

# 社会保険 みやぎ

SHAKAIHOKEN  
MIYAGI No.769

2019  
4/5

## Contents

日本年金機構からのお知らせ	2・3
協会けんぽからのお知らせ	4・5・6
M美さんの社会保険物語	7
社会保険協会からのお知らせ	8
社会保険協会費ご協力のお願い	9
「会員事業所変更届」提出のお願い	9
インフォメーションパーク	10



私たちの街の  
神社やお寺

1

### 鹽竈神社 しおがまじんじや／塩竈市

- 創 建: 奈良時代(?)
- 御祭神: 武甕槌神たけみかづちのかみ  
経津主神ふつぬしのかみ  
鹽土老翁神しおつちおぢのかみ

古くから東北鎮護・陸奥国一之宮として、朝廷を始め庶民の崇敬を集めてきました。毎年7月4日から6日に渡り「藻塩焼神事」が行われ、古代の製塩法を今に伝えています。ひとつの花に35～50もの花卉がつく塩釜桜は国の天然記念物。花の季節には境内をうすい紅色で飾ります。

# 日本年金機構 からののお知らせ

## ご就職おめでとうございます

### 新たにお勤めされた方へ

①社会保険への加入手続きは会社で行ってくれます。

●マイナンバーまたは基礎年金番号が必要です。  
(20歳以上の方は、基礎年金番号を持っておられますので年金手帳をご確認ください。マイナンバーでも手続き出来ますが、年金手帳の紛失により基礎年金番号が不明な場合は年金手帳再交付申請も同時に事業所へお願いしてください。)  
(20歳未満で初めてお勤めする方は、マイナンバーが必要です。加入手続き終了後に年金手帳が交付されます。)



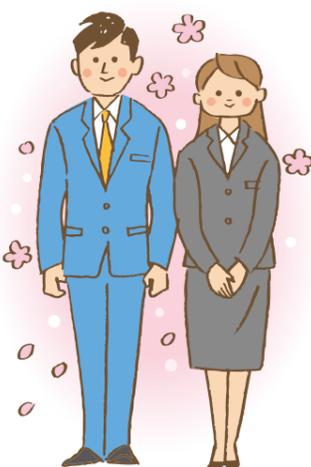
②社会保険料は給与から控除されます。

●給与明細書でご確認ください。  
(保険料は1ヶ月単位となっています。加入した日の属する月から退職した日の翌日の属する月の前月までとなります。年金機構から事業所への請求は翌月となっています。)  
(保険料は、事業所からのお届けいただいた月額により計算されます。著しく相違する場合は事業所の担当者へご確認ください。)

健康でご活躍されることを祈念申し上げます

### 社会保険事務担当者の方へ

社会保険の届け出は速やかにご提出をお願いします。  
従業員を新しく雇入れるとき、退職者がいるとき、被扶養者の異動があるときは届け出が必要です。



#### ①被保険者 資格取得届

従業員を雇入れたときなど、新たに加入すべき方がいるときは、該当した日から5日以内に届け出をしてください。

#### ②被保険者 資格喪失届

従業員が退職したとき、死亡したときなどは、その翌日を資格喪失年月日として5日以内に保険証を添えて届け出をしてください。

#### ③健康保険 被扶養者(異動)届

新しく雇入れた従業員に被扶養者となる方がいるときは、「資格取得届」と同時に行いましょう。  
また、従業員の被扶養者が、就職などにより被扶養者でなくなった時も届け出が必要です。保険証を添付して、速やかに届書を提出してください。  
※平成30年10月1日から、添付書類の取扱いが一部変更となっておりますので、ご注意ください。

#### ◆届書様式はホームページからダウンロードできます!

【日本年金機構ホームページ (<http://www.nenkin.go.jp/>)】より【事業主の方】をご覧くださいと、「シーン別手続案内」から届書様式がダウンロードできます。  
手続きの内容や時期、添付書類や留意事項についてご案内しておりますのでご利用ください。

#### ◆届書は仙台広域事務センターへ郵送でご提出ください!

〈郵送先〉〒980-8461 日本年金機構 仙台広域事務センター  
※封筒に郵便番号と名称のみの記載で郵送していただけます。

## 平成31年度 算定基礎届事務講習会のご案内

「算定基礎届」は、被保険者の実際の給料と標準報酬月額との間に大きな差が生じないように、毎年1回標準報酬月額を見直すための届出で、健康保険・厚生年金保険料だけでなく傷病手当金や将来の年金額にも影響する大切なものです。  
「算定基礎届」の作成方法等について、以下のとおり事務講習会を開催いたしますので、事務担当の方はぜひご出席いただきますようお願いいたします。

年金事務所	日時	会場名
仙台東年金事務所	6月18日(火) 10:00～14:00	仙台サンプラザホール 仙台市宮城野区榴岡 5-11-1
石巻年金事務所	6月18日(火) 14:00～	石巻市河北総合センター 石巻市成田字小塚裏畑 54
	6月20日(木) 14:00～	気仙沼市民会館 気仙沼市笹が陣 4-2
古川年金事務所	6月18日(火) 13:30～	大崎市民会館 大崎市古川北町 5-5-1
	6月19日(水) 13:30～	登米祝祭劇場 登米市迫町佐沼光ヶ丘 30
大河原年金事務所	6月12日(水) 13:30～	えずこホール(仙南芸術文化センター) 柴田郡大川原町字小島 1-1

#### 【留意事項】

- 1 会場での届出用紙の配布はいたしません。
- 2 各会場へはできるだけ公共交通機関をご利用ください。なお、ご来場にかかる経費等について、当方で負担はいたしません。
- 3 該当する地区管轄の事務説明会にご出席できない場合は、他の事務説明会場にお越しいただくこともできます。

#### ◆仙台東年金事務所に来所いただく場合は公共交通機関をご利用ください

駐車場が大変混雑しております。駐車場の数には限りがありますので、公共交通機関のご利用にご協力いただきますようお願いいたします。また、健康保険・厚生年金保険の各種届書は「仙台広域事務センター」への郵送にご協力いただきますようお願いいたします。

## 「ねんきん加入者ダイヤル」をご利用ください

事業所様からの、以下のお問い合わせに対応しておりますので、「ねんきん加入者ダイヤル」をぜひご利用ください。

- ①厚生年金保険の届出手続きに関すること
- ②厚生年金保険の届書の処理状況に関すること

### 「ねんきん加入者ダイヤル」0570-007-123

〈受付時間〉月～金曜日 午前8:30～午後7:00  
第2土曜日 午前9:00～午後5:00

※土(第2土曜日を除く)・日・祝日、12月29日～1月3日はご利用いただけません。

- \* 050 から始まる電話でおかけになる場合は、03-6837-2913 にお電話ください。
- \* お問い合わせの際は、事業所整理記号・番号を確認のうえお電話ください。

#### 開所日の訂正とご案内

前号(平成31年2月・3月号)における平成31年4月の年金相談受付時間について、以下のとおり訂正させていただきます。

4月30日(火) …………… 誤: 開所日 正: 休日

# 協会けんぽ からのお知らせ

—事業主様へお願い— 協会けんぽ加入者（被保険者・被扶養者）の皆さまへお知らせ願います

35歳以上被保険者・40歳以上被扶養者の皆さまへ

## 平成31年度(2019年4月~2020年3月)生活習慣病予防健診・特定健診のご案内

特定健診は、メタボリックシンドロームに着目した生活習慣病予防のための特定保健指導を受けていただくことを目的とした健診です。

協会けんぽでは、従業員およびその家族の方の健康保持増進のため、生活習慣病予防健診および特定健診を実施しております。生活に事業所様あてに、ご家族様向けの特定健診は4月下旬(一部の地域には3月下旬)に対象者を扶養している被保険者様の住所地へ送付いたします。お忙しい中ご迷惑をおかけしますが、該当する従業員の皆さまへお知らせいただきますよう、よろしくお願いいたします。

### 被保険者（ご本人）様 「生活習慣病予防健診」

**【対象者】**  
35歳～74歳の被保険者

S 19.4.2～S 60.4.1 に生まれた方。  
ただし、S 19.4.2～S 20.4.1 生まれの方は、  
誕生日以降は受診できませんのでご注意ください。

**【健診の種類】**

労働安全衛生法の  
定期健康診断項目  
問診・身体計測・血圧測定・  
胸部レントゲン検査、尿検査、  
血液検査・心電図検査

+

・胃部レントゲン検査  
(胃がん検査)  
・便潜血反応検査  
(大腸がん検査)

がん検診が  
含まれています

### 被扶養者（ご家族）様 「特定健診」

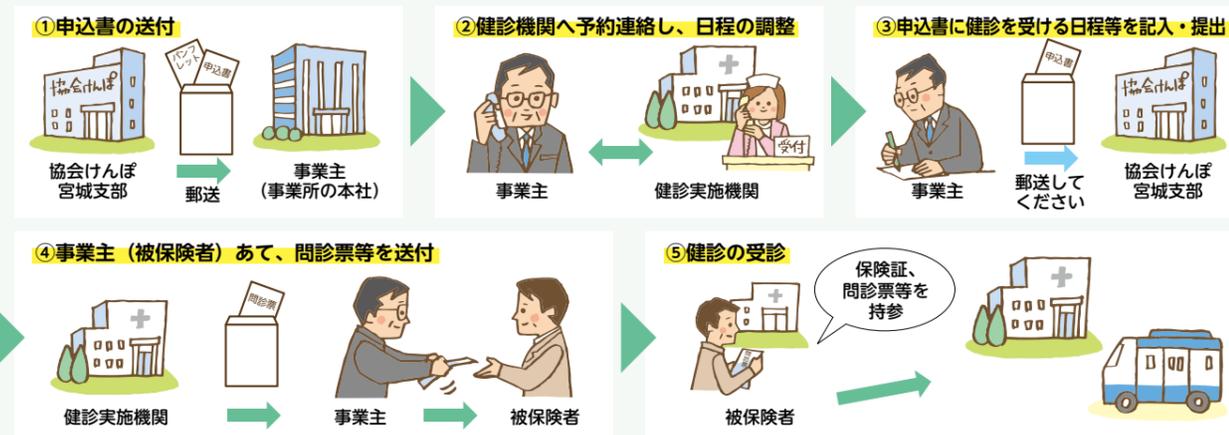
**【対象者】**  
40歳～74歳の被扶養者

S 19.4.1～S 55.3.31 に生まれた方。  
ただし、S 19.4.1～S 20.3.31 生まれの方は、  
誕生日以降は受診できませんのでご注意ください。

**【健診の種類】**

- 基本的な健診  
問診、身体計測、血圧測定、尿検査、血液検査
- 詳細な健診（医師の判断により実施されます）  
貧血検査、眼底検査、心電図検査、血清クレアチニン検査  
※がん検診については、市区町村での実施となります。  
(お住まいの市区町村へ従来どおり申込みが必要となります。)

### 受診の流れ



**注意** ・必ず事前に健診機関へ予約を済ませてから、予約内容を記載した「申込書」を協会けんぽ宮城支部あてに郵送願います。  
・健診予約（受診）日を変更する際は、直接健診機関への連絡をお願いいたします。

**お知らせ** ・健診機関の予約状況により、ご希望の健診機関や希望日に受診できない場合がありますのでご了承ください。  
・生活習慣病予防健診を実施する健診機関につきましては、当協会ホームページでも情報をお知らせいたします。

### 簡単！便利！ インターネットを利用して生活習慣病予防健診の申込みができます！

協会けんぽでは、インターネットを利用して生活習慣病予防健診の申込みができる「情報提供サービス」を提供しています。情報提供サービスでは、「生活習慣病予防健診対象者データのダウンロード」や「協会けんぽへの生活習慣病予防健診の申込み」が簡単にできます。詳しくは協会けんぽのホームページをご覧ください。  
※情報提供サービスを利用するためには、事前に「ユーザー ID」および「パスワード」を取得していただく必要がございます。お持ちでない事業主様は協会けんぽのホームページよりご申請をお願いいたします。

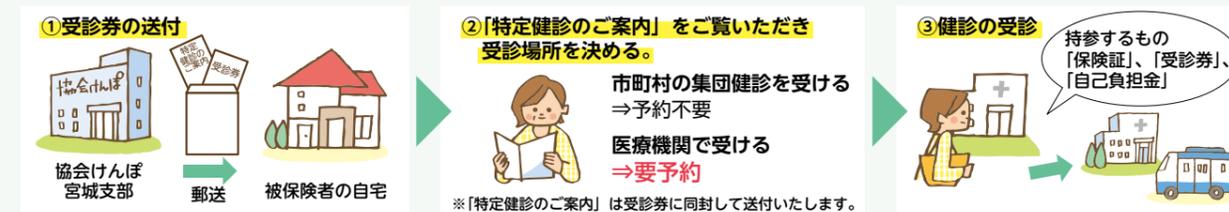
### 平成31年度 健診バスによる生活習慣病予防健診・特定健診を実施します

協会けんぽ宮城支部では、契約健診機関の少ない地区等の公共施設などで健診バス（健診車）による集合健診を実施しております。平成31年度集合バス健診の詳しい日程につきましては、平成31年3月下旬に送付の生活習慣病予防健診申込書の中に「集合バス健診のご案内」を同封しております。

**【開催予定地区】** 気仙沼地区、南三陸地区、石巻地区、東松島地区、栗原地区、登米地区、大崎地区、黒川地区、柴田地区、角田地区、亶理地区、伊具地区、白石地区、刈田地区



### 受診の流れ



### お知らせ

- ・被扶養者の方が特定健診を受けるときは、「特定健康診査受診券（セット券）」が必要です。受診券は平成31年4月下旬（一部の地域は3月下旬）に被保険者様の住所地へ送付いたします。なお、被保険者様のご自宅が宮城県外にある場合は、県外の住所を管轄する協会けんぽ支部より受診券を送付いたします。
- ・平成31年1月以降に加入手続きされた方について  
平成31年中に加入の手続きをされた方につきましては、右記のとおり協会けんぽから随時受診券を発行する予定です。
- ・受診券申請の手続きが必要な方について  
①受診日が迫っており、受診券がすぐに必要な方  
②受診券を失くされて再交付を希望する方  
上記①、②に該当される方は、協会けんぽにお電話いただくか、「特定健康診査受診券（セット券）申請書」を協会けんぽに提出いただくことで受診券を送付いたします。

健康保険の加入手続き時期	受診券（セット券）送付予定期間
平成31年1月～3月	2019年5月上旬頃
平成31年4月	2019年5月下旬頃
2019年5月以降	手続き後、3週間後頃

### 事業主様へ 特定健康診査受診券（セット券）の配付にご協力をお願いいたします

以下の場合には事業所様へ受診券が送付される場合がございますので、事業所様から被保険者様への配付のご協力をお願いいたします。

- ・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、住所情報の未登録等）がある場合
- ・転居等の理由で協会けんぽが保有している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
- ・被保険者様と被扶養者様の住所が違う場合 など



### 生活習慣病予防健診・特定健診のお問い合わせ先

全国健康保険協会 宮城支部  
保健グループ

〒980-8561 仙台市青葉区国分町3-6-1 仙台パークビル8F  
TEL：022-714-6854（直通） TEL：022-714-6850（代表）

協会けんぽ宮城

# 協会けんぽからのお知らせ

お知らせ

平成31年3月分(4月納付分)\*からの協会けんぽ宮城支部の健康保険料率、介護保険料率(全国一律)は引き上げさせていただきます。  
\*任意継続保険料率については4月分(4月納付分)からとなります

現行 10.05%	健康保険料率 +0.05%引き上げ	平成31年3月分~ 10.10%
現行 1.57%	介護保険料率* +0.16%引き上げ	平成31年3月分~ 1.73%

\*40歳から64歳までの方(介護保険第2号被保険者)には、健康保険料率に全国一律の介護保険料率が加わります。65歳以上の方は居住する自治体ごとに算定されます。

皆さまのご理解をお願い申し上げます。

## 健康保険委員の委嘱事業所に対する特典がスタート!

平成31年4月1日より、健康保険委員(※)が委嘱されている事業所に勤務する方は、以下の対象機関で健診を受診する際にオプション検査の割引が受けられます。(金額等の詳細は各機関へお問い合わせください)

(※)協会けんぽ宮城支部では、加入事業所様で健康保険事務に携わっている方を「健康保険委員」として委嘱し、健康保険事業の推進にご協力をいただいております。健康保険委員の委嘱に関しては、協会けんぽ宮城支部(022-714-6851)までお問い合わせください。

対象機関	割引対象の検査	連絡先	対象機関	割引対象の検査	連絡先
宮城県 予防医学協会	・CTによる内臓脂肪測定 ・骨粗しょう症検査	(施設健診) 022-262-2621	JCHO 仙台南病院	・腫瘍マーカー (前立腺がん、子宮がん)	022-306-1721
宮城県結核予防会 複十字健診センター	・CTによる内臓脂肪測定	022-719-5161	社の都産業保健会 (一番町健診クリニック)	・腫瘍マーカー6種類 ・脳検診スタンダード	022-217-6678
宮城県結核予防会 健康相談所興生館	・CTによる内臓脂肪測定	022-221-4461	みやぎ健診プラザ	・男性腫瘍マーカー5種セット(PSA等) ・女性腫瘍マーカー5種セット(CA125等) ・男性腫瘍マーカー(PSA)(前立腺がん) ・女性腫瘍マーカーセット (CA125,CA19-9)(子宮頸がん) ・頭頸部MRI・MRA ・胸部CT検査	022-231-3655

## 歯の役割

食事をする中で摂り込んだ炭水化物・脂質・タンパク質・無機質・ビタミンなどの栄養素は、体の中で消費・分解され、必要なものに変えられたり、体の調子を整えたりします。さらに、呼吸で得られた酸素によって炭水化物などを燃焼させ、発生するエネルギーで呼吸を行い、体温を保ち、体を動かしています。特に、エネルギーを蓄えられない脳にとって、炭水化物は必要不可欠なエネルギー源となります。私たちは、一般的に生きている限り摂食し、栄養素を摂り続けなければなりません。

そのためにも歯は必要不可欠であり、その他に、発音や見た目の印象に影響を及ぼす、咀嚼することで脳に刺激を与える、消化を助ける、食いしばることで最大限の力を出すなど、歯の働きは様々で、健康的な生活を送るうえで、欠かすことが出来ない体の重要な一器官です。

日本歯科医師会は、「歯を残すことが、全身の健康の維持・向上に寄与する」という理念のもと、平成元年から展開した8020運動は、達成者数が当初の1割未満から平成28年度には5割を超え、最も成功した国民運動と評価されています。また、「男女を問わず20本以上歯のある集団は、19本以下の集団と比較すると、全ての年齢層で医療費の抑制が認められる」との統計調査結果からも、健康寿命の延伸に大きく貢献している施策として、国内外に認められています。

歯を失う主な原因は歯周病とむし歯ですが、歯の大事さを知り、毎日のケアと定期的な歯科受診によって、永くお付き合いすることができます。

一般社団法人宮城県歯科医師会  
地域保健部 部員 佐々木隆二

**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  
協会けんぽ 仙台パークビル8F

☎ 022-714-6850  
FAX 022-714-6857

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

# M美さんの 社会保険物語

立替払いについて 第104話

1 新入社員のア西さんから 歯医者に行きたいので 保険証が欲しいと 言われたんですけど。

2 はい、先週すでに資格取得届を 提出してあります。 明日使いたいのですが…。

3 そうね、保険証がなくても 病院にかかれるけど、 10割負担を支払っていただくわね。 ただ安心して、 保険証が届いてから協会けんぽに 療養費立替払を申請すれば、 保険診療分は戻ってくるわ。

4 申請すればあとで 払い戻しを受けられるんですね。 さっそくA西さんに 教えてきます。

5 出張や旅行先などで 保険証がなかったとしても あとで立替払を申請すれば 保険診療分は戻ってくるから 安心してね。

6 それならばうっかりものの T橋さんでも安心してね。

4 ほかの社員さんにも 教えなきゃね。

協会けんぽからのお知らせ

**<療養費立替払について>**

健康保険では、資格取得届等の手続き中で被保険者資格を証明できず、自費で診療を受けたときなど、やむを得ない事情で保険証を提示できず、医療費の全額(10割負担)を支払った場合には、あとで「療養費支給申請書(立替払等)」により請求を行い、払い戻しを受けることができます。

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 022-714-6850  
ホームページは  
「協会けんぽ」で検索してください。

# 社会保険協会からのお知らせ

## 第29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社会保険ファミリースキースクールが平成31年2月24日(日) スプリングバレー泉高原スキー場にて約90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健康増進・福利厚生事業」の一環として開催され、今年で第29回の開催となりました。

レベルに応じた丁寧なレッスンが好評です。  
今年も天候に恵まれ、受講生は寒さにも負けず先生の指導で熱心にスキーの技術を磨いていました。  
来年も開催予定ですので、ぜひスクールを活用しスキー技術の向上を図ってください。



## 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)」へ直接お申し込みください。  
☎022-298-7762 お申し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。  
※振込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  
盛岡手づくり村と繋温泉

**と き** 2019年6月16日(日)  
**集合場所** 仙台駅東口  
**集合時間** 午前7時30分  
**参加料** 大人…3,500円、小学生以下…2,500円  
**募集人員** 45名(1グループ4名まで)  
**携行品** 雨具、入浴用タオル等

石巻地区  
サクラボ狩りと穴原温泉

**と き** 2019年6月30日(日)  
**集合場所** 石巻駅前  
**集合時間** 午前8時00分  
**参加料** 大人…3,500円、小学生以下…2,500円  
**募集人員** 45名(1グループ4名まで)  
**携行品** 雨具、入浴用タオル等

気仙沼地区  
仙台うみの杜水族館と松島・たいかん亭

**と き** 2019年6月23日(日)  
**集合場所** 気仙沼エースポート前  
**集合時間** 午前7時30分  
**参加料** 大人…3,500円、小学生以下…2,500円  
**募集人員** 45名(1グループ4名まで)  
**携行品** 雨具

古川地区  
絵づけ体験と母畑温泉

**と き** 2019年6月2日(日)  
**集合場所** くりこま高原駅、古川駅  
**集合時間** くりこま高原駅 午前7時10分  
古川駅 午前8時00分  
**参加料** 大人…3,500円、小学生以下…2,500円  
**募集人員** 45名(1グループ4名まで)  
**携行品** 雨具、入浴用タオル等

大河原地区  
クラゲの加茂水族館と由良温泉

**と き** 2019年7月7日(日)  
**集合場所** 大河原駅前  
**集合時間** 午前7時30分  
**参加料** 大人…3,500円、小学生以下…2,500円  
**募集人員** 45名(1グループ4名まで)  
**携行品** 雨具、入浴用タオル等

## 社会保険協会費ご協力のお願い

宮城県社会保険協会長

謹啓 ますますご清祥のこととお慶び申し上げます。  
さて、平成31年度の協会費を納入いただく時期となりました。

4月下旬に納入のお願いであります「社会保険協会費ご協力のお願い」を送付いたしますので、今年度も納入につきまして引き続きご協力賜りますよう、何卒よろしくお願い申し上げます。

当協会では、会員の皆様のご協力のもと、健康保険・年金制度の普及・広報事業や健康と福利増進のための事業に取り組んでまいります。

謹白



## 「会員事業所変更届」提出のお願い

事業所名称や住所、または事業所記号などが変更となった場合は、年金事務所に手続きをしていただくとともに、**お手数ですが当協会あてにもご連絡をお願いいたします。**

(※年金機構へのお届けについては、年金機構における情報保護のため当協会に自動的に提供されることになっておりません。)

住所・名称等に変更があった場合に提出をお願いしております「会員事業所変更届」用紙につきましては、4月下旬に送付させていただきます「社会保険協会費ご協力のお願い」に同封しておりますが、お手元がない場合、下記の様式にご記入のうえFAXによる提出もお受けいたしますので、変更があった場合にはご連絡をお願いいたします。

### 会員事業所変更届

変更前(下欄全項目記入願います。)			変更後(変更事項のみ記入願います。)		
事業所記号	番号	被保険者数	事業所記号	番号	被保険者数
		人			人
フリガナ					
事業所名					
所在地	〒 -		〒 -		
電話番号	-	-	-	-	-

社会保険協会費が未納の場合、広報誌の送付、テキストの配布、研修会への参加、福利厚生事業等の協会事業を受けられない場合があります。

(10) 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、通常の通話料金がかります。
- ・「03-6700-1165」「03-6700-1144」の電話番号からおかけになる場合は、通常の通話料金がかります。

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



年金相談の受付時間と週末相談(予定)

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

◆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。



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)	5月8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)	5月23日(木)	9:30～12:00 13:00～15:30	古川年金事務所 0229-23-1204
	6月27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

