体調が悪くなって入院をしていたある日、突然意識を失って、そのまま目を覚ますことはなかった。最後のとき、病室には母と姉と私の三人がいた。父は、私の呼びかけにも、母や姉の声にも、応えてくれなかった。まだ生きていてほしいと、みんながそう言ったのに、その想いは届かないまま、父は静かに旅立ってしまった。

父が入院してから、家族の生活は大きく変わった。母も姉も、父の容態がいつ悪くなくてもすぐ駆けつけられるようにと、仕事を休んでいた。その後、父がいなくなった喪失感と、張りつめていた日々の疲れがどっと詰めかけてきたのか、私たちは皆、かなり落ち込んでしまった。とても、すぐに働けるような状態ではなかった。

それでも、葬儀の後は、現実が一気に押し寄せてきた。生活費、光熱費、食費、学費。生きるためには、思っている以上にたくさんのお金がかかった。私たちは、ただ不安に押しつぶされているだけではいられなかった。そんなときに頼ることになったのが、遺族年金だった。

正直、今までは、年金なんて遠い将来にもらうものだと思っていた。厚生年金や国民年

の受賞作品を紹介します *



金があるのだと学校で習ったけれど、どこか他人事のように感じていた。しかし、年金事務所の窓口で必要書類を出し、遺族年金について説明されたとき、私は現実引き戻された。

父がお金になってしまった。そんな思いが、ふと胸をよぎった。まだぬくもりの残る記憶の中の父が、書類で金額に変わってしまうような気がして、なんとも言えない気持ちになった。お金なんかいらぬから、父が帰ってきてほしい。そう思った。

しかし、それは父が生きていた証だった。ずっと家族のために働いて、まじめに年金を納め続けてきたからこそ、その思いが遺族年金という形で残ったのだと、あとになって気付いた。

母は、父がいなくなったことを悲しみながらも、それでも懸命に手続きをこなしていた。何枚もの書類に目を通し、役所に行き、電話をかけ、必要な証明を揃えていった。葬儀の途中、泣いていた母。私は母が泣くところを父の葬儀以外で見たことがなかった。涙をこらえながら、それでも前をむこうとして行動を起こしていた母の姿は、今でも忘れられない。

年金は、ただのお金ではない。父が私たち家族に遺してくれた、大きな愛情だったのだと、私はそう思う。生きている間だけでなく、いなくなっても、家族を守ってくれるもの。それが年金という制度の持つ、本当の意味なのだ、私は身をもって知った。

これから私は、大人になって、社会に出て、働くようになる。そして、いずれ、年金を納める立場になる。昔の私だったら「どうせもらえないのに」や「損してる」と思っていたかもしれない。でも、今は違う。そのお金がいつかどこかで、誰かの支えになるかもしれない。もしかしたら、私のように突然家族を失って、不安でたまらない思いをしている誰かの、救いになるかもしれない。そう思えたのは、父が遺族年金という形で、私たちに年金について教えてくれたからだ。

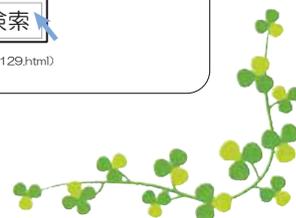
お金になったのではなく、想いとして、父は今も私たちと一緒に生きている。そのことを、私はこれからも忘れず、前をむいて進んでいきたい。



入賞作品は、日本年金機構ホームページでもご覧いただけます。

わたしと年金エッセイ 審査結果 検索

(<https://www.nenkin.go.jp/info/torikumi/nenkin-essay/20241129.html>)



老齢年金の請求手続きについて

①年金請求書の送付について

受給開始年齢に達し、老齢年金を受け取る権利が発生する方に対し、受給開始年齢に到達する3か月前から、基礎年金番号、氏名、生年月日、性別、住所および年金加入記録をあらかじめ印字した「年金請求書（事前送付用）」および年金の請求手続きのご案内をご本人あてに送付しています。

また、年金の未加入期間がないなど一定の条件を満たし、老齢年金請求書の電子申請による手続きを利用できる方には、電子申請のご案内するリーフレットを「年金請求書（事前送付用）」に同封しています。

②年金請求書の提出について

年金の請求方法として、紙の請求書を窓口や郵送で年金事務所へ提出する方法と、電子申請により提出する方法があります。

紙の請求書を提出する方は、年金請求書に必要事項を記入し、受給開始年齢の誕生日の前日以降に、添付書類とともに年金事務所へ提出することとなります。

なお、年金の請求をせず、年金を受けられるようになったときから5年を過ぎると、法律に基づき、5年を過ぎた分の年金が時効により受け取れなくなる場合があります。

予約相談を受付しています

全国の年金事務所、街角の年金相談センターで年金相談の予約を行っています。

相談予約専用電話番号



0570-05-4890

また、年金の請求に関する手続きについてはインターネットからの予約が可能です。日本年金機構のホームページをご覧ください。

③年金支給の決定・支給額の確認について

年金請求書の提出から約1~2カ月後に「年金証書・年金決定通知書」が送付されます。また「年金証書・年金決定通知書」が届いてから1~2カ月後に、年金支給額のご案内として「年金振込通知書・年金支払通知書または年金送金通知書」が送付されます。

年金は、受給権が発生した月の翌月分から受け取ることができ、原則、偶数月の15日に前月および前々月の年金が振り込まれます。なお、15日が土曜日、日曜日または祝日のときは、その直前の平日となります。