

3月号 CONTENTS

1. 協会けんぽ北海道支部からのお知らせ
2. 令和8年4月安全教育等実施のご案内
3. 専門家個別相談会開催のご案内
4. 3月行事予定のお知らせ

伊藤英二水彩画展 開催中

～自然と光との調和～

メトロプラザ：3月3日（火）～13日（金）
詳しくは、同封のチラシをご覧ください

1. 協会けんぽ北海道支部からのお知らせ

令和8年度3月分（4月納付分）から北海道支部の保険料率が変わります。

健康保険料率

現行

10.31%

令和8年3月分～

10.28%

〈全国平均保険料率の0.1%引下げ効果を含む〉

介護保険料率

現行

1.59%

令和8年3月分～

1.62%

子ども・子育て支援金率

令和8年4月分より新たにスタート

0.23%

※令和8年4月分（5月納付分）より子ども・子育て支援金制度が始まります。

健康保険料、介護保険料、子ども・子育て支援金は労使折半となります。

40歳から64歳までの方（介護保険第2号被保険者）には、健康保険料率と子ども・子育て支援金率に介護保険料率が加わります。

賞与については、支給日が3月1日分から変更後の保険料率が適用されます。

健康保険料率 10.28%のうち、7.04%分は加入者の皆さまの医療費等に充てられる基本保険料率となり、3.24%分は後期高齢者医療制度への支援金等に充てられる特定保健料率となります。

【問い合わせ先】

全国健康保険協会 北海道支部
TEL：011-726-0352

保険料率についての
特設サイトはこちら ▶



2. 令和8年4月安全教育等実施のご案内

日程	講習区分	J-λ	受講資格	受講料	定員
4月14日(火)	玉掛け安全衛生教育	5H	玉掛け技能講習修了後5年毎	14,000円	20
4月15日(水)	刈払機安全教育	6H	満18歳以上の方	15,000円	20
4月16日(木)	テールゲートリフター特別教育	6H	満18歳以上の方	17,000円	20
4月17日(金)～ 4月19日(日)	伐木(チェーンソー)特別教育【新規】	18H	満18歳以上の方	31,000円	13
4月20日(月)	丸のこ作業従事者教育	4H	満18歳以上の方	13,000円	10
4月21日(火)	車両系建設機械(整地等)安全衛生教育	6H	車両系建設機械(整地等)技能講習修了後5年毎	14,000円	20
4月22日(水)	振動工具安全教育(伐木除く)	4H	満18歳以上の方	13,000円	20

※申込期限：3月24日(火)

※人数の都合により、中止となる場合があります。また、定員を超えた場合は受講できなくなりますので、ご希望の方はお早めに、お電話でお申し込みください。

【開催場所】 遠紋地域人材開発センター

【申込・問い合わせ先】 (一社)遠紋地域人材開発センター運営協会 TEL：42-4037

3. 専門家個別相談会開催のご案内

開催日	専門家名	時間	相談対象
3月9日(月)	中小企業診断士 社会保険労務士 藤田 貴士	13時30分～ 17時30分	資金繰り・事業計画作成、雇用労務管理並びに創業・新規事業・事業承継それらに付随する事項に関する支援
3月23日(月)			

【場所】 北見市北3条東1丁目2 北見経済センター内会場

【申込】 事前に電話でお申込みください。 [Tel:0157-57-5677](tel:0157-57-5677) 担当 松田

【主催】 中小機構北海道北見オフィス、北見ビジネス総合サポートセンター(北見商工会議所)

4. 3月行事予定のお知らせ

- 3月4日(水) 北海道商工会議所連合会会員総会(札幌市)
- 9日(月) 三役会議
- 16日(月) 運営強化委員会
- 19日(木) 常議員会
- 30日(月) 通常議員総会



令和8年3月分(4月納付分)からの健康保険・厚生年金保険の保険料率表

●健康保険料率: 令和8年3月分~適用 ●厚生年金保険料率: 平成26年9月分~適用 ●子ども・子育て支援金率: 令和8年4月分(5月納付分)~適用
 ●介護保険料率: 令和8年3月分~適用 ●子ども・子育て拠出金率: 令和2年4月分~適用
 (北海道支部)

標準報酬 等級	月額 円以上	円未満	全国健康保険協会健康保険料-介護保険料				子ども・子育て支援金		厚生年金保険料 (厚生年金基金加入員を除く)		
			介護保険第2号被保険者 に該当しない場合		介護保険第2号被保険者 に該当する場合		令和8年4月分(5月納付分) から納付いただきます		一般・社内員・総員		
			全額	前半額	全額	前半額	全額	前半額	全額	前半額	
1	58,000	~	63,000	5,982.4	2,991.2	6,902.0	3,451.0	133.4	66.7		
2	63,000	~	73,000	6,990.4	3,495.2	8,092.0	4,046.0	156.4	78.2		
3	73,000	~	83,000	8,018.4	4,009.2	9,282.0	4,641.0	178.4	89.7		
4(1)	83,000	~	93,000	9,066.4	4,533.2	10,472.0	5,236.0	203.4	101.7	16,104.0	8,052.0
9(2)	93,000	~	103,000	10,074.4	5,037.2	11,662.0	5,831.0	225.4	112.7	17,934.0	8,967.0
9(3)	104,000	~	107,000	10,681.2	5,340.6	12,376.0	6,188.0	238.2	119.6	19,032.0	9,516.0
7(4)	110,000	~	114,000	11,308.0	5,654.0	13,090.0	6,545.0	252.0	126.3	20,130.0	10,065.0
8(5)	118,000	~	122,000	12,130.4	6,065.2	14,042.0	7,021.0	271.4	135.7	21,584.0	10,792.0
9(6)	128,000	~	130,000	12,952.8	6,476.4	14,994.0	7,497.0	293.8	144.9	23,036.0	11,519.0
10(7)	134,000	~	138,000	13,775.2	6,887.6	15,946.0	7,973.0	308.2	154.1	24,222.0	12,261.0
11(8)	142,000	~	146,000	14,597.6	7,298.8	16,898.0	8,449.0	326.6	163.3	25,386.0	12,993.0
12(9)	150,000	~	154,000	15,420.0	7,710.0	17,850.0	8,925.0	345.0	172.5	27,450.0	13,725.0
13(10)	160,000	~	165,000	16,445.0	8,222.5	19,045.0	9,520.0	363.0	181.0	29,781.0	14,890.0
14(11)	170,000	~	175,000	17,470.0	8,735.0	20,230.0	10,115.0	391.0	195.5	31,110.0	15,555.0
15(12)	180,000	~	185,000	18,504.0	9,252.0	21,420.0	10,710.0	414.0	207.0	32,440.0	16,220.0
16(13)	190,000	~	195,000	19,532.0	9,766.0	22,610.0	11,305.0	437.0	218.5	34,770.0	17,385.0
17(14)	200,000	~	210,000	20,560.0	10,280.0	23,800.0	11,900.0	460.0	230.0	36,600.0	18,300.0
18(15)	210,000	~	220,000	21,588.0	10,794.0	25,000.0	12,500.0	483.0	241.5	38,430.0	19,215.0
19(16)	240,000	~	250,000	24,712.0	12,356.0	28,560.0	14,280.0	559.0	278.0	43,920.0	21,960.0
20(17)	260,000	~	270,000	26,728.0	13,364.0	30,940.0	15,470.0	598.0	299.0	47,580.0	23,790.0
21(18)	280,000	~	290,000	28,734.0	14,372.0	33,320.0	16,660.0	644.0	322.0	51,240.0	25,620.0
22(19)	300,000	~	310,000	30,740.0	15,380.0	35,700.0	17,850.0	690.0	345.0	54,900.0	27,450.0
23(20)	320,000	~	330,000	32,746.0	16,388.0	38,080.0	19,040.0	736.0	368.0	58,560.0	29,280.0
24(21)	340,000	~	350,000	34,752.0	17,396.0	40,460.0	20,230.0	782.0	391.0	62,220.0	31,110.0
25(22)	360,000	~	370,000	36,758.0	18,404.0	42,840.0	21,420.0	828.0	414.0	65,880.0	32,940.0
26(23)	380,000	~	390,000	38,764.0	19,412.0	45,220.0	22,610.0	874.0	437.0	69,540.0	34,770.0
27(24)	410,000	~	420,000	42,148.0	21,074.0	48,760.0	24,380.0	943.0	471.0	75,030.0	37,515.0
28(25)	440,000	~	450,000	45,532.0	22,616.0	52,360.0	26,180.0	1,012.0	506.0	80,520.0	40,260.0
29(26)	470,000	~	480,000	48,916.0	24,158.0	55,900.0	27,980.0	1,081.0	540.0	86,010.0	43,005.0
30(27)	500,000	~	510,000	51,490.0	25,700.0	59,500.0	29,790.0	1,150.0	575.0	91,500.0	45,750.0
31(28)	530,000	~	540,000	54,064.0	27,242.0	63,070.0	31,530.0	1,219.0	609.0	96,990.0	48,495.0
32(29)	560,000	~	570,000	57,668.0	28,784.0	66,640.0	33,320.0	1,288.0	644.0	102,480.0	51,240.0
33(30)	590,000	~	600,000	60,652.0	30,326.0	70,210.0	35,105.0	1,357.0	678.0	107,970.0	53,985.0
34(31)	620,000	~	630,000	63,736.0	31,868.0	73,780.0	36,890.0	1,426.0	713.0	113,460.0	56,730.0
35(32)	650,000	~	660,000	66,820.0	33,410.0	77,350.0	38,675.0	1,495.0	747.0	118,950.0	59,475.0
36	680,000	~	690,000	69,904.0	34,952.0	80,920.0	40,460.0	1,564.0	782.0		
37	710,000	~	730,000	72,988.0	36,494.0	84,490.0	42,245.0	1,633.0	816.0		
38	750,000	~	770,000	77,100.0	38,550.0	89,250.0	44,925.0	1,720.0	862.0		
39	790,000	~	810,000	81,212.0	40,606.0	94,010.0	47,405.0	1,817.0	908.0		
40	830,000	~	850,000	85,324.0	42,662.0	98,770.0	49,890.0	1,903.0	954.0		
41	880,000	~	900,000	90,464.0	45,232.0	104,720.0	52,360.0	2,024.0	1,012.0		
42	930,000	~	950,000	95,604.0	47,802.0	110,670.0	55,335.0	2,139.0	1,068.0		
43	980,000	~	1,000,000	100,744.0	50,372.0	116,620.0	58,310.0	2,254.0	1,122.0		
44	1,030,000	~	1,050,000	105,884.0	52,942.0	122,570.0	61,285.0	2,369.0	1,184.0		
45	1,080,000	~	1,100,000	111,024.0	55,512.0	128,520.0	64,260.0	2,500.0	1,255.0		
46	1,150,000	~	1,175,000	118,220.0	59,110.0	138,850.0	68,425.0	2,645.0	1,322.0		
47	1,210,000	~	1,235,000	124,388.0	62,194.0	143,990.0	71,995.0	2,783.0	1,391.0		
48	1,270,000	~	1,295,000	130,556.0	65,278.0	151,130.0	75,965.0	2,921.0	1,463.0		
49	1,330,000	~	1,355,000	136,724.0	68,362.0	158,270.0	79,935.0	3,059.0	1,535.0		
50	1,390,000	~	1,415,000	142,892.0	71,446.0	165,410.0	83,905.0	3,197.0	1,598.0		

▲介護保険第2号被保険者は、40歳から64歳までの間で、健康保険料率(10.28%)と子ども・子育て支援金率(0.23%)に介護保険料率(1.62%)が加わります。
 ▲12等級()内の数字は、厚生年金保険の標準報酬月額等級です。
 41(1)等級()の数字は、厚生年金保険の場合(93,000円未満)と併合替えで対応。
 35(32)等級()の数字は、厚生年金保険の場合(93,000円未満以上)と併合替えで対応。
 ◆令和8年度の全国健康保険協会の任意継続被保険者における標準報酬月額の上限は、320,000円です。
◎被保険者負担分(賞の標準報酬)に円未満の端数がある場合
 ①事業主が、給与から被保険者負担分を控除する場合、被保険者負担分の端数が50銭以下の場合は切り捨て、50銭を超える場合は切り上げて円となります。
 ②被保険者が、被保険者負担分を事業主へ現金で支払う場合、被保険者負担分の端数が50銭未満の場合は切り増し、50銭以上の場合は切り上げて円となります。
 (注)①、②にかかわらず、事業主と被保険者間で特約がある場合には、特約に基づき端数処理をすることができます。
◎納入告知書の保険料額
 納入告知書の保険料額は、被保険者ごとの保険料額を合算した金額になります。ただし、合算した金額に円未満の端数がある場合は、その端数を切り捨てて額となります。
◎賞与に係る保険料額
 賞与に係る保険料額は、賞与額から1,000円未満の端数を切り捨てた額(標準賞与額)に、保険料率を乗じた額となります。
 また、標準賞与額の上限は、健康保険、介護保険及び子ども・子育て支援金は年間73万円(毎年4月1日から翌年3月31日まで)の累計額。)となり、厚生年金保険額と子ども・子育て拠出金月額160万円となります。
◎子ども・子育て拠出金
 事業主の方は、児童手当の支給に要する費用等の一部として、子ども・子育て拠出金を負担いただくこととなります。(被保険者の負担はありません)
 子どもの子ども・子育て拠出金の額は、被保険者ごとの厚生年金保険の標準報酬月額および標準賞与額に、拠出金率(0.26%)を乗じて得た額の総額となります。



令和8年3月分(4月納付分)からの
保険料率のお知らせです

健康保険料率

現行 **10.31%** ▶ **10.28%** (令和8年3月分~)

(全国平均保険料率の0.1%引下げ効果を含む)

介護保険料率

現行 **1.59%** ▶ **1.62%** (令和8年3月分~)

子ども・子育て支援金率

令和8年4月分より新たにスタート **0.23%**

※令和8年4月分(5月納付分)より子ども・子育て支援金制度が格納されます。
 ※健康保険料、介護保険料、子ども・子育て支援金は労使折半となります。
 ※40歳から64歳までの方(介護保険第2号被保険者)には、健康保険料率と子ども・子育て支援金率に介護保険料率を加算されます。
 ※賞与については、支給日が9月1日分から変更後の保険料率で適用されます。
 ※任意継続被保険者の方は、令和8年4月分の保険料率から変更となります。
 加入する基金ごとに異なる方の厚生年金保険料率は基金ごとに定められている介護保険料率(0.14%~0.19%)を控除した率となります。
 加入する基金ごとに異なる方の厚生年金基金における保険料率については、ご加入の健康保険組合へお問い合わせください。
 ※ご加入の支部は資格情報のお知らせ等の「保険者名称」をご確認ください。(居住する都道府県とは異なる場合があります。)

皆さまの健康を 未来につなぐために。

いきいきと働き続けるためには、
日々の健康が大切。
また、健康を保つことは、医療費や保険料率を
抑えることにもつながります。
あなたの健康を未来につなぐため、
日々の健康づくりに取り組みましょう。



「保険料率」の仕組みってどんなもの?



実は! 保険料率は都道府県支部ごとに
決まっています、毎年改定されます!

保険料率は都道府県支部ごとの
医療費水準等に基づいて
決定しています。

つまり医療費を抑えることなどで、
保険料率を引き下げることができます。

都道府県単位保険料率は、都道府県支部ごとの年齢構成や所得水準の
差等を調整した上で、当該都道府県支部の加入者1人当たりの医療費に
基づいて毎年算出され、改定されています。

※現役世代の負担軽減、中小企業を取り巻く厳しい状況などの現在の社会経済
情勢などを踏まえ、令和8年度の全国平均の保険料率を0.1%引き下げました。



1分かんたん!

あなたの保険料 をチェック!

加入支部と標準報酬月額を添ふだけ!
あなたの保険料額がわかります。



Check!

こちらの保険料率
サイトでチェック!



インセンティブ制度をご存じですか?

皆さまの健康への取組が、保険料率の引下げにつながります!

協会けんぽでは、加入者・事業主の皆さまの取組が保険料率の引下げにつながる
「インセンティブ制度」を取り入れています。
5つの指標について、各支部の取組のランク付けが行われ、
上位15支部に入ると保険料率が引き下げられます。

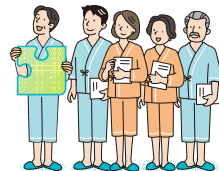


皆さまにご協力いただきたい! 5つの指標!

指標1	指標2	指標3	指標4	指標5
特定健診等の実施率	特定保健指導の実施率	特定保健指導対象者の減少率	要治療者の医療機関受診率	ジェネリック医薬品の使用割合
健康状態を確認するために健診を毎年受けましょう。	生活習慣を改善するために特定保健指導を受けましょう。	健康的な生活を心がけ、生活習慣を見直しましょう。	早期受診で重症化を防ぎましょう。	ジェネリック医薬品を積極的に使いましょう。

まずは健診!

加入者・事業主の皆さまの取組で医療費の伸びを抑えることができれば
保険料率の伸びを抑えることができます。
保険料率の伸びを抑えるためには、
皆さまに健康づくりに取り組んでいただくことが重要です。



協会けんぽの健診がさらに手厚く、新しく! 詳しくはこちら ▶



「子ども・子育て支援金制度」が始まります。

令和8年4月より、子育て世代を支える新しい分かち合い・連帯の仕組みとして、
子ども・子育て支援金制度が始まります。詳しくはこども家庭庁ホームページをご覧ください。

こども家庭庁
ホームページ



事業主・ご担当の皆さまへのお願い

従業員の皆さまに、保険料率の仕組みや健康づくりについて
ご理解いただけるよう、積極的なお声がけをお願いいたします。



「電子申請サービス」
が始まりました!





2025 日本水彩展 群生～薫風が吹きわたって



2025 日展 流氷が接岸して



バラ・アネモネ・スイトピー・デルフィニュームの饗宴



2025 白日会展 北のオホーツク流氷が哭いて

伊藤英二 水彩画展

～自然と光との調和～

ここ2年間の受賞作品と日展に3年連続入選した3作品を一挙展示します。水彩画の美しさと透明感を時間をかけて描き込みましたので、是非原画をご高覧ください。

2026. **3月3日(火)～3月13日(金)**
午前10時00分～午後5時00分

遠軽町芸術文化交流プラザ「**メトロプラザ**」交流ホール