



# お手続きまるわかりBOOK

## 保険料引き落とし口座の登録・変更 改姓・受取人変更

**MYひまわり (Webサービス) でお手続きが簡単に完了!**

- 住所・電話番号の変更
- ご家族連絡先の登録・変更
- 保険料引き落とし口座の登録・変更
- クレジットカードの登録・変更・有効期限更新
- 変額保険の管理
- 入院・手術・通院等の給付金請求
- 改姓・受取人変更
- 解約
- 生命保険料控除証明書の再発行  
(ご利用期間は10月上旬から翌年3月末までです。)
- 健康チャレンジ・禁煙チャレンジ請求



※ご利用にあたっては所定の条件があります。

MYひまわり (Webサービス)  
にログインする

「メールアドレス」と  
「パスワード」  
またはLINEで  
ログイン



▶ 二次元  
コード

読み取ってログイン画面へ

▶ Web検索

MYひまわり

検索



MYひまわりに  
未登録の方はLINEでの新規登録を  
おすすめします!



アプリでのお手続きが  
おすすめです!

詳細は次の  
ページへ

# MYひまわり アプリでの手続きがおすすです

アプリを使うほどお得にMYひまポイントが貯まります！

こんな方におすすめ！

- これから住所変更・給付金請求の予定がある
- 健康診断を毎年受けている
- ポイントを日常生活に使いたい

## 貯める

### 1. アプリから手続きでMYひまポイントGET！

ご契約に関する各種お手続き\*を行うことで、年1回300～1,000ptが貯まる！

\* 給付金請求・住所変更・口座変更など

### 2. 健康行動でもどんどん貯まる！

年1回の健康行動で最大10,000ptが貯まる！

毎日の健康行動\*でもガチャ抽選で毎週MYひまポイント獲得のチャンス。

\* 健康診断結果の登録（年1回）・健康ミッション（毎日）・歩行（毎日）など

## 交換する

### 3. 貯めたMYひまポイントは他社ポイントに交換可能！

さまざまな他社ポイントに交換可能。

アプリの「P」マークから簡単に交換でき、健康行動の楽しみが広がる！

## まずはQRコードからアプリをダウンロード！

MYひまわりのご登録には証券番号が必要です。

お手元に保険証券等の証券番号が確認できるものをご準備ください。

STEP 1 アプリ紹介サイトにアクセス



STEP 2 サイトからアプリダウンロード



STEP 3 手順に従って新規会員登録後にデバイス連携を設定して、利用開始



※本サービスについての記載は、2026年2月現在のものです。  
※MYひまポイント・ガチャコインの付与には条件があります。  
アプリ内にあるポイント詳細ページおよび利用規約をご確認ください。

必要なお手続きのページをご確認ください。

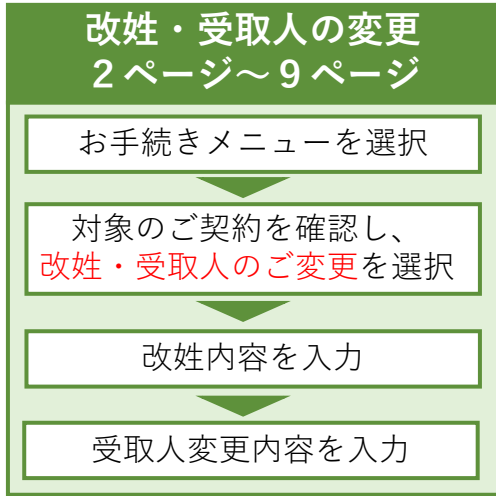
## ■ご契約者様・被保険者様・受取人様の改姓

ご結婚

離婚

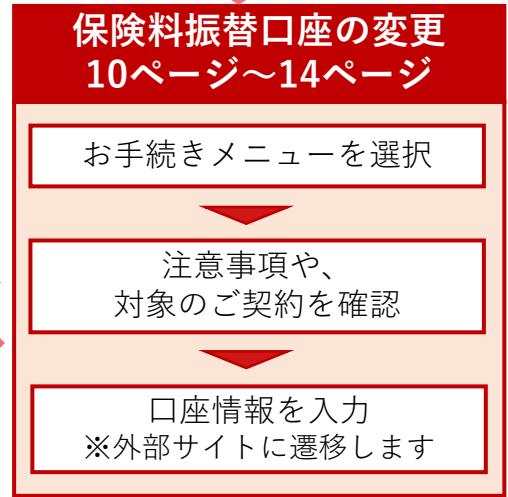
MYひまわり (Webサービス) ログイン

MYひまわり (Webサービス) のマイページで氏名が変更になっていることを確認してからお手続きをお願いします。  
(改姓手続きの約1週間後)



改姓された方が  
口座名義人の、  
保険料振替口座を  
登録されている場合

約1週間後



※受取人を変更されない方は改姓のみ、お手続きください。

## ■保険料の振替口座を変更したい

口座の開設

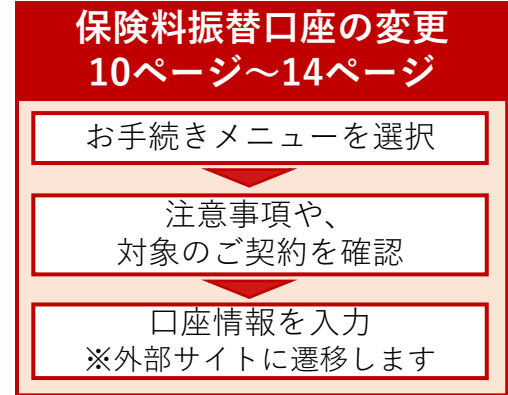
お引越し

ご就職

海外渡航

等

MYひまわり (Webサービス)  
ログイン



## ■受取人様を変更したい

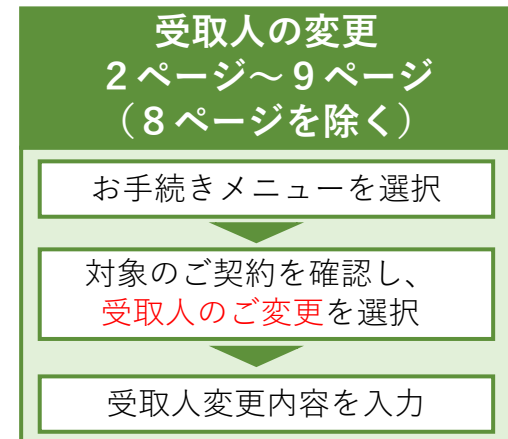
ご出産

ご結婚

離婚

等

MYひまわり (Webサービス)  
ログイン



改姓・受取人変更は  
MYひまわり（Webサービス）でお手続きできます。



生命保険の名義の変更って、難しくて、  
手続きが大変そう。。。



年末調整に間に合うかしら。。。

スムーズで簡単！お手続きはMYひまわり（Webサービス）で！

書類の提出不要！  
スムーズにお手続きができます！  
年末調整の時期など、契約名義の変更をお急ぎの方  
にもオススメです！！



お手続きのながれ

MYひまわり（Webサービス）でのお手続きから1週間程度で保険証券をお届けします。

お手続き

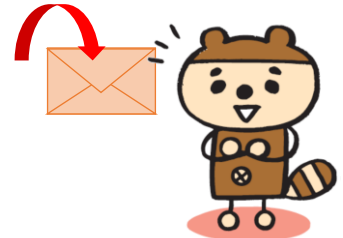
SOMPOひまわり生命で  
お手続きの内容を確認

保険証券のお届け



お手続き内容の確認のため、  
SOMPOひまわり生命から  
お客さまにご連絡することが  
あります。

お手続き完了のお知らせと  
保険証券をお届けします。



MYひまわり（Webサービス）で、  
改姓・受取人変更のお手続きをし  
ます。

**MYひまわり** のアプリなら  
ログインも簡単!

ご契約内容の確認・各種お手続きをはじめ、健康リス  
ク予測、健康行動によるプレゼント獲得のチャンスも  
ある総合応援アプリです。



MYひまわりアプリの  
紹介サイトはこちら



## MYひまわり（Webサービス）でお手続きできる内容

| 改姓   | 受取人変更  |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>●契約者の改姓</li> <li>●被保険者の改姓</li> <li>●死亡保険金受取人の改姓</li> <li>●年金受取人の改姓</li> <li>●満期保険金受取人の改姓</li> <li>●給付金等受取人の改姓</li> <li>●指定代理請求人の改姓</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>●死亡保険金受取人の変更（※1）（※2）</li> <li>●給付金等受取人の変更（※1）</li> <li>●満期保険金受取人の変更（※1）</li> <li>●指定代理請求人の変更（※3）（※4）</li> </ul> |

（※1） 2親等以内の親族の方に限ります。

（※2） 5名以上指定される場合は下記に記載のカスタマーセンターまでお問い合わせください。

（※3） 3親等以内の親族の方に限ります。

（※4） 指定代理請求特約の中途付加はMYひまわり（Webサービス）でお手続きができません。下記に記載のカスタマーセンターまでお問い合わせください。

## お手続きの条件

| 改姓   | 受取人変更  |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>●SOMPOひまわり生命の契約であること（※）</li> <li>●契約者が個人であること（個人事業主の方を含みます。）</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>●SOMPOひまわり生命の契約であること（※）</li> <li>●契約者が個人であること（個人事業主の方を含みます。）</li> <li>●契約者と被保険者が同一の契約であること</li> <li>●被保険者の死亡保険金額の通算が3,000万円以下であること</li> </ul> |

（※）旧日本興亜生命保険の契約はMYひまわり（Webサービス）でのお手続き対象外です。

## 改姓・受取人変更日（効力発生日）

MYひまわり（Webサービス）でのお手続きを完了した日が改姓・受取人変更の日付となります。

### ■ カスタマーセンター ■

0120-563-506（無料）

[受付時間]

平日9:00~18:00 土9:00~17:00

（日・祝日・12/31~1/3を除く）

① MYひまわり (Webサービス) にログインします。



② 「給付金請求・契約内容照会 各種お手続き」を押します。



③ 各種お手続きを選択して、「改姓・受取人変更」を選択します。



## ④ ご契約の追加と契約の選択

### ・ご契約の追加

本画面下の一覧に表示されている契約以外の契約も変更される場合、「ご契約の追加」ボタンから、MYひまわり（Webサービス）画面の「各種お手続き画面」へ遷移し、契約の追加ができます。

1 ご契約内容の確認と選択

2 名義変更のお手続き

3 お申し出内容の確認

4 受付完了

### 改姓および受取人変更手続き

以下のお手続きができます。

- ご契約者様の改姓
- 被保険者様の改姓
- 受取人様変更（ご契約者様と被保険者様が同一のご契約に限ります。）
- 受取人様の改姓

※一部インターネットでお手続きできない契約もあります。  
（インターネットでお手続きできる契約は[こちら](#)）

**お手続きする契約を確認してください。**

MYひまわりに契約者様ご自身で登録された契約を表示しています。

※連生終身保険・連生収入保障保険等被保険者様が2名以上いらっしゃる場合は代表の被保険者様、受取人様のお名前を表示しています。

新たにご契約を登録される場合は、以下の「ご契約の追加」を押して、『各種お手続き』の「ご契約一覧」から追加してください。  
（新たにご契約を登録される場合、それまでの入力内容は破棄されます。）

**ご契約の追加**

### ・お手続き内容の選択

お手続きする内容にチェックをして、「次へ」を押します。  
「改姓」と「受取人変更」を両方選択することも可能です。

#### 【受取人変更を選択した場合】

注意事項が表示されますので、確認のうえ「上記内容を確認しました」にチェックします。「次へ」を選択すると受取人変更に関する注意事項が表示されます。

ご希望のお手続きにチェック☑をしてください。

**【お手続き内容について】**  
 改姓：現在ご登録の契約者様・被保険者様・受取人様の姓を変更します。  
 受取人変更：現在ご登録の受取人様・指定代理請求人様の変更をします。  
 ※同時選択も可能です。

改姓

受取人のご変更

**＜受取人変更に関する注意事項＞**

受取人変更について、以下の注意事項を確認の上、チェック☑をしてください。

- 死亡受取人  
以下にひとつでも該当する場合は、カスタマーセンター（画面下部のお問い合わせ先）までお問い合わせください。  
・5名以上指定する場合  
・2親等以内の親族（※1）で指定できる方がいない場合
- 医療給付金受取人  
2親等以内の親族（※1）のみ指定可能です。
- 指定代理請求人  
3親等以内の親族（※2）のみ指定可能です。
- 受取人に外国籍の方を指定する場合  
以下の項目すべてに該当する場合のみ指定可能です。  
・都府に居住していること  
・日本語の理解ができること  
・住民票等の取り付けができること  
・夫婦別姓の場合のみ婚姻実況証明書の取り付けができること  
（今回は提出不要です。今後提出をお願いする可能性があります。）

（※1）2親等以内の親族とは「配偶者・父母・子・兄弟姉妹・祖父母・孫」をさします。  
（※2）3親等以内の親族とは「配偶者・父母・子・兄弟姉妹・祖父母・孫・伯父叔母・甥姪・曽祖父母・曾孫」をさします。

上記事項を確認しました。

**次へ**

⑤お取扱同意

「留意事項」を確認し、「上記事項を確認しました」にチェックします。  
 「個人情報の取扱いについて」を押して確認し、「上記項目に同意します」にチェックして、「次へ」を押します。

1 ご契約内容の確認と選択

2 名義変更のお手続き

3 お申し出内容の確認

4 受付完了

**お取扱同意**

以下留意事項を確認し、チェック☑をしてください。

- ・本サービスは契約者様ご自身にてお手続きが必要です。
- ・登録内容について、お電話で確認させていただく場合があります。

上記事項を確認しました。

以下事項を確認し、チェック☑をしてください。

別途指定する貴社保険約款の規定に基づき、下記「個人情報の取扱いについて」の内容に同意の上、手続きします。

個人情報の取扱いについて

上記項目に同意します。

戻る **次へ**

改姓手続きのみ  
お手続きされる方

次のページへ  
お進みください

受取人変更のみ  
お手続きされる方

8 ページへ  
お進みください

改姓手続  
受取人の変更  
両方お手続きされる方

次のページへ  
お進みください

## ⑥改姓のお手続き

※「1. ご契約の追加と契約の選択>お手続き内容の選択」で改姓を選択した場合のみ改姓のお手続き画面が表示されます。

### ・改姓後の氏名入力

改姓されたい方にチェックをして、改姓後のフリガナ・漢字を入力し、「次へ」を押します。

### ・改姓手続きの確認

入力内容が正しいことを確認し、「次へ」を押します。  
内容を修正する場合は「戻る」を押します。

## ⑦ 受取人変更のお手続き

※「1. ご契約の追加と契約の選択 > お手続き内容の選択」で受取人変更を選択した場合のみ受取人変更のお手続き画面が表示されます。

### ・ 受取人変更

受取人を変更する契約にチェックし、「次へ」を押します。

### ・ 新しい受取人の入力

契約ごとに、変更する受取人種類にチェックします。チェックすると、受取人情報の入力画面が表示されますので、必要事項を入力し、入力が完了したら「次へ」を押します。受取人変更をする契約を選択しなおす場合は「戻る」を押します。

※死亡保険金受取人のみ4名まで指定できます。「死亡受取人を追加する」を選択すると、2人目以降の入力画面が表示されます。

### ⑧入力内容の確認

お手続きいただいた内容を確認します。  
 お手続きいただいた内容は黄色枠で表示されます。  
 手続きの内容を確認し、「完了」を押します。

改姓手続きの内容を修正する場合は「改姓の入力内容を修正」を押します。  
 受取人変更手続きの内容を修正する場合は「受取人変更の入力内容を修正」を押します。

|   |                        |                |  |                                    |  |           |  |
|---|------------------------|----------------|--|------------------------------------|--|-----------|--|
| 1<br>ご契約内容の確認と選択  |                        | 2<br>名義変更のお手続き |  | 3<br>お申し出内容の確認                     |  | 4<br>受付完了 |  |
| <b>入力内容の確認</b>  |                        |                |  |                                    |  |           |  |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>入力内容に誤りがないか確認し、「完了」ボタンを押してください。</li> <li>※次画面以降は入力内容の変更はできません。</li> <li>入力内容を修正する場合は、各お手続きの「修正」ボタンから修正してください。</li> </ul>   |                        |                |  |                                    |  |           |  |
| 証券番号 <input type="text"/>   |                        |                |  |                                    |  |           |  |
| 保険種類  | 変額保険V1 - 非喫健康体         |                |  |                                    |  |           |  |
| 契約日   | 2023年4月1日              |                |  |                                    |  |           |  |
| 契約者   | <input type="text"/> 様 |                |  |                                    |  |           |  |
| 被保険者  | <input type="text"/> 様 |                |  |                                    |  |           |  |
| 死亡保険金受取人  | <input type="text"/> 様 |                |  | 続柄：子<br>生年月日： <input type="text"/> |  |           |  |
| 指定代理請求特約指定代理請求人   | <input type="text"/> 様 |                |  | 続柄：配偶者                             |  |           |  |
| <div style="border: 2px solid blue; padding: 5px; width: fit-content; margin: 10px auto;">改姓の入力内容を修正</div> <div style="border: 2px solid blue; padding: 5px; width: fit-content; margin: 10px auto;">受取人変更の入力内容を修正</div> <div style="background-color: red; color: white; padding: 10px; width: fit-content; margin: 10px auto;">完了</div> |                        |                |  |                                    |  |           |  |

お手続きが完了して、お手続き完了の画面が表示されたらお手続きは完了です。  
 登録のメールアドレスに「お手続き完了のご連絡」メールが送信されます。

|  |  |                |  |                |  |           |  |
|--|--|----------------|--|----------------|--|-----------|--|
| 1<br>ご契約内容の確認と選択   |  | 2<br>名義変更のお手続き |  | 3<br>お申し出内容の確認 |  | 4<br>受付完了 |  |
| <b>お申し出の内容を受付しました。</b>   |  |                |  |                |  |           |  |
| <p>お手続き完了後1週間ほどで新しい保険証券をお送りします。</p> <p>※土曜・日曜・祝日・年末年始は、保険証券のお届けまでにお時間をいただく場合があります。ご了承ください。</p> |  |                |  |                |  |           |  |

**お手続き  
ありがとうございました。**

保険料引き落とし口座の登録・変更は  
MYひまわり（Webサービス）でお手続きできます。



書類をポストに  
投函するのを忘れた！



銀行の届け出印  
どれだったかな？

## Webでのお手続きのメリットは2つ！

### 簡単！ 書類の記入や印鑑の準備は不要

- インターネット上で変更手続きが完了します。
- 書類の取り寄せや記入、銀行の届け出印の準備はいりません。



### すぐに！ その場でお手続き完了！

- 24時間365日いつでも変更手続きができます。
- お手続きの翌月から新しい口座で保険料の振替を開始します。



### 注意事項

- ご利用にはMYひまわり（Webサービス）への登録が必要です。
- 一部のご契約ではご利用できません。
- お手続きは契約者ご本人様のみご利用できます。
- 現在の払込方法が口座振替または、クレジットカード払の方のみご利用できます。

### お手続きのながれ

MYひまわり（Webサービス）でのお手続きから約1週間で保険料振替口座の変更が完了します。

お手続き

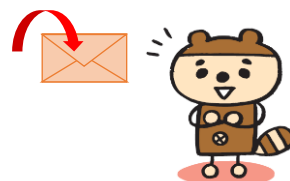
SOMPOひまわり生命で  
お手続きの内容を確認

お手続き完了のご連絡

MYひまわり（Webサービス）で  
保険料振替口座変更のお手続きを  
します。



ご登録のメールアドレスに  
登録完了メールが届きます



MYひまわり（Webサービス）でお手続きできる内容

- ・ 保険料振替口座の変更ができます。
  - ・ クレジットカード払から口座振替への変更（登録）ができます。
- ※クレジットカード払以外から口座振替への変更（保険料払込経路の変更）は利用できません。  
ご契約者さまからカスタマーセンター（0120-563-506）へお電話してください。

お手続きの条件

■ 変更後の口座が以下に該当すること

- ・ 契約者本人、配偶者、子ども、契約者または配偶者の父母名義の口座
- ・ ネット口座振替受付サービスのお取り扱いのある金融機関の口座  
（取扱可能な金融機関はお手続き画面で確認ができます。）

※ただし、以下に該当しない契約

- ・ 保険料払込免除中
- ・ 契約者が未成年
- ・ 保険金請求のお手続き中
- ・ 保険料を前納している
- ・ 保険料払込方法変更のお手続き中

■ 現在ご登録の口座の収納代行会社が以下であること

C S S、アプラス、三菱UFJニコス（以下ニコス）、M B S

※変更後の収納代行会社はC S Sまたはアプラスとなります。

※現在の払込方法がクレジットカード払の場合、収納代行会社はC S Sまたはアプラスとなります。

| お手続きする契約      | 現在ご登録の口座の収納代行会社      | 変更後の収納代行会社 |
|---------------|----------------------|------------|
| 1 契約のみ        | C S S                | C S S      |
|               | アプラス、ニコス、M B S       | アプラス       |
| 複数の契約を同時にお手続き | C S Sのみ              | C S S      |
|               | アプラス、ニコス、M B Sの契約を含む | アプラス       |

変更後の口座請求開始のスケジュール

- ・ 月末最終日の23時59分までに口座変更のお手続きが完了した場合、翌月から変更後の口座に請求が開始されます。

※ご契約の状況によっては、翌々月以降に請求が開始される場合もあります。

## ① MYひまわり（Webサービス）にログインします。

## ② 「給付金請求・契約内容照会 各種お手続き」を押します。

## ③ 各種お手続きを選択して、「保険料引き落とし口座の登録・の変更」を選択します。

# お手続き方法 — お手続き方法の選択 —

※お手続きの途中で外部サイト（ネット口座振替受付サービス）につながります。

## ④ お手続きの条件や注意事項を確認します。

お問い合わせ番号 M-U1

### 保険料引き落とし口座の登録・変更

保険料引き落とし口座の登録および変更を行います。

### お取り扱いできる口座の条件

【改姓と保険料引き落とし口座の登録・変更のお手続きをご希望のお客さまへ】  
改姓手続きと保険料引き落とし口座の登録・変更手続きをMYひまわり（Webサービス）でする場合、先に改姓のお手続きをお願いします。  
保険料引き落とし口座の登録・変更はMYひまわり（Webサービス）の「ご契約一覧」が、改姓後の名前に変わりましたら、お手続きをお願いします。

お手元に口座番号や預金残高がわかるものをご用意のうえお手続きをお願いします。



## ⑤ 「確認のお願い」を確認し、該当する項目にチェックします。 ※チェック項目は3つあります。

内容確認後、チェック☑をしてから、お手続き方法を選択してください。

- 1. 変更後の口座はネット口座を取り扱っている金融機関です。  
(※ネット口座を取り扱っている金融機関はこちらをご確認ください。)
- 2. 下記のSOMPOひまわり生命保険株式会社との約定に承諾します。  
保険契約者である私は、生命保険料を口座振替によって支払う場合の取扱いについて、

1. 私が支払うべき保険料は、SOMPOひまわり生命またはSOMPOひまわり生命が指定している会社所定の振替日に、指定の預金口座から支払います。支払うべき保険料の前日までに、指定の預金口座に入金します。将来、SOMPOひまわり生命の指定の口座に振り込まれる場合は、私に通知してください。
2. この取扱いにより支払った保険料について、SOMPOひまわり生命発行の領収書

(※ネット口座を取り扱っている金融機関は「こちら」をご確認ください。)

変更したい口座の金融機関について、ネット口座のお取り扱いがあるかご確認ください。  
※記載がない金融機関はネットのお手続きの対象外となります。

## ⑥ 「ネット完結で手続きする」を押します。

※「ネット完結で手続きする」がグレーになって押せない場合は、ネットのお手続きの対象外となりますので、恐れ入りますが書面での手続きをお願いします。

＼書面の記入・捺印不要で簡単／

書面で手続きする  
(発送依頼)

ネット完結で手続きする

戻る

# お手続き方法 — 契約の選択・口座情報の入力 —

※お手続きの途中で外部サイト（ネット口座振替受付サービス）につながります。

## ⑦ 保険料振替口座を変更するご契約と口座名義人の続柄を選択します。

お問い合わせ番号 M-02

1 2 3

ご契約の選択

保険料引き落とし口座を登録・変更したい契約にチェック☑をしてください。

選択した契約はすべて同じ口座に変更します。

証券番号

契約者

住所

契約者からみた変更後の口座名義人の続柄を選択してください。

契約者からみた口座名義人の続柄

選択してください

## ⑧ 口座変更予定月を確認し、「次へ」を押します。 手続きの日を基に口座変更予定月を表示します。

【変更予定月】  
お手続きいただいた日の翌月（3月）以降となります。

次へ

## ⑨ 注意事項を確認し、「次へ」を押します。

ネット口座振替受付サービス（収納代行会社CSS）

ここから先はネット口座登録サイト（外部サイト）に接続します。

次の注意事項を確認して、「次へ」からお手続きを完了させてください。

- 金融機関ごとに認証項目が異なります。  
通帳記帳残高が必要な場合がありますので、お手元に銀行預金通帳をご用意ください。
- 操作途中で画面を閉じるとお手続きが完了しません。  
「金融機関での口座振替受付が完了しました。」と表示されるまでお手続きを進めてください。  
操作途中でエラーまたは中止となった場合は口座登録が完了していません。
- ご利用の端末の設定環境により、外部サイトへの接続、操作途中でのエラーなどでお手続きができない場合があります。  
その場合は再度はじめからお手続きいただき、「書面で手続きする（発送依頼）」を選択してください。
- お客様の入力された情報は、SSLにより暗号化して通信いたします。

各種お手続き画面へ戻る

次へ

次の画面では  
「ネット口振登録サイト」  
に接続しますので、  
入力項目などは  
選択した金融機関によって  
異なります。



## ⑩ 「ネット口振登録サイト」で金融機関情報等を入力します。 完了画面が表示されたら保険料振替口座の変更のお手続き完了です。 ご登録のメールアドレスに「お手続き完了のご連絡」メールが送信されます。

お問い合わせ番号 M-04

1 2 3

金融機関での口座振替受付が完了しました。

お手続き  
ありがとうございました。