

社会保険 とっとり

vol.655

2025
11

今月の記事

日本年金機構 年金事務所からのお知らせ

- 19歳以上23歳未満の方の被扶養者認定における年間収入要件が変わりました
- 「わたしと年金」エッセイアニメーション動画のご案内

協会けんぽ鳥取支部からのお知らせ

- 電子申請が開始されます！
- ヘルシーとっとりレシピ ～きのこ豆乳のクリームパスタ～
- 教授の「職場の健康づくり研究室」第138回 ～えるぼし認定～

社会保険協会からのお知らせ

- 広報紙「社会保険とっとり」は、令和8年4月から完全ネット化に移行します！
- 鳥取支部「イキイキ健康づくりゴルフ大会」の結果
- 倉吉支部「イキイキ健康づくりグラウンドゴルフ大会」の結果
- 米子支部「イキイキ健康づくりボウリング大会」の結果



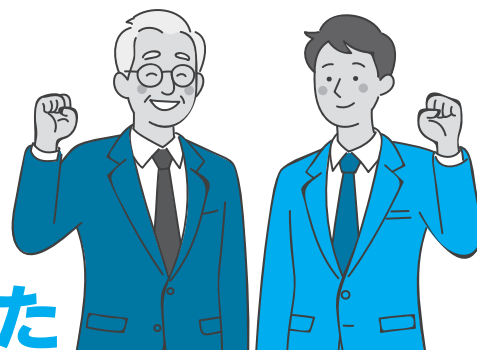
神垣（水彩画）

（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7年10月から

19歳以上23歳未満の方の 被扶養者認定における 年間収入要件が変わりました



令和7年度税制改正において、現下の厳しい人手不足における就業調整対策等の観点から、19歳以上23歳未満の親族等を扶養する場合における特定扶養控除の要件の見直し等が行われたところです。

これを踏まえ、扶養認定を受ける方（被保険者の配偶者を除く。）が19歳以上23歳未満である場合の年間収入要件の取り扱いが変わりました。

被扶養者認定における年間収入要件

扶養認定日が令和7年10月1日以降で、扶養認定を受ける方が19歳以上23歳未満の場合（被保険者の配偶者を除く。）は、現行の「年間収入130万円未満」が「**年間収入150万円未満**」に変わりました。なお、この「年間収入要件」以外の要件に変更はありません。

現行(令和7年9月まで)

- 年間収入130万円未満（60歳以上又は障害者の場合は、年間収入180万円未満）及び
- ・同居の場合：収入が扶養者（被保険者）の収入の半分未満
 - ・別居の場合：収入が扶養者（被保険者）からの仕送り額未満

年齢要件(19歳以上23歳未満)の判定

年齢要件（19歳以上23歳未満）は、扶養認定日が属する年の12月31日時点の年齢で判定します。

例えば、扶養認定を受ける方が令和7年11月に19歳の誕生日を迎える場合には、令和7年（暦年）における年間収入要件は150万円未満となります。

留意事項

- ①令和7年10月1日以降の届出で、令和7年10月1日より前の期間について認定する場合、19歳以上23歳未満の被扶養者にかかる年間収入の要件は130万円未満で判定します。
- ②令和7年9月30日以前に扶養認定済みの19歳以上23歳未満の被扶養者については、令和7年10月1日以降は年間収入が150万円以上見込まれる場合に被扶養者の削除（非該当）の届出が必要です。

日本年金機構のホームページにQ&Aを載せております

「被扶養者」のキーワードでご案内します。



年金Q&A

年金に関する質問の回答を
キーワード検索で探せます

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

「わたしと年金」

エッセイアニメーション動画のご案内

「わたしと年金」エッセイ受賞作品をアニメーション化し、日本年金機構ホームページに掲載しています。学生の方や現役世代の方の体験談から、年金についてわかりやすく学べる内容となっていますので、ぜひご覧ください。

《「わたしと年金」エッセイとは》

日本年金機構では、公的年金の大切さや意義を皆さまと一緒に考えていきたいと思い、毎年公的年金を題材とした「わたしと年金」エッセイを募集し、優秀な作品を表彰しています。

〈動画の視聴方法〉

①パソコンの場合

日本年金機構ホームページよりご視聴ください。

「わたしと年金」エッセイ 検索

<https://www.nenkin.go.jp/info/torikumi/nenkin-essay/index.html>

②スマートフォンの場合の場合

以下の二次元コードを読み取り、ご視聴ください。(左記の日本年金機構ホームページからご視聴いただけます。)



「わたしと年金」エッセイ
アニメーション動画特設案内ページ

<https://www.nenkin.go.jp/tokusetsu/animation.html>

令和6年度厚生労働大臣賞 受賞作品

【あらすじ】

子供が生まれる予定日の1か月前、夫が原因不明の脳炎で倒れ、意識が戻らない状態となってしまった。

夫はなんとか意識を取り戻したものの後遺症が重く、自身が家族を支えていかなければならない状況となり、社会保険労務士を目指すことにしたわたしは…



令和6年度日本年金機構理事長賞 受賞作品

【あらすじ】

母の目の病気が悪化したため眼科を受診したところ、身体障害者二級相当だと判明した。

新型コロナウイルスの影響でただでさえ家庭が経済的に厳しい状況にあり、高校へ進学することができるのか不安に感じていたところ、障害年金の受給資格があることを知り…



協会けんぽ鳥取支部からのお知らせ

予告

電子申請が開始されます!



協会けんぽの被保険者です。これまで何度か協会けんぽに申請書を提出していますが、郵送に時間がかかります。他に申請方法はないでしょうか?



2026年1月13日より、各種申請手続きがオンラインでもっと手軽になります。
これからは、**電子申請**がおすすめです。

4ステップで簡単申請

ご利用可能時間／平日8時～21時

STEP
01

ウェブサイトまたは
アプリ※からマイナ
ナンバーカードを利用
してログイン

※アプリは2026年
1月下旬リリース予定です。



STEP
02

申請したい申請書を
選択

STEP
03

入力フォーマットに
必要事項を入力し
添付書類は電子ファ
イルをアップロード



STEP
04

申請手続き完了です!

電子申請の利用・詳細については、
電子申請の特設ページをご確認ください。

協会けんぽ 電子申請

検索

または



ヘルシーとっとりレシピ

きのここと豆乳の クリームパスタ



材料 (2人分)



調理時間 20分

- しめじ …………… 1 パック
- まいたけ …………… 1 パック
- 無調整豆乳 …………… 200ml
- 絹ごし豆腐 …………… 1/2 丁

- パスタ (ファルファッレ) …… 150g
- にんにく (みじん切り) …… 1 かけ
- 片栗粉 …………… 大さじ1
- 油 …………… 大さじ1
- 塩、こしょう …………… 少々

作り方

- ①ファルファッレを茹で、しめじとまいたけは食べやすい大きさに手でさいておく。
- ②フライパンに油を熱し、にんにくのみじん切りを炒めて香りを出す。にんにくの香りが立ったら、しめじとまいたけを加えしんなりするまで炒める。
- ③②に豆乳と絹ごし豆腐を手で割り入れ煮込み、塩、こしょうで味を整える。
- ④ファルファッレは水けをきって③に加えてざっくりと混ぜ合わせる。
- ⑤片栗粉を水 (分量外大さじ1) で溶き、④に加えてとろみをつける。

栄養情報 (1人分)

エネルギー: 437kcal
食塩相当量: 1.0g

お問合せ先

全国健康保険協会鳥取支部 業務グループ

☎ 0857-25-0050 音声案内①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
公式LINE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



公式LINE



▼えるぼしとは

「えるぼし」とは、女性活躍推進法に基づき、女性の活躍推進に関する取り組みが優良な企業に対して厚生労働大臣が与える認定です。正式名称は「女性活躍推進企業認定制度」で、2016年に開始されました。企業は女性の採用・登用・働きやすさに関する行動計画を策定・実施し、その実績に応じて認定を受けられます。認定段階は、達成した基準の数に従って「一つ星」から「三つ星」までの3段階があり、基準をより多く満たすほど高い評価が与えられます。さらに、特に高い水準を維持し続けている企業には「プラチナえるぼし」が付与されます。2025年8月末時点での認定企業数は3,768社（鳥取県は13社）、プラチナえるぼし認定は全国で92社（鳥取県は1社）にとどまり、鳥取県内での普及はまだ限定的です。

▼認定のための指標

認定されるには、5つの指標のいずれかを満たす必要があります。

1. 採用

男女別の競争倍率が同程度であること（応募者数に対する採用者数の割合）。

2. 継続就業

女性の勤続年数が男性と同程度であること。

3. 労働時間などの働き方

月平均の残業時間が一定以下であること。

4. 管理職比率

女性の管理職比率が一定水準以上。

5. 多様なキャリアコース

女性が総合職・専門職など多様なキャリアコースに就いている。

一つ星は5つのうち1～2項目を満たすもので、二つ星は3項目以上を満たすもので、三つ星はすべての項目を満たす企業です。またプラチナえるぼしとは三つ星取得後、さらに高水準の取り組みを継続している企業に与えられます。

▼制度開始の背景

日本では、女性の就業率は上昇しているものの、管理職や専門職に占める割合は依然として先進国の中で低水準にとどまっています。長時間労働や柔軟な働き方の不足、出産・育児期の離職などが大きな要因とされ、キャリアの中断や非正規雇用への移行が女性の活躍を阻む現状があります。これらは社会全体の労働力不足や経済成長の停滞にもつながるため、女性が能力を発揮し続けられる職場環境づくりは喫緊の課題です。こうした背景から、女性活躍を「見える化」し、企業の取り組みを促進することを目的に、この認定制度が導入されました。

▼若者やその保護者のニーズ

近年、若い世代は「給与の高さ」よりも「働きやすさ」や「ジェンダー平等」を重視する傾向が強まっています。特に女性は「結婚・出産後も継続して働きたい」という希望を持つ割合が高く、男性もまた「家庭や育児に関わりたい」と考える人が増えています。そのため、女性活躍推進に積極的な企業は、就職活動における魅力的な選択肢となりやすいのです。また保護者世代から見ても、子どもが安定的に働き続けられる環境を提供する企業は安心感を与え、就職先選びの重要な評価軸となっています。

▼企業がえるぼし認定を取得する意義と効果

企業にとって「えるぼし認定」の取得は次のような具体的なメリットをもたらします。

『企業イメージの向上』

女性活躍に取り組む姿勢を広く発信でき、採用や顧客からの信頼につながります。

『人材確保と定着』

多様な働き方を整えることで、優秀な人材を確保しやすくなり、従業員の満足度や定着率も向上します。

『経済的メリット』

国や自治体の公共調達で加点対象となる場合があり、事業面での優位性を得ることが可能です。

『持続可能な社会への貢献』

SDGsの「ジェンダー平等を実現しよう」（目標5）や「働きがいも経済成長も」（目標8）に直結しており、社会的責任を果たす企業経営の一環となります。

関心を持った方は、厚生労働省のホームページなどで、認定基準や取得状況をぜひ調べてみてください。



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](#)

「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。

広報紙「社会保険とっとり」は、 令和8年4月から完全ネット化に移行します。

令和8年3月をもって郵送を廃止します

広報紙「社会保険とっとり」は、令和8年4月から完全ネット化に移行します。

ネット配信先を登録されていない事業所様は、**早期にネット配信先のご登録をお願いいたします。**

なお、ネット配信を希望されない事業所様は、当協会のホームページに過去1年分を掲載しておりますのでご覧くださいませよう願いたします。

ネット配信先はホームページから簡単に登録できます！

登録の方法等がご不明の場合は、当協会へお問合せください。



第40回 **イイキ健康づくり** 鳥取支部 **ゴルフ大会** の結果

10月26日(日)、旭国際浜村温泉ゴルフ倶楽部において27名の参加により開催し、結果は次のとおりでした。

優勝 山崎 亮太郎【(株)鳥取銀行】
準優勝 平井 耕司【(株)鳥取銀行】
第3位 井上 正紀【(株)気高電機】



第7回 **イイキ健康づくり** 倉吉支部 **グラウンドゴルフ大会** の結果

10月19日(日)、潮風の丘とまりにおいて16名の参加により開催し、結果は次のとおりでした。

優勝 大坂 秀太郎【(株)チュウブ】
準優勝 絹川 英樹【(株)倉吉信用金庫】
第3位 宮脇 啓太【(株)東郷電機製作所】



第35回 **イイキ健康づくり** 米子支部 **ボウリング大会** の結果

10月26日(日)、YSPボウルにおいて26名の参加により開催し、結果は次のとおりでした。

優勝 足立 信也【(株)大山ハム】
準優勝 鴨田 京子【(株)松岡建設】
第3位 桑垣 瞳【(株)大山ハム】

