

社会保険 みやぎ

SHAKAIHOKEN
MIYAGI No.767



Contents

新年のごあいさつ.....	2・3
日本年金機構からのお知らせ.....	4・5
協会けんぽからのお知らせ.....	6・7
平成30年度年金委員・健康保険委員等表彰式が開催されました.....	8
M美さんの社会保険物語.....	9
各種協会事業が開催されました.....	10
宿泊施設等の優待(割引)利用について.....	11
「職場の健康づくり」をすすめましょう.....	11
インフォメーションパーク.....	12



私たちの街の
橋のある風景

11

七ツ森大橋

ななつもりおおはし

仙台市内からも遠くに望める七ツ森は伝説と民話に彩られた7つの山々。西側には南川ダムがあり、「七ツ森湖」と呼ばれています。周辺に整備された湖畔公園は四季を通じて憩いの場となっています。雪景色の中の七ツ森大橋はその赤い色がひとときわさざえと美しく、民話の世界に誘われるようです。

DATA

構造形式	箱桁橋
建造年月日	1986(昭和61)年
所在地	黒川郡大和町
河川	南川
目的	交通
長さ	284m
幅	6.5m



謹賀新年



一般財団法人 宮城県社会保険協会
会長 大槻 秀樹
(阿部建設㈱ 代表取締役)

新年明けましておめでとうございます。

会員事業主、被保険者並びにご家族の皆様には、ご健勝にて新年をお迎えのこととお慶び申し上げます。

旧年中は、本会の事業運営に関係者皆様の多大なるご理解とご協力を賜り、衷心より厚く御礼申し上げます。

昨年も地震や集中豪雨、台風等による災害が多発いたしました。「平成 30 年 7 月豪雨」と命名された西日本の豪雨は平成最悪の被害となり、9 月、10 月には台風が連続して日本に上陸し各地に大きな被害をもたらしました。

そして、9 月 6 日には最大震度 7 の北海道胆振東部地震が起きました。大規模な土砂崩れや家屋倒壊と併せ北海道全域が一斉停電ブラックアウトになるなど生活インフラへの被害も大きい災害でした。

最近の自然災害は従来の常識を超える猛威を感じることがあります。被災された皆様に心よりお見舞い申し上げます。

新しい年におきましては平穏な年となりますよう心より願います。

さて、昨年閣議決定された「経済財政運営と改革の基本方針 2018 (骨太方針 2018)」では、経済・財政再生計画の達成時期を 2025 年とし、今後の 3 年間を「基盤強化期間」とされました。また、これまで社会保障改革をリードしてきた経済財政諮問会議のほかに、こちらも安倍首相を議長とした未来投資会議においても社会保障制度に関する議論を行い、人口構造は 2025 年以降、「高齢者の急増」から「現役世代の急減」に局面が変化する一方、高齢者の若返りや就業率の上昇も見られ、「人生 100 年時代」に向けた高齢者の働く場を準備するなど生涯現役社会の実現に向けて、今後、多様な就労・社会参加、健康寿命の延伸等の取り組みを進めるとともに給付と負担の見直し等による、持続可能な社会保障制度に向けた重点課題を議論していくこととされております。

我が国の社会保障制度は国民生活に欠かせない制度となっております。急速な少子高齢社会・人口減少社会が進行するなかで、難しい問題が山積しておりますが、将来にわたり、国民が安心して生活できる社会保障制度が望まれるところです。

こうした中で、当協会といたしましては、健康保険・厚生年金保険に加入しておられる会員事業所の従業員とご家族の方々の健康と福利の増進のため、保健師・管理栄養士・運動指導士による職場の健康づくり支援や健康相談の実施、その他健康づくり事業を引き続き積極的に推進してまいります。

また、日本年金機構県内 6 年金事務所ならびに全国健康保険協会宮城支部の協力のもと、広報紙「社会保険みやぎ」を作成・発行し、事業所の皆様にタイムリーな情報提供を図っていくほか、講習会の開催等を通じて、制度の周知に取り組んでまいりますので、本年も、引き続き皆様のご協力とご支援を賜りますようお願い申し上げます。

新年にあたり、皆様方の益々のご健勝とご多幸をお祈り申し上げまして、ご挨拶といたします。

副会長 阿部 善久 (㈱阿部善商店代表取締役社長)

副会長 三浦 政彦 (北日本電線㈱取締役社長)

副会長 石橋 悟 (石巻赤十字病院院長)

副会長 木戸 和夫 (木戸建設㈱代表取締役)

副会長 齋藤 昭 (齋藤建設㈱代表取締役社長)

専務理事 馬場 義晴



日本年金機構宮城県代表年金事務所
仙台東年金事務所長 金子 健一

新年を迎え、謹んでご挨拶を申し上げます。

事業主並びに被保険者の皆様におかれましては、お健やかに新年をお迎えのこととお慶び申し上げます。また、旧年中は公的年金事業の円滑な運営に格別のご理解とご協力を賜り、厚く御礼申し上げます。

日本年金機構は本年で平成 22 年 1 月の発足から 10 年目を迎えることとなります。特に本年 3 月には、平成 27 年 5 月に発生した不正アクセスによる情報流出事案による厚生労働大臣からの業務改善命令を受けた再生プロジェクト(業務改善計画)の集中取組期間及び第二期中期計画期間の期末を迎える年となります。

当機構では、この間、多くの国民の皆様にご心配とご迷惑をお掛け致しましたことを猛省し、ゼロベースから組織改革、人事改革、業務改革及び情報開示・共有の促進に取り組んでまいりましたが、改革に終わりはなく、引き続き組織を挙げて、国民の皆様からの信頼回復に向けて諸改革を進めてまいります。

具体的には、適用・徴収・国年及び相談の基幹業務の取り組みを更に強化・推進するとともに、情報セキュリティに係る組織面、技術面、業務運営面の対策を強化し、マイナンバーによる情報連携実施に向けた不断の取り組みを行ってまいります。

また、国民の皆様へのセーフティネットの一端を担うという緊張感を持って、本年 10 月に施行される、年金生活者支援給付金の円滑な実施に万全を期してまいります。

本年も、年金制度の運営組織として高い倫理観、使命感、緊張感をもち、真に国民の皆様から信頼される組織として認められるよう、全職員が一丸となり、公的年金制度の適切な運営に取り組んでまいる所存ですので、昨年同様のご理解とご協力を賜りますよう重ねてお願い申し上げます。

年頭にあたり、宮城県社会保険協会の益々のご発展と、会員の皆様のご多幸を心よりお祈り申し上げ、新年のご挨拶とさせていただきます。

日本年金機構	仙台北年金事務所長	日景 恭子	仙台南年金事務所長	塚越 聖
	大河原年金事務所長	安田 征夫	石巻年金事務所長	佐藤 康雅
	古川年金事務所長	三浦 秀晴	仙台広域事務センター長	佐藤 近子



全国健康保険協会宮城支部
支部長 藤代 哲也

新年明けましておめでとうございます。皆様におかれましては、希望に満ちた新しい年をお迎えのこととお慶び申し上げます。

協会けんぽは 2008 年 10 月に国から政府管掌健康保険業務を引き継ぎ、健康保険事業を運営する医療保険者として設立され、2018 年 10 月をもちまして 10 年が経過いたしました。これも一重に、加入者並びに事業主の皆様の日頃からのご理解とご協力の賜物と厚く御礼申し上げます。

さて、協会けんぽはこれまでの間、少子高齢化が進む中で様々な問題を抱える医療保険制度を、将来にわたって持続可能なものとするため、増え続ける医療費の抑制を最重要課題の一つとして捉え、なかでもジェネリック医薬品の使用促進や加入者の健康増進を図る取組みに注力してまいりました。

ジェネリック医薬品の使用割合は 2020 年 9 月までの早い時期に 80% を達成するという政府目標に対し、宮城支部では順調に推移しているところです。また、健診や保健指導に加え、事業所様が主体的に従業員の健康増進に取り組むことを目的とした「職場健康づくり宣言」の登録事業所数も宮城支部では約 1,500 社となり、特に優良な「健康経営」を実践している法人「健康経営優良法人」の認定を受ける事業所様も着実に増加しています。

2018 年 4 月からは、前述しました取組み等の結果が各支部における翌々年度の保険料率に反映される「インセンティブ(報奨金)制度」が始まっており、少しでも宮城支部の保険料率が下がる方向に影響が出ればと期待しているところです。

協会けんぽ宮城支部では加入者並びに事業主の皆様のご利益の実現を図るため、各種取組みを鋭意進めてまいりますので、昨年同様のご理解、ご協力のほど重ねてお願い申し上げます。

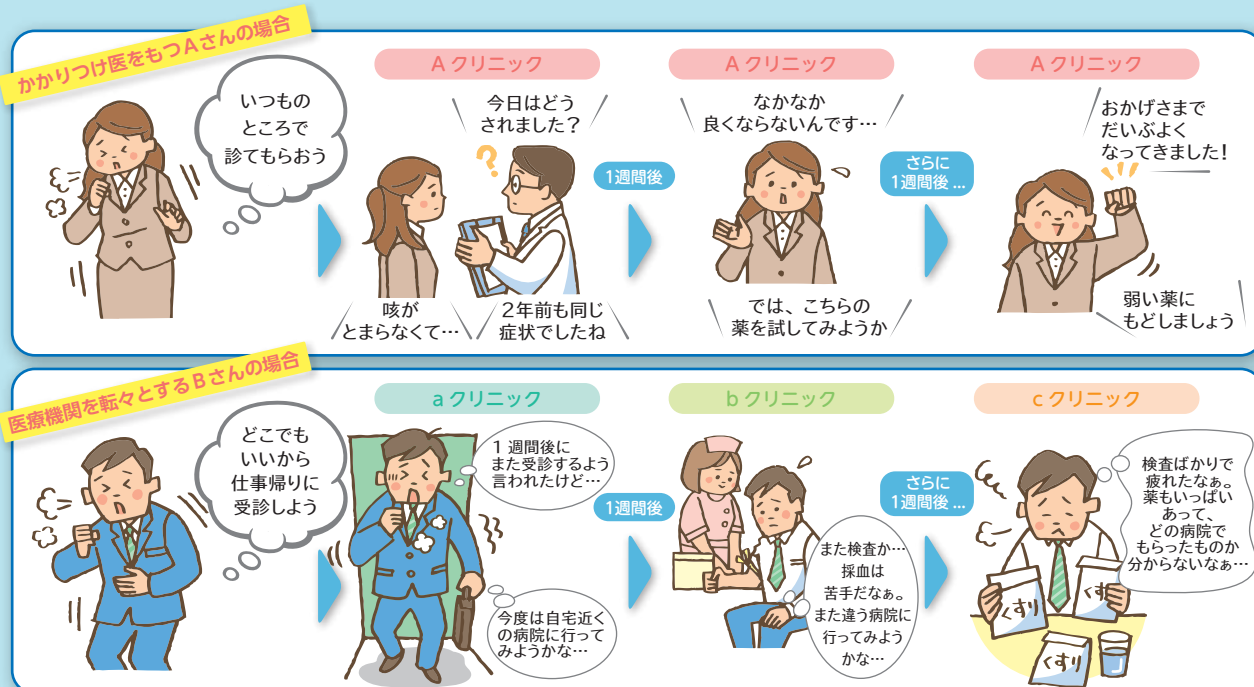
本年も皆様にとりまして明るく輝かしい一年になることをご祈念申し上げ、新年のご挨拶とさせていただきます。

<https://www.nenkin.go.jp/>

協会けんぽ からのお知らせ

Aさん Bさん
あなたにまじっちゃ!!

医療機関への上手なかかり方 ～かかりつけ医をもちましょう～



医療費にこんなに差が...

かかりつけ医がいる場合		はしご受診の場合
初診料 2,820 円 (+ 検査料)	1 回目	初診料 2,820 円 (+ 検査料)
再診料 720 円	2 回目	初診料 2,820 円 (+ 検査料)
再診料 720 円	3 回目	初診料 2,820 円 (+ 検査料)
4,260 円 (+ 検査料)	合計	8,460 円 (+ 検査料 × 3)

その差 4,200 円 (+ 検査料 2 回分)

※窓口で支払う自己負担はこの金額の 1～3 割です。

「なんとなくお医者さんと相性が良くない」「薬が効かないような気がする」などの自分の判断だけで次々に医療機関を変える「はしご受診」をするとその都度初診料がかかり、医療費もかさみます。
「かかりつけ医」をもつことは、自分の健康管理だけでなく医療費節約の面からもおすすめです。

だけじゃない!!

時間のムダ

医療機関が変わる度に問診・検査を行い、その分時間がかります。

体の負担

何度も検査をくり返されたり、薬の重複による副作用の心配もあります。

治療が中途半端に

継続した治療経過がわからず、どの薬が有効なのかなど、効果的な治療方針が確立できません。

平成 31 年 2 月上旬までに「医療費のお知らせ」をお届けします

協会けんぽでは、加入者様の医療費の明細及び総額をお知らせすることにより、年間で医療費がどのくらいかかっているのかをご確認いただくことで、加入者の皆様からお預かりした保険料の使い道をご理解いただくとともに、併せてご自身が受診した以外の請求がないかご確認いただくために、年に一度「医療費のお知らせ」を送付しております。

また、このお知らせを加入者様個人ごとにお送りすると郵送経費が数倍となり貴重な保険財政を圧迫することから事業所様宛に送付し、配付のご協力をお願いしております。大変お手数をおかけしますが、**開封せず対象の方にお渡しいただきますよう**お願いいたします。

「医療費のお知らせ」とは

医療機関等で保険診療を受けた場合、窓口でお支払いいただいているのは医療費全額ではなく自己負担額(1～3割)となっております。「医療費のお知らせ」ではお支払いいただいた金額だけでなく実際にかかった医療費の総額も記載しております。

今回の「医療費のお知らせ」では平成 29 年 11 月～平成 30 年 9 月に受診した分が記載されています。

このお知らせを受け取ったことによる手続きは特にございません。

お問い合わせ先 全国健康保険協会宮城支部 レセプトグループ 022-714-6853

いつの間にか残薬



宮城県薬剤師会では、きちんと飲んでいづもりなのに何故か数が合わなくなり残ってしまうお薬のことを「いつの間にか残薬」と名付け、皆様への啓発 CM として流しております。

その原因として考えられるのが

1. 複数の病院に通って数多くの薬を処方され、全てを管理しきれていない場合
2. 用法が複雑だったり服用回数が多いため飲むことが難しい場合
3. 生活習慣などにより飲めない用法がある場合や飲み忘れなどが代表的なものです。

こうして生じている残薬は、年間 500 億円ともいわれます。無駄をなくし医療費を節約するためにも、残っているお薬があれば、是非いつも行っている薬局にご相談ください。

平成 29 年 4 月以降の医薬品適正使用のための実態調査データでは、残薬について相談した方は、調剤を受けた方全体の 14.2%。その申し出を受け、薬剤師が医師と相談し結果

的に調剤してもらう薬を減らすことができたのは、そのうち 83.7% にも上ります。

例えば、「晩酌するから夜の薬が飲めない」なら、医師と相談の上きちんと飲める朝などに変更できないかを検討したり、用法が複雑だったり複数種類の大量の薬を飲まなければならず管理が難しい場合なら、「朝・昼・夕」などの服用時点で一包にまとめる一包化をお勧めするなど、その方その方に合った方法で、残薬が生じないように工夫します。

皆様の、「いつの間にか残薬、まずは薬剤師に相談！」を街の薬剤師はお待ちしております。

どうぞお気軽にお声がけください。

(参考資料：平成 28 年度診療報酬改定の結果検証に係る特別調査(平成 29 年度調査) 医薬品の適正使用のための残薬・重複・多剤投薬の実態調査並びに薬剤師・薬局の調査を含む調剤報酬改定の影響及び実施状況調査報告書)

一般社団法人 宮城県薬剤師会 理事 佐々木真奈美

協会けんぽ宮城支部 年末年始の休業日のご案内

右記期間は、休業させていただきます。
なお、右記期間以外は、土曜日・日曜日・祝祭日を除き、8:30 から 17:15 まで業務を行っております。

年末年始の休業日

平成30年12月29日(土)～平成31年1月3日(木)



全国健康保険協会 宮城支部
協会けんぽ

<http://www.kyoukaikenpo.or.jp/miyagi>

協会けんぽ宮城

検索

〒980-8561 仙台市青葉区国分町3-6-1
仙台パークビル8F

☎ 022-714-6850
FAX 022-714-6857

平成 30 年度年金委員・健康保険委員等表彰式が開催されました

平成 30 年 11 月 22 日(木)、「平成 30 年度年金委員・健康保険委員等研修会及び表彰式」が仙台市内のホテルにおいて開催され、年金委員活動及び健康保険委員活動に功績のあった 42 名の方々に、厚生労働大臣をはじめとして、日本年金機構理事長、日本年金機構理事、全国健康保険協会理事長、宮城支部長より表彰が行われ、あわせて宮城県内各年金事務所長より 29 名の方々に感謝状が授与されました。また、社会保険協会事業に功績のあった事業主 1 名に対し、宮城県社会保険協会長より表彰が行われました。

表彰式に先立ち開催された研修会では、公益財団法人せんだい男女共同参画財団の荒井康子様より「なぜ必要？女性活躍とワークライフバランス」と題して講演がありました。

なお、受賞された方々は次のとおりです。(敬称略)

◆厚生労働大臣表彰 年金委員

残 間 信 明	地域型年金委員
芳 賀 孝 幸	社会福祉法人栗駒峰寿会

◆日本年金機構理事長表彰 年金委員

佐 藤 敦	株式会社ごんきや
近 藤 美英子	株式会社菅野ビジネスセンター
庄 司 美江子	カメイ株式会社
鈴 木 英 子	株式会社古川ポンプ製作所
丹 野 ひとみ	株式会社仙台ニコン
野 原 ゆう子	株式会社京浜サプライズ

◆日本年金機構理事表彰 年金委員

鈴 木 充 枝	宮城県火災共済協同組合
一 条 みち子	株式会社青木製作所宮城工場
伊 藤 ちよみ	伊藤建設株式会社
大 槻 栄 子	白石生コンクリート株式会社
大 場 正 一	地域型年金委員
加 藤 美知夫	株式会社塩釜魚市場
齋 藤 由香利	社会福祉法人旭浦会
庄 子 さやか	株式会社 EIS 設備計画
菅 原 文 枝	株式会社阿部長商店
杉 原 よし子	三協輸送株式会社
鈴 木 貞 夫	協業組合県北清掃公社
高 橋 美 樹	協立テレコム株式会社
千 葉 久 美	社会福祉法人迫川会
永 野 順 子	ミクロプラスチックス株式会社
根 元 栄 美	大野電子開発株式会社
福 島 厚	古川ガス株式会社

◆全国健康保険協会理事長表彰 健康保険委員

黒 瀬 文 子	北斗精機株式会社
大 場 伸 一	カメイ物流サービス株式会社
後 藤 宗 永	株式会社大江設計
千 葉 まゆみ	株式会社ホテルニューグランヴィア
布 塚 新 二	仙台中央食肉卸売市場株式会社

◆全国健康保険協会宮城支部長表彰 健康保険委員

遠 藤 宗 夫	若生工業株式会社
安 達 恵 美	株式会社宮城県農協情報センター
伊 藤 卯	藤装建株式会社
伊 藤 秀 利	名取土地改良区
鹿 島 君 江	東邦メッキ株式会社
工 藤 和 子	株式会社ネクスト
佐 藤 和 幸	仙北工業株式会社
佐 藤 よしみ	株式会社大安工業所角田工場
柴 田 喜久哉	公益社団法人宮城県生活環境事業協会
菅 田 眞知子	仙台臨海鉄道株式会社
鈴 木 しず江	社会福祉法人永楽会
高 子 さとみ	岩沼自動車学校
千 葉 悦 子	株式会社晃和工業

◆日本年金機構年金事務所長感謝状 仙台東年金事務所

星 容 子	社会福祉法人恩賜財団宮城県済生会
古 積 文 子	草刈建設株式会社
菅 田 眞知子	仙台臨海鉄道株式会社
中 野 正 成	日産プリンス宮城販売株式会社
西 塚 武	株式会社宮城テレビ放送

仙台北年金事務所

武 田 茂 敬	コセキ株式会社
川 村 京 子	株式会社宮城日化サービス
高 橋 靖 恵	同和警備株式会社
三 浦 隆	塚田電気工事株式会社
初 山 乾	小松物産株式会社

仙台南年金事務所

吾 田 智奈美	株式会社アズタ
遠 藤 玲 子	遠藤工業株式会社
千 葉 武 弘	宮城タクシー株式会社
道 又 豪	株式会社フクベイフーズ
渡 邊 俊 幸	特定医療法人白嶺会

石巻年金事務所

遠 野 丈 良	日本製紙石巻テクノ株式会社
阿 部 ひとみ	石巻魚市場株式会社
小野寺 正 智	株式会社やまじゅう産業
齋 藤 優 貴	有限会社本吉タクシー
本 田 有 美	矢本重機興業株式会社

古川年金事務所

後 藤 桂 一	光電子株式会社
小 出 清 子	株式会社日進運輸建設
佐々木 知 子	株式会社栗っこライフサービス
三 塚 政 道	有限会社片平会計事務所

大河原年金事務所

小 川 敬 子	白石クリーニング協同組合
榎 並 利 夫	地域型年金委員
関 さゆり	株式会社平間組
竹 野 晃 平	地域型年金委員
舟 山 好 子	合同会社村井綜合事務所

◆(一財)宮城県社会保険協会長表彰

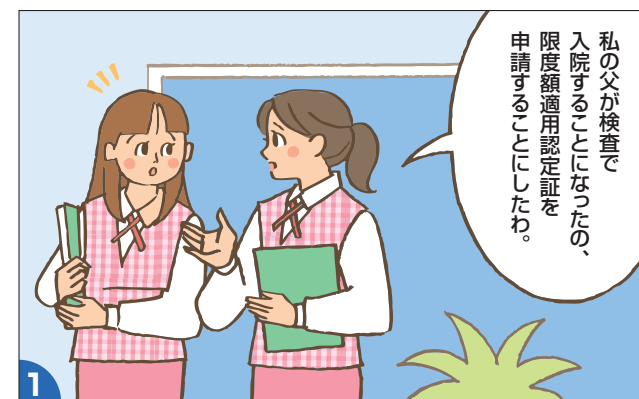
鈴 木 彦 太	ヤマカノ醸造株式会社
---------	------------



M美
さんの

社会保険物語

限度額適用認定証について
第102話



協会けんぽからのお知らせ

<あらかじめ高額な医療費になることが予定されている方は、限度額適用認定証の申請がお勧めです>

医療機関の窓口で限度額適用認定証を提示することで、同一医療機関のひと月の支払額が「自己負担限度額」までとなります。外来でもご使用いただけますが、通院と調剤がある場合など複数医療機関に受診された場合などは別途高額療養費支給申請が必要となる場合があります。また、平成 30 年 8 月より 70 歳以上の方でも限度額適用認定申請が必要な場合があります。詳細については当協会ホームページなどをご覧ください。

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 022-714-6850

ホームページは
「協会けんぽ」で検索してください。

協会けんぽ

検索

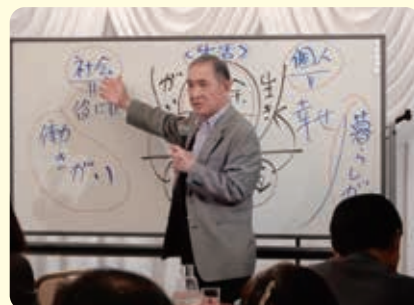
各種協会事業が開催されました

平成 30 年度「年金シニアライフセミナー」が開催されました。

定年退職後、健康で豊かな生きがいのあるシニアライフを過ごしていただくための情報を提供するセミナーとして、前半の講習では、日本年金機構年金事務所職員を講師として「年金」について、全国健康保険協会職員を講師として「退職後の健康保険」について、社会保険労務士を講師として「雇用保険」の知識の習得、後半では、大企業や東京都を始めとした官公庁などを対象にライフプランセミナーの経験豊富な講師による「生きがいとライフプラン」と題した基調講演による「年金シニアライフセミナー」を開催しました。

各地区とも当初定員を上回る申し込みとなったため会場を拡大して受け入れることとし、各会場とも盛況に開催されました。

1. 平成 30 年 10 月 4 日 仙台市青葉区「パレス宮城野」
2. 平成 30 年 10 月 17 日 大河原町「コミュニティセンター・オーガ」
3. 平成 30 年 10 月 18 日 大崎市古川「グランド平成」
4. 平成 30 年 10 月 23 日 仙台市青葉区「パレス宮城野」



第 14 回 社会保険ハゼ釣り大会が開催されました。

平成 30 年 10 月 8 日(月・祝日)と平成 30 年 10 月 28 日(日)の両日、松島湾内において開催されました。当初予定していた平成 30 年 9 月 30 日(日)が台風 24 号の影響により中止となり、その代わりに 10 月 28 日(日)を急遽準備し実施しました。10 月 8 日も台風 25 号の影響で実施が危ぶまれたのですが、台風が早めに本州を駆け抜けて前日までの雨風は台風一過で消え去り、穏やかな天気の下に実施できました。10 月 28 日も、当日は天気に恵まれて釣り日和となりました。釣果は、沢山釣れた方もいれば、残念な方もいたようですが、釣りを楽しめた一日になりました。

借り上げた釣船はハゼ釣りにはもったいない位の大型船でしたが、あまり沢山の人は乗せないという船の方針で余裕のある乗船となり、女性の方も皆さん 安心して釣りを楽しめました。

申し込み多数により今年も参加定員を増やしての実施としました。来年も多くの方の参加をお待ちしております。



宿泊施設等の優待(割引)利用について (当協会会員事業所の従業員とその家族が利用できます)

社会保険協会会員事業所の被保険者等の健康増進、福利厚生向上のため、(一社)全国社会保険協会連合会(全社連)による「全社連」契約優待利用施設(下記 1.)と、宮城県社会保険協会による「(一財)宮城県社会保険協会」契約優待利用施設(下記 2.)と優待利用の契約をしておりますのでご活用下さい。※**契約施設一覧及び利用方法等について、年度当初 4 月にお送りしておりますのでご覧ください。またはホームページをご覧ください。**

1. 「全社連」契約優待利用施設

- 船員保険会施設(4 施設) ●高輪・品川プリンスホテルグループ(4 施設)
- ホテル法華クラブグループ(17 施設) ●プリンスホテルグループ優待プラン
- 湯快リゾート株式会社が経営する宿泊施設(27 施設)
- ダイワロイヤルホテルズ(ダイワリゾート株式会社)(27 施設)
- かんぽの宿(日本郵政株式会社)(50 施設)
- その他(青森県、新潟県、静岡県、奈良県内の日帰り温泉等施設等)

※「対象施設」、「優待内容」、「ご利用方法」等、詳細は(一財)宮城県社会保険協会 HP の「施設優待事業のご案内と施設利用会員証はこちら」から「施設優待事業」、または(一社)全国社会保険協会連合会 HP「<http://www.zensharen.jp>」施設優待事業のご案内をご覧ください。

2. 「(一財)宮城県社会保険協会」契約優待利用施設 (県内温泉等施設)

- 秋保温泉「蘭亭」、●作並温泉「グリーングリーン」、●鳴子温泉「玉造荘」、●花山温泉「温湯山荘」、●小原温泉「ホテルいずみや」、●白石温泉「薬師の湯」など県内数ヶ所

※「対象施設」、「優待内容」、「ご利用方法」等、詳細は(一財)宮城県社会保険協会 HP をご覧ください。

※ご利用する場合は、「(一社)全国社会保険協会連合会(全社連)」発行の「**施設利用会員証**」が必要となります。「施設利用会員証」ご希望の場合、下記「施設利用会員証交付申請書」と宛先等を明記した返信用封筒(切手貼付のこと)を同封のうえ、郵送により(一財)宮城県社会保険協会までお申し込みください。(交付申請書は HP からダウンロードできます)



施設利用会員証交付申請書

※ FAX 不可 (切手貼付の返信用封筒と同封のうえ郵送により申請願います。)

(このページのコピー可)

事業所記号	— (例: 45-イロハ)	事業所名	
所在地			
電話番号	() —	FAX 番号	() —
担当者氏名		申込希望枚数	枚 (基本 1 枚。特別な理由がある場合 1 事業所 10 枚まで→理由書きに記載)
※ 2 名以上申込希望の場合の理由	(※記載例 複数人が同時に使用するため等)		

「職場の健康づくり」をすすめましょう

専門家による指導講習会

- 管理栄養士による食事と健康の講習会
- 体育専門家による健康づくりのための運動方法等の講習会
- 保健師による日常の生活管理の講習会及び健康相談

※指導講習会等へ専門家講師を派遣いたします。

※ **いずれも無償で行っております。積極にご活用ください。**

- ◆「健康づくり指導講習会等申込書を FAX により申し込み願います。
- ◆申込書は「宮城県社会保険協会」HP からダウンロードできます。(ご連絡いただければ FAX でお送りすることもいたします。)
- ◆2 ヶ月以上前に申し込みをお願いします。(講師の都合によりお受けできない場合があります。)



DVD の貸し出し

- 職場での健康管理研修教材等にもご利用いただいております。(現在ある DVD のタイトルは前号に掲載しております。)

申込み・問い合わせ先

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 4F
TEL 022-266-0411 FAX 022-266-0471

ホームページでもご覧いただけます

宮城県社会保険協会

検索

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。

ねんきんダイヤル(ねんきん定期便・ねんきんネット専用番号)



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 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。)

※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、通常の通話料金ががかかります。
- ・「03-6700-1165」「03-6700-1144」の電話番号におかけになる場合は、通常の通話料金ががかかります。



年金相談の受付時間と週末相談(予定)

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

◆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

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。



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。)

右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

※全国社会保険労務士会連合会が受託運営しています



1月・2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31年1月9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31年1月24日(木)	9:30～12:00 13:00～15:30	古川年金事務所 0229-23-1204
	平成31年2月28日(木)		

- ・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)及び本人の印鑑が必要となります。

年金の予約相談を 実施しています。

日本年金機構では、業務の迅速化に努めておりますが、受付状況によっては窓口が混雑する場合がございます。年金のご相談の際には、事前にご予約のうえ、年金事務所へおいでいただくとスムーズに相談できます。

予約相談は全国どここの年金事務所でも実施しています。

なお、予約相談希望日の1か月前から受付しています。

予約の申し込みは「予約受付専用電話」へ

0570-05-4890