

社会保険

みやぎ

2015.4 April - 5 May

日本年金機構からのお知らせ	2・3・4
協会けんぽからのお知らせ	5・6・7
増えています心の病気	8
健康長寿のために	8
第26回社会保険ファミリースキースクールが開催されました	9
M美さんの社会保険物語	10
宮城の旬食べませんか?	11
春のハイキング	11
インフォメーションパーク	12



雄勝硯

おがつすずり

石巻市雄勝町

東京駅丸の内駅舎改装工事の屋根材としてその天然スレートが使われたことでも知られる雄勝石。石用の鑿(のみ)で、一つずつ削りあげられる硯は特に有名で、雄勝町では日本製の硯の90%を生産していたと言われます。

室町時代に始まり、伊達藩の保護を受けて職人の高い技術が継承されてきましたが、近年は書道文化の簡易化や東日本大震災の被害によって、硯産業は衰退を余儀なくされていました。

最近ではこの産業を復興させるだけでなく、今の暮らしにもあった新しい硯を形にしようというプロジェクトが立ち上がりました。この美しい石を現代の暮らしの中でもっと気軽に使ってほしいという雄勝石の職人達の手で、薄く割れる性質を活かした石皿やペンダント・花器などの石工芸品も生まれています。

純黒の色と優雅な石肌の自然模様が花や盛りつけた料理を美しく見せるだけでなく、独特の保温効果でレストランでの人気も高い雄勝石。伝統工芸品の域を超えて、今、新しい顔に生まれ変わろうとしています。



Ogatsu Suzuri



雄勝硯

雄勝硯の再生をきっかけに理想の文房具を創造し、新しい書道文化を探求する。



角皿

天然石の肌触りや質感が味を与えるシンプルな玄昌石皿。和洋を問わず素材が引き立つ。



花器

豪華な花にも負けない存在感。さりげない野の花も鮮やかに見せてくれる。



東京駅丸屋根

駅のシンボル、ドーム屋根にも赤煉瓦とのコントラストが映えるスレートが葺かれている。



日本年金機構 からののお知らせ

届書等は宮城事務センターへ直接送付をお願いします

日本年金機構における届書等の処理業務については、事務センターへの一層の集約化を図ることとされており、年金事務所の窓口でお預かりした届書等は事務センターに回付し審査、入力処理・発送業務等を一括して行っております。年金事務所に郵送された届書等についても同様の業務処理となっております。

届書等が事務センターへ直接送付されることにより、少しでも早くお客様のお手元へ健康保険証や通知書等をお届けすることが可能となりますので、ご理解とご協力をお願いします。

届書の送付先

〒980-8461 仙台市青葉区中央4-6-1
住友生命仙台中央ビル (SS30) 18 階
日本年金機構 宮城事務センター 行

※上記の郵便番号を記載すれば、住所の記載は不要です。
※事務センターでは郵送受付のみ行っております。来訪による受付は行っておりません。

社会保険料の納付には口座振替をご利用ください!

- 毎月、金融機関に出向く必要が無いので便利です。
- 口座振替手数料のご負担は不要です。
- 全国の金融機関がご利用になれます。
→銀行、信用金庫、労働金庫、農協等の口座から振替が可能です。
※一部お取り扱いのできない金融機関がございます。(ゆうちょ銀行、インターネット専業銀行等)
- 毎月末日に、前月分の保険料をご指定の口座からお引き落しします。
※振替当日の残高が不足していた等の事情で口座振替ができなかった場合は、後日、送付される納付書にて、金融機関の窓口で納付していただくことになります。
※口座振替を希望される場合や、不明な点等がございましたら管轄の年金事務所へお問い合わせください。

退職後(失業)の国民年金の手続きについて

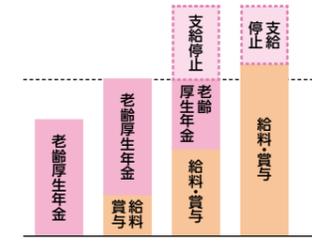
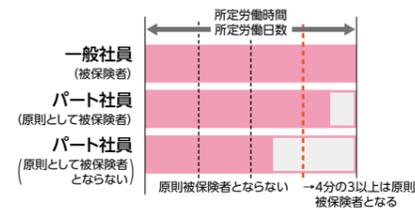
厚生年金保険の被保険者(20歳以上60歳未満の方)が退職(失業)した後は、国民年金第1号被保険者となるため、被保険者がお住まいの市(区)町村の窓口で種別変更の手続きが必要となります。また、扶養されている配偶者の方も同じように種別変更の必要があります。事業主様におかれましては、従業員が退職する際に是非このことを周知いただきますようお願い申し上げます。
※同日付で再就職するなど、ひき続き厚生年金保険に加入される方は種別変更の手続きは必要ありません。



こんな場合はどうなるの? 被保険者になる条件について



- 1. パートタイマー・アルバイト等を雇用した時は?**
パートタイマー等でも常用的使用関係がある場合は、被保険者になります。
常用的使用関係とは、同じ事業所で同様の業務に従事している**一般社員の労働日数、労働時間等を基準にそれぞれがおおむね4分の3以上**であるかどうかを目安に、**就労形態等を考慮し総合的に判断**されます。
- 2. 年金受給者を雇用した時は?**
70歳未満で年金を受給している人を雇用した場合でも、**常用的使用関係がある場合は、被保険者になります。**
なお、在職中の老齢厚生年金は給料・賞与・年金から算出される**一ヶ月当たりの合計収入に応じて、年金の一部又は全部が支給停止になる場合があります。**
※昭和12年4月1日以前生まれで、平成14年4月前に老齢厚生年金の受給権を有している人については、65歳以降支給停止されません。



- 3. 外国人を雇用した時は?**
常用的使用関係がある場合は国籍を問わず被保険者になります。
短期在留外国人が帰国した場合、条件を満たせば脱退一時金が支給されます。
※詳しくは日本年金機構 HP をご覧ください。「年金の給付について」の「短期在留外国人の脱退一時金」をご覧ください。検索窓に「脱退一時金」と入力して検索してください。
- 4. 試用期間中の社会保険の取扱いは?**
法律上の雇用契約や本人の同意にかかわらず、**常用的使用関係がある場合は、試用期間の当初から被保険者になります。**

年金委員制度のご案内

年金委員とは、政府が管掌する厚生年金保険及び国民年金に関する適用・給付・保険料などについて、会社や地域において啓発、相談、助言などの活動を行う民間協力員です。
年金委員は、活動により『職域型』と『地域型』の2つに区分されます。『職域型』は主に厚生年金保険の適用事業所内で、『地域型』は自治会などの地域において活動していただきます。

【職域型年金委員】
厚生年金保険の適用事業所のうち、常時300人以上の被保険者がいる事業所には2名以上、300人未満の事業所には1名以上の設置をお願いしています。平成26年3月末時点で、全国で約11万7千人の方が年金委員として委嘱されています。

【年金委員になるには】
年金委員は、社会的信望があり、かつ、政府管掌年金事業の適正な運営について理解と熱意を有する者として推薦があった者に対し、厚生労働大臣が委嘱します。
年金委員は、『職域型』の場合は会社の事業主からの推薦を受け、日本年金機構から厚生労働省へ推薦します。

日本年金機構からのお知らせ

年金を受給されている皆様へ(お知らせ)

1 平成27年4月から年金額改定について

総務省から、「平成 26 年平均の全国消費者物価指数」(生鮮食品を含む総合指数)が平成 27 年 1 月 30 日に公表されました。この結果、平成 27 年度の年金額は、平成 26 年度の特例水準の年金額との比較では、特例水準の段階的な解消やマクロ経済スライドによる調整と合わせて、基本的には 0.9%の引上げ(注1)となります。受給者の受取額が変わるのは、通常4月分の年金が支払われる6月からです。

(注1) 厚生年金(報酬比例部分)に関しては、被保険者期間が直近の期間のみの方など、すべての方が 0.9%の引上げとなるわけではありません。

<平成27年度の年金額の例>

	平成 26 年度 (月額) *1	平成 27 年度 (月額) *2
国民年金 (老齢基礎年金(満額): 1人分)	64,400円	65,008円 (+ 608円)
厚生年金*3 (夫婦2人分の老齢基礎年金を含む標準的な年金額)	219,066円	221,507円 (+ 2,441円)

*1 平成26年度の基礎年金(厚生年金に含まれている夫婦2人分の基礎年金を含む)は、特例水準の額であり、本来水準よりも0.5%高い水準となっています。

*2 平成27年度は、特例水準が解消した後の本来水準の年金額となっているため、平成26年度の特例水準の年金額からの改定率は、基礎年金は0.9%となっています。また、厚生年金(報酬比例部分)は、平成27年度の新規裁定者(67歳以下の方)においては平成26年度時点で特例水準の残高がないことから、改定率は1.4%となっています。なお、実際に引上げとなる額については、端数処理などの理由により、平成26年度の年金額の0.9%(報酬比例部分については1.4%)に相当する額と完全に一致するものではありません。

*3 厚生年金は、夫が平均的収入(平均標準報酬(賞与含む月額換算)42.8万円)で40年間就業し、妻がその期間すべて専業主婦であった世帯が年金を受け取り始める場合の給付水準で、本来水準の計算式によって算出しています。

2 特例水準の解消について

平成 24 年に成立した法律により、特例水準の計画的な解消を図ることが定められました。本来水準の年金額との差である 2.5%の解消スケジュールは、平成 25 年 10 月から▲1.0%、26 年 4 月から▲1.0%、27 年 4 月から▲0.5%となっており、27 年 4 月以降は完全に特例水準が解消されます。

3 国民年金保険料について

- 平成 27 年度の国民年金保険料額は 15,590 円(月額)となります。(平成 26 年度から 340 円の引上げ)
- 平成 28 年度の国民年金保険料額は 16,260 円(月額)となります。(平成 27 年度から 670 円の引上げ)

協会けんぽからのお知らせ

注意を!
変更時期が
例年と異なり
ます

平成27年度の協会けんぽの健康保険料率及び介護保険料率が改定されます

国の予算編成の遅れから、平成27年度の健康保険料率の改定時期は、例年より1カ月遅れの4月賦課分(5月納付分)*から改定となります。平成27年度の健康保険料率は引き下げることとなりましたが、急速な少子高齢化が進む中、医療費等の支出の伸び率が賃金の伸び率を上回るという赤字構造は変わっておらず、財政がよくなったとは言えません。引き続き、医療費適正化や健康づくりの施策を積極的に展開してまいります。

宮城支部の健康保険料率

10.01% → 9.96%

平成26年度 → 平成27年4月賦課分から(5月納付分)

月収 (税引き前)	改定前との差額	
	健康保険料	健康保険料+介護保険料
26万円	月額 ▲130円	月額 ▲494円

介護保険料率(全国一律)

1.72% → 1.58%

平成26年度 → 平成27年4月賦課分から(5月納付分)

保険料1万円あたりの使い道 (平成25年度決算より)

加入者の皆さまが 病院等を受診した時の 医療費  約5,160円	高齢者の方々が 病院等を受診した時の 医療費(拠出金)  約4,080円	加入者の皆さまが 病気や出産した際の 手当金や出産した際の給付金等  約580円	その他支出 約180円
---	---	---	----------------

※任意継続被保険者の方は5月賦課分(5月納付分)から改定となります。

平成26年度ジェネリック医薬品軽減額通知(1回目)の効果

平成26年度第1回目通知では、全国160万人の方にジェネリック医薬品軽減額通知を送付し、28%の方がジェネリック医薬品に切り替えられました。この軽減額は1カ月で7億円を超える医療費の軽減につながる計算です。
※軽減効果は通知の翌月のレセプトを用いてジェネリック医薬品への切替人数、切替による軽減額を算出。

	通知対象人数	切替人数(割合)	一人当たりの軽減額/月(円)
宮城	36,263人	11,052人(30.5%)	1,627円
全国	1,656,764人	464,207人(28.0%)	1,514円

1人あたり: 1,514円
× 切り替えた人: 464,207人
702,809,398円
およそ7億円の軽減につながります。高齢化とともに増え続ける医療費の削減のためにもぜひ利用しましょう!



協会けんぽでは、ジェネリック医薬品をおすすめしています

ジェネリック医薬品とは、これまで効き目や安全性が実証されてきたお薬と同じ主成分、同じ効き目の厚生労働省に認められた安価なお薬です。お薬代軽減や医療保険財政の改善につながることから、協会けんぽでは「ジェネリック医薬品」の普及を推進しています。

ジェネリック医薬品希望シールをご用意しています

ジェネリック医薬品を希望される場合は、必ず医師・薬剤師にご相談ください。ジェネリック医薬品へのご希望を伝えやすくするため、ジェネリック医薬品希望シールを協会けんぽ窓口にてをご用意していますので、お薬手帳に貼るなどご活用ください。また宮城支部までご連絡いただければ、郵送もいたします。



ジェネリック医薬品希望シールイメージ

協会けんぽからのお知らせ

加入者
(ご本人向け)
生活習慣病
予防健診

健診実施機関が新たに追加されました！

協会けんぽで実施しております生活習慣病予防健診の実施医療機関が、平成 27 年度より新たに 4 機関増えました！この機会にぜひご利用ください。



健診機関名	健診機関コード	住所	電話番号	一般健診	付加健診※2	乳がん	子宮頸がん
東北労災病院	0415110048	〒981-8563 仙台市青葉区台原4-3-21	022-275-1534	○	×	×	×
仙台中央病院	0415311869	〒984-0051 仙台市若林区新寺3-13-6	022-297-0208	○	○	△	△
真壁病院※1	0411410111	〒981-0503 東松島市矢本字鹿石前109-4	0225-82-7111	○	○	×	×
富谷中央病院	0412710675	〒981-3328 黒川郡富谷町上桜木2-1-6	022-779-1470	○	○	×	×

○=実施可能 ×=実施不可 △=委託健診機関にて実施

※1 真壁病院については、7月より受診開始となります。(予約受付は4月から開始です。)

※2 付加健診 ●尿沈渣顕微鏡検査 ●血液学的検査 ●生化学的検査 ●眼底検査 ●肺機能検査 ●腹部超音波検査

加入者
(ご本人向け)
生活習慣病
予防健診

検診車による集合バス健診のご案内

協会けんぽでは、お近くに契約健診機関の少ない下記地域の事業所様のために、お1人様から受診可能な集合型のバス健診(出張健診)をご用意いたしました。



実施地区 気仙沼市・南三陸町・石巻市・東松島市・栗原市・登米市・大崎市・黒川郡・柴田町・角田市・亶理町・丸森町・白石市・蔵王町

受診を希望される方

- ①必ず各地区で実施する健診機関へお電話頂き、受診日のご予約をお願い致します。
- ②健診機関への予約の完了後、協会けんぽへ郵送にて申請書の提出をお願いします。

確認方法

各地区で実施する健診機関・日程・会場の確認方法は、下記の2通りあります。

その1 3月末～4月上旬に事業所様へ送付している、生活習慣病予防健診申込書に同封している、【集合バス健診のご案内】をご覧ください。

その2 協会けんぽ宮城支部ホームページよりご確認ください。
【宮城支部の健診・保健指導のご案内】→【被保険者(加入者ご本人)向け】→【検診車による集合健診のご案内】からご確認ください。

加入者
(ご本人向け)
生活習慣病
予防健診

申込はインターネットサービスで簡単手続き

手書きなし



パソコンで健診機関名・健診機関コードが簡単入力！

郵送なし



データを協会けんぽにアップロード(電子申請)できるので社内で完結！

データ管理



エクセルデータなので支店ごとの仕分けが簡単！

本サービスを利用するためには、事前に協会けんぽホームページから「ID・パスワード」の申請が必要になります。



※「事業所適用年月日」は、会社設立日とは異なります。「事業所適用年月日」がご不明の際は、協会けんぽ宮城支部までお問い合わせください。

被扶養者(ご家族)の特定健康診査受診券をお送りします

特定健康診査受診券は、平成 25 年度より 40 歳～74 歳までのご家族を扶養されている被保険者様のご自宅へ 3 月下旬から 4 月下旬にかけて送付しております。なお、被保険者様のご自宅が宮城県外にある場合は、県外の所在地を管轄する協会けんぽ支部より特定健康診査受診券を送付いたします。

①受診券の送付



協会けんぽ宮城支部 → 被保険者のご自宅

②受診券の配付



被保険者 → 被扶養者

③健診の受診



被扶養者
●健診実施機関 → 予約必要
●市町村での集団健診 → 予約不要

特定健診受診券の配布にご協力ください

以下の場合、事業所様へ受診券が送付され、事業所様から被保険者様への配布(平成 27 年 5 月頃を予定)となります。ご協力の程よろしくお願いたします。

- ①協会けんぽで保有している被保険者様の住所情報に不備(郵便番号、住所情報の未収録等)がある場合
- ②転居等の理由で協会けんぽが保有している被保険者様の住所情報と被保険者様が現在居住している住所に相違がある場合

※なお、上記①、②に該当する方で、受診券が事業所様へ送付される前に特定健診の受診を希望される方がいらっしゃいましたら、協会けんぽ宮城支部保健グループまで早めにご相談ください。

受診券交付の申請が必要な場合もございます

以下に該当する方は**いままでどおり、受診券申請の手続きが必要**です。

- ①平成 26 年 12 月以降に加入手続きをされた 40 歳以上 75 歳未満の被扶養者の方
- ②受診券を無くされて再交付を希望する方

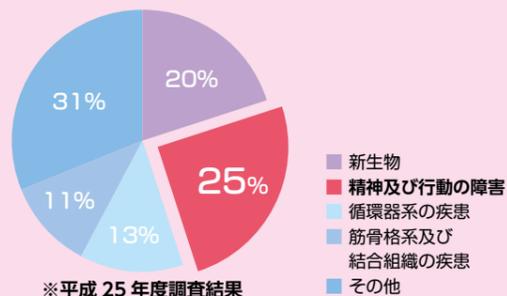
上記①、②に該当される方々の受診券は、協会けんぽにお電話していただくか、協会けんぽへ「特定健康診査受診券申請書」をご提出いただくことで発行されます。ご家族に該当する方がいらっしゃいましたら、申請手続きをしていただくようお願いいたします。

※平成 27 年度につきましては、①に該当される方々の特定健康診査受診券は自動的に発行され、受診券申請手続きは不要である旨お知らせしておりましたが、サービス開始時期は現在調整中です。お手数ですが、受診券申請手続きをお願いいたします。

増えています 心の病気

近年のうつ病などの「心の不調」による病が増加する傾向にあります。協会けんぽが実施している傷病手当金の受給調査※によると、平成25年度の宮城支部の傷病手当金の受給割合にしめる「**こころの病気**」の割合が**新生物を超えて第1位**。全体の約 1/4 となっています。

※協会けんぽでは毎年 10 月の傷病手当金の受給調査を実施しておりホームページ等で公表しています。



加入者の皆さまのストレス等から心の健康を守り、よりよい生活を送っていただくために「特定非営利活動法人 東日本カウンセリングセンター」に「メンタルヘルスケア」を委託しています。**専門のカウンセラーによる面談が無料**で受けられます。

事業所様で、「メンタルヘルスケア」を希望される方がいらっしゃいましたら、ぜひご利用ください。

対象	全国健康保険協会宮城支部の健康保険にご加入の被保険者（ご本人）様 社内でメンタルヘルスにお悩みの会社担当者様	<p>無料のカウンセリングをぜひご利用ください。</p>
費用	事業所担当者様は 何回でもご相談無料 被保険者様は 初回のみご相談無料	
開設場所	特定非営利活動法人 東日本カウンセリングセンター 〒980-0021 宮城県仙台市青葉区中央3丁目5-14 ☎022-211-9234 または 090-8423-7866 受付時間：10：00～18：00（日祝・年末年始を除く）	
開設期間	平成27年4月から平成28年3月まで 定員（100名）に達し次第、途中で終了する場合がございますので、ご了承ください。	

健康長寿のために 「歯周病と全身のかかわり」



お口の病気は主にむし歯と歯周病ですが、特に歯周病はほとんど自覚症状が無いまま進行し、歯肉の出血や歯の動揺など、気付いた時にはかなり進行していて、最悪の場合、歯が自然に抜けてしまうこともあります。最近の研究では、歯周病が糖尿病、肺炎、脳梗塞、心臓血管疾患、消化器系疾患、認知症、低体重児出産など、全身の健康に大きく影響することが明らかになっています。

歯周病は歯と歯肉の間に歯垢（プラーク）と歯石がたまり、細菌感染を起こす病気です。歯肉に感染があると、そこに炎症が起き、徐々に歯を支える歯槽骨を溶かしていきます。重度の歯周病に進行すると、歯周病菌やその毒素が血管から体内に入り、インスリンの働きを阻害して糖尿病を悪化させたり、歯肉の炎症で発生したサイトカインと呼ばれる物質が起因となって心筋梗塞を発症さ

せたりすると考えられています。

歯周ポケットに入り込み付着した歯垢（プラーク）や歯石は、自分自身で完全に除去することはできません。定期的、継続的にかかりつけの歯科医院に通院し健診と、必要に応じて歯石除去等のプロフェッショナルケアを受けることをお勧めします。

宮城県歯科医師会で行っている事業所での歯科健診は、むし歯のチェックや歯周ポケットの測定などを数分で行います。その後の保健指導もお口の状態によりますが、合計でも5～10分程度で終了します。痛み等は全くありませんので、安心して受けていただきたいと思います。

宮城県歯科医師会 常務理事 新沼康弘

第25回社会保険ファミリースキースクールが 開催されました

毎年恒例となっております第24回社会保険ファミリースキースクールが2月22日（日）スプリングバレー泉高原スキー場にて約110名の参加をいただき開催されました。

社会保険協会の主な事業のひとつである、被保険者とその家族の福利増進事業の一環として開催され今回で25回を数えました。今年は天候にも恵まれ、受講生は寒さにも負けず熱心に教えを聞きながらスキーの技術を磨いていました。

レベルに応じた丁寧なレッスンが好評です。
来年も開催予定ですので、お楽しみに。



一般財団法人
宮城県社会保険協会

〒980-0802
仙台市青葉区二日町10-20 アルコイリス二日町4階
TEL：022-266-0411

宮城県社会保険協会 検索

M美
さんの

社会保険物語

高額療養費について
第80話



協会けんぽからのお知らせ

1月より高額療養費制度が変わりました

●高額療養費の自己負担限度額について、負担能力に応じた負担を求める観点から、平成27年1月診療分より、70歳未満の所得区分が5区分に細分化されました。

適用区分	所得区分	自己負担限度額	多数(回)該当の自己負担限度額
区分ア	標準報酬月額83万円以上の方	252,600円+(総医療費-842,000円)×1%	140,100円
区分イ	標準報酬月額53万~79万円の方	167,400円+(総医療費-558,000円)×1%	93,000円
区分ウ	標準報酬月額28万~50万円の方	80,100円+(総医療費-267,000円)×1%	44,400円
区分エ	標準報酬月額26万円以下の方	57,600円	44,400円
区分オ	低所得者(被保険者が市区町村民税非課税の方)	35,400円	24,600円

※多数(回)該当 診療月を含めた直近の12ヶ月間に、すでに3回以上高額療養費の支給を受けている場合には、その月の負担の上限額(自己負担限度額)がさらに引き下がる制度です。

●70歳以上75歳未満の方の自己負担限度額は平成27年1月以降も変更ありません。
●限度額適用認定証を保険証と併せて病院に提示すると、窓口でのお支払いが自己負担限度額までとなるため、窓口負担額が軽減されます。限度額適用認定証は郵送でのお手続きが可能です。

問い合わせ先

全国健康保険協会宮城支部
〒980-8561
仙台市青葉区国分町3-6-1
仙台パークビル8F
TEL 022-714-6856(業務第2グループ直通)
ホームページは「協会けんぽ宮城」で検索してください。

[協会けんぽ宮城](#)

宮城の食べませんか？

旬

4・5月
若竹煮

南三陸産のわかめをつかって

クマ幅が広く色が鮮やかでシャキシャキの歯ごたえ！

旬の食材は栄養価が高くエネルギーがいっぱい。

味も一年のうちでいちばんおいしく

香り豊か、しかも経済的！

宮城の食材をつかった

季節のレシピをご紹介します。



材料(4人分)

- たけのこ(水煮)：200~300g(1~2本)
- 南三陸わかめ：30g
- 木の芽：適量
- だし汁：2カップ
- 酒：大さじ2
- みりん：大さじ1と1/2
- 醤油：大さじ1/2
- 塩：小さじ1/3

作り方

- ① たけのこはさっと洗い、穂先は5~6cm長さの縦六つ割り、根本は1.5cm幅の半月切りにする。
- ② わかめは水につけて戻し、水気をよく切って5~6cm幅に切る。
- ③ 鍋にAとたけのこを入れ落とし蓋をして中火にかける。煮立ったら弱火にして7~8分煮て、わかめを加えてさらに2~3分煮る。
- ④ 器に盛り、木の芽をそえる。

春のハイキング

申込方法

「宮交観光サービス」(下記電話番号)へ直接お申込みください。☎022-298-7762
お申込み時に地区名をお知らせください。
後日、振込用紙が送付されますので、参加料を金融機関にてお振込みください。
※お振込み手数料は参加者負担となります。

仙台東・仙台南・仙台北 3地区合同

あかべえ絵付け体験と芦ノ牧温泉入浴ツアー

と き 平成27年6月14日(日)
集合場所 仙台駅東口バス乗降場
集合時間 午前7時50分
参加料 大人…3,500円
小学生以下…2,500円
90名(1グループ4名まで)
募集人員 入浴用タオル等
携行品 (芦ノ牧温泉・大川荘)

石巻地区

勾玉作り体験と南花巻温泉入浴ツアー

と き 平成27年6月21日(日)
集合場所 石巻駅前
集合時間 午前8時10分
参加料 大人…3,500円
小学生以下…2,500円
45名(1グループ4名まで)
募集人員 入浴用タオル等
携行品 (南花巻温泉・渡り)

気仙沼地区

さくらんぼ狩りと上山温泉入浴ツアー

と き 平成27年6月7日(日)
集合場所 旧気仙沼エースポート前
集合時間 午前6時50分
参加料 大人…3,500円
小学生以下…2,500円
45名(1グループ4名まで)
募集人員 入浴用タオル等
携行品 (上山温泉・月岡ホテル)

古川地区

竹細工作り体験とつなぎ温泉入浴ツアー

と き 平成27年6月7日(日)
集合場所 古川駅、くりこま高原駅
集合時間 古川駅…午前7時30分
くりこま高原駅…午前8時20分
参加料 大人…3,500円
小学生以下…2,500円
45名(1グループ4名まで)
募集人員 入浴用タオル等
携行品 (つなぎ温泉・ホテル大観)

大河原地区

さくらんぼ狩りと天童温泉入浴ツアー

と き 平成27年6月21日(日)
集合場所 大河原駅前
集合時間 午前8時50分
参加料 大人…3,500円
小学生以下…2,500円
45名(1グループ4名まで)
募集人員 入浴用タオル等
携行品 (天童温泉・舞鶴荘)

(12) 社会保険みやぎ

電話による年金相談は以下の相談先へ

年金事務所の電話は大変混み合っております

ねんきんダイヤル

0570-05-1165 (ナビダイヤル)

※050(一部)の電話からおかけになる場合は03-6700-1165

受付時間 ●月～金曜日 8:30～17:15 ただし月曜日(休日明けの初日)は19:00まで受付時間を延長
●第2土曜日 9:30～16:00

(なお、祝日はご利用いただけません。)

※お電話いただく際には、基礎年金番号又は年金証書番号をお知らせください。

ねんきん定期便・ねんきんネット等専用ダイヤル

0570-058-555 (ナビダイヤル)

※050(一部)の電話からおかけになる場合は03-6700-1144

受付時間 ●月～金曜日 9:00～19:00 ●第2土曜日 9:00～17:00

(なお、祝日はご利用いただけません。)

※このダイヤルでは「ねんきん特別便」「厚生年金加入記録のお知らせ」に関するお問い合わせについてもお受けいたします。

ご利用にあたってご留意いただきたいこと

- ・ナビダイヤルは、一般固定電話以外(携帯電話等)からおかけになる場合は、通常の通話料金がかります。
- ・「03-6700-1165」「03-6700-1144」の電話番号におかけになる場合は、通常の通話料金がかります。



年金相談の受付時間と週末相談(予定)

5月

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

6月

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

街角の年金相談センター仙台

厚生年金保険・国民年金の受給に関するご相談、手続きは年金事務所のほか、年金相談センターでも行うことができます。

◎電話によるご相談は「ねんきんダイヤル」にお問い合わせください

相談時間 ●月～金曜日 8:30～17:15
ただし月曜日(休日明けの初日)は19:00まで受付時間を延長
●第2土曜日 9:30～16:00
(なお、祝日はご利用いただけません。)

下記カレンダーもご覧ください

街角の年金相談センター仙台

〒980-0803
仙台市青葉区国分町3-6-1 仙台パークビル2階
☎022(262)5527

※全国社会保険労務士会連合会が受託運営しています



5月・6月の出張相談所開設のご案内

1. 常設

会場	開設日	開設時間	予約受付先
気仙沼出張相談所 (NTT気仙沼ビル1F)	土日および祝日以外の平日	8:30～17:15 (予約できます)	石巻年金事務所 0225-22-5118

2. 臨時開設

会場	開設日	開設時間	予約受付先
南三陸町役場 (予約制)	平成27年5月13日(水)	10:00～12:00 13:00～15:30	石巻年金事務所 0225-22-5118
登米市南方総合支所 (予約制)	平成27年5月28日(木)★	9:30～12:00	古川年金事務所 0229-23-1204
	平成27年6月25日(木)★	13:00～15:30	0229-23-1204
泉区役所	平成27年5月28日(木)	10:00～15:00	予約制ではありません

- ・予約制を実施している会場については、お電話で事前に相談日をご予約ください。
- ・ご予約は、相談日の1カ月前から受付いたします。
- ※相談にお越しの際には、年金証書、振込通知書、年金手帳や被保険者証といった、本人であることを確認できるものを必ずお持ちください。
- ※本人以外の方が相談される場合には、本人からの委任状とお越しになる方の本人確認ができる身分証明書(運転免許証等)及び印鑑が必要となります。
- ※年金出張相談所において、★印のついている日は、(一財)宮城県社会保険協会の保健師による無料の健康相談もおこないます。お気軽にご相談ください。

◆受付時間

平日(月～金) 午前8時30分～午後5時15分

◆年金相談の「時間延長」と「週末相談」

時間延長(週の初日) 午後5時15分～午後7時

週末相談(第2土曜日) 午前9時30分～午後4時

※11月については11月30日も相談日です。

変更されている場合もありますので、ホームページなどでご確認のうえご利用ください。



この印刷物は、輸送マイルージ低減によるCO₂削減や地産地消に着目し、国産米ぬか油を使用した新しい環境配慮型インキ「ライスインキ」で印刷しており、印刷用紙へのリサイクルが可能です。