

ふくしま

がんばろう!
ふくしま

みんなの手と手をつないで
ふくしまの美しい自然と
元気をとりもどそう
ふくしまは、負けない!

【(一財) 福島県社会保険協会ホームページ】

<http://www.f-shimakyoukai.or.jp/>

福島県社会保険協会

検索

職場内で回覧しましょう



福島県の絶景

桜とマリントワー(いわき市三崎公園)

三崎公園は桜の名所で、敷地も広く、満開の時期は多くの方がシートを広げて花見を楽しんでいます。マリントワーの上から見える桜の景色も絶景です。風に舞う花びらも一望できます。このタワーは塔屋約60mの展望台ですが、岬に立地しているので海拔106mの高さにある展望室からいわき一円が一望でき、屋上の「スカイデッキ」からは潮風を受けながら、360度の大パノラマを楽しめる非常にエキサイティングな体験ができます。春の一コマ、青い空と桜のコントラストをお楽しみください。

お問い合わせ/一般財団法人 いわき市公園緑地観光公社
TEL.0246-53-2448



CONTENTS

- ◆「わたしと年金」エッセイ
平成 27 年度受賞作品のご紹介…………… 2
- ◆社会保険の資格取得について…………… 3
- ◆短時間労働者の適用拡大について…………… 3
- ◆平成 28 年度の福島支部の健康保険料率について…………… 4
- ◆平成 28 年度健診案内について…………… 4
- ◆「算定基礎届事務講習会」開催について…………… 5
- ◆委員随想(菊地 陽子)…………… 6
- ◆退職される方や被扶養者でなくなった方の健康保険証の回収について…………… 6
- ◆年金事務所 Q&A
(窓口での本人確認について)…………… 7
- ◆協会けんぽ Q&A
(傷病手当金・出産手当金の計算方法について) 7
- ◆季節の健康情報 第 29 回…………… 8
- ◆ふくしま魅力再発見! No.15…………… 8
- ◆ねんきん出張相談(4・5月の日程)…………… 8



「わたしと年金」エッセイ 平成27年度受賞作品のご紹介



日本年金機構では、公的年金制度に関するエッセイ「わたしと年金」を本年度も募集しました。その結果、総数1,424件とたくさんのご応募があり、審査の結果、厚生労働大臣賞1名、日本年金機構理事長賞1名、優秀賞4名、入選6名が決定されております。その中から、厚生労働大臣賞を受賞された栃木県的女子高校生のエッセイをご紹介します。なお、日本年金機構ホームページにはすべての受賞作品が掲載されております。

厚生労働大臣賞

栃木県 豊田ひより 様 (高校生・女性)

私の父は、36歳の時、尿に血が混じっていることが分かり病気が発見され、通院や薬の投与をして生活していた。しかし、50歳のときに、内シャント作成手術を行い、人工透析を開始した。まだ私が小学生のころだったのであまり記憶の中にはなく、当時のことはよく覚えていない。その透析の回数は年々増えていって、今では週に3回人工透析をするために通院し、夜遅くに帰ってくる。そのことについてはあまり多くのことは話さない。恐らく私たち子供たちにはあまり心配させたくないとの配慮から、大ごとのようには見せなかったのだと思う。しかし、たいへんなことで、つらいということは十分に伝わってくる。それを思うと、父の周りの人への思いやりには頭が下がる思いがする。父は、年金について興味も関心もなく、ただ「年金は定年退職をした高齢の方だけに支給されるもの」としか思っていなかった私に、自分が障害年金を受給していることについて教えてくれた。高齢者だけではなく、若者でも、保険料さえきちんと納めていれば、障害をもった時に年金がもらえることを知って、とても驚いた。

父は、人工透析をするようになってから関係する機関を三度訪れたそうだ。一度目にその場所で人工透析までの経緯を話し、身体障害者一級に認定された。二度目に訪れた時には医師の診断書を提出した。そして、三度目には書類を作成し、年金の支給について申請をし、それから半年後に年金支給決定通知が届き、年金がもらえるようになったそうだ。今回、私がこのことを年金エッセイとして書きたい、と父に言ったところ、了解してくれた。病気になるまで父は、毎日あたりまえのように会社に通勤していたが、

通院のために早退したり欠勤をしたりすると、普通の人より給料が少なくなってしまうという問題が発生してしまう。しかし、年金を受給することができるおかげで、あたりまえの普通の生活を成り立たせることができている。この「あたりまえ」の生活ができることのうれしさは、どんなものにも変えられないと、年金が支給されるありがたさについて話してくれた。そして、この「あたりまえ」の生活を送るためには、普段から年金の保険料を納めておくことが大切なのだ、ということも父はしみじみと言っていた。私はこの年金の制度がなかったら、自分たちの生活に直接影響が出てしまい、年金の制度は大切なのだということを強く感じるようになった。若いうちや普段元気な時には、こういう気持ちをあまり持つことは少ないと思う。ただ何となく加入して、意識しないで保険料を納めているだけかもしれない。また、私は年金にも種類があることを今は知り、これまでよりも年金についての興味や関心を深めるようになってきた。高齢社会が到来し、今後の世の中の変わり方によっては、私が受給者になるころには、制度が変わるかもしれない。どのようになるかはわからないが、少なくとも、今回年金のことについて考えるとともに、これからの社会についても色々と考えていけるようにしていきたいと思っている。

今朝も、父は笑顔で「仕事に行ってくるよ」と忙しそうに会社にでかけていった。私も「行ってきます」と普段とおなじように学校に行った。これからも父にはこれまでどおりに仕事を続けていって欲しいし、私も自分の目標に向かって頑張って勉強や部活動に励んでいきたい。

社会保険の資格取得について

入社するなど事実上の使用関係が始まったとき、常用的に使用関係が認められるようになったときは、その日から5日以内に「被保険者資格取得届」を提出してください。

◆ 被保険者になる人

常用的に使用関係が認められるようになったときは、被保険者となります。

試用期間や見習い期間であっても、常用的使用関係にあれば「被保険者」になります。

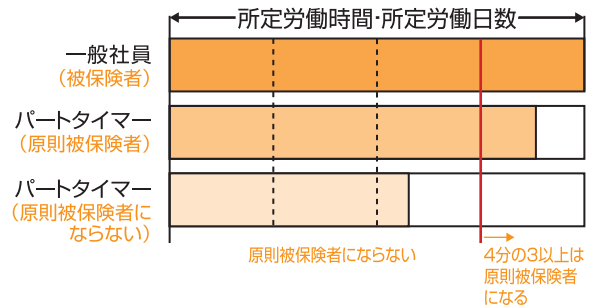
◆ 有期雇用の契約が1日もしくは数日の間を開けて再雇用が行われる場合は？

あらかじめ事業主と被保険者との間で次の雇用契約の予定が明らかな場合など、事実上使用関係が存続している場合は、被保険者資格は喪失しません。

◆ パートタイマー、アルバイトを雇用した場合は？

パートタイマー、アルバイトの方についても、使用が継続的で、一般社員と比べて1日または1週間の労働時間と1月の労働日数がそれぞれおおむね4分の3以上ある場合は、被保険者となります。

※一般社員と比べて労働時間と労働日数が4分の3以上ない場合であっても、就労形態や勤務内容から、常用的使用関係にあると認められれば被保険者となります。



短時間労働者の適用拡大について

平成28年10月1日からは短時間労働者の適用拡大が始まります。

新たに厚生年金保険等の加入の対象となるのは、「特定適用事業所」に勤務する「短時間労働者」(パートタイマー、アルバイト等)の方です。

◆ 「特定適用事業所」とは

同一事業主(法人番号が同じ、同一の省、地方公共団体)の適用事業所の厚生年金保険被保険者の合計が常時(1年のうち6カ月以上)500人を超えることが見込まれる事業所です。

◆ 「短時間労働者」とは

勤務時間・勤務日数が、常時雇用者の4分の3未満で①～④すべてに該当する方です。

① 週の所定労働時間が20時間以上であること

週の「所定労働時間」とは、就業規則、雇用契約書等により、その者が**通常の週に勤務すべき時間**をいいます。(雇用保険の取り扱いと同様です。)

【「所定労働時間」が週単位以外の場合】

- ・ 1カ月単位で定められている場合
 - ▶ 1カ月の所定労働時間を12分の52で除して算定します。(特定の月の所定労働時間に例外的な長短がある場合は特定の月を除いて算定します。)
- ・ 1年単位で定められている場合
 - ▶ 1年間の所定労働時間を52で除して算定します。
- ・ 1週間の所定労働時間が**短期的かつ周期的に変動**する場合
 - ▶ 平均により算定します。

② 賃金の月額が8.8万円(年収106万円)以上であること

週給、日給、時間給を**月額に換算**したものに、**各諸手当等を含めた額**が、8.8万円(年収106万円)以上である場合となります。ただし、次に掲げるものは除きます。

【除外対象】

- ・ 臨時に支払われる賃金および1月を超える期間ごとに支払われる賃金(例:結婚手当、賞与等)
- ・ 時間外労働、休日労働および深夜労働に対して支払われる賃金(例:割増賃金等)
- ・ 最低賃金法で算入しないことを定める賃金(例:精進手当、通勤手当、家族手当)

③ 勤務期間が1年以上見込まれること

勤務期間が1年以上見込まれる場合とは、次のとおりです。

- ・ 期間の定めがなく雇用される場合
- ・ 雇用期間が1年以上である場合
- ・ 雇用期間が1年未満である次の場合
 - ▶ 雇用契約書に契約が更新される旨が明示されている場合
 - ▶ 雇用契約書に契約が更新される旨が明示されていないが、同様の雇用契約で1年以上更新された実績がある場合

④ 学生でないこと

生徒または学生は**適用対象外**となります。

(雇用保険の取り扱いと同様です。)

〔大学、高等学校、専修大学、各種学校(修業年限が1年以上の課程に限る)等に在学する生徒または学生〕

- ・ ただし、次に掲げる方は、被保険者となります。
 - ▶ 卒業見込み証明書を有する方で、卒業前に就職し、卒業後も引き続き同じ事業所に勤務する予定の方
 - ▶ 休学中の方
 - ▶ 大学の夜間学部および高等学校の**定時制(夜間等)課程**の方

平成28年度の福島支部の健康保険料率は、引き下げになります

福島支部の健康保険料率

福島支部の健康保険料率は、平成28年3月分(4月納付分)保険料から9.90%となります。

現行 **9.92%**

0.02%引き下げ

平成28年3月分
から
(4月納付分)

9.90%

介護保険料率は変わりません

介護保険料率は、平成28年度も引き続き平成27年度の保険料率に据え置きます。(全国一律)

現行 **1.58%**

据え置き

平成28年3月分
から
(4月納付分)

1.58%

※40歳から64歳までの方(介護保険第2号被保険者)は、健康保険料率に介護保険料率が加わります。
健康保険料率 9.90% + 介護保険料率 1.58% = 11.48% になります。

- 保険料額につきましては、2月の納入告知書に同封した料額表でご確認願います。
- 変更後の健康保険料率は、3月分(4月納付分)から適用されます。また、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。
- 任意継続被保険者の方は、4月分の保険料から変更となります。

協会けんぽ福島支部 企画グループ TEL.024-523-3916

平成28年度健診案内をお送りします! 年に1度は健診を受けましょう

協会けんぽでは、加入者の皆さまの健康の保持・増進のため、加入者ご本人(被保険者)様を対象にした生活習慣病予防健診と、加入者ご家族(被扶養者)様を対象にした特定健康診査を行っています。

被保険者様の健診(生活習慣病予防健診)

- 対象者: 35歳以上75歳未満の本人
- ご負担額: 7,038円(一般健診のみの場合)

※受診対象年齢を限定した乳がん検診、子宮がん検診、付加検診(眼底検査等)などを追加受診する場合は、別途費用をご負担いただきます。

メタボリックシンドロームをはじめ、がんや糖尿病など、主に生活習慣によって引き起こされるさまざまな疾病の予防のための検査を行います。

また、検査項目は、特定健康診査や企業の定期健康診断の検査項目を含んだ総合的な健診内容となっています。

申込方法は…

ステップ① 健診機関へ予約

▶ ステップ② 申込書に記載して協会けんぽへ送付

被扶養者様の健診(特定健康診査)

- 対象者: 40歳以上75歳未満のご家族
- ご負担額: 0円(無料) ~ 2,910円

※健診会場や健診機関により異なります。

福島県内500を超える健診機関と契約しております。詳しくは、受診券に同封されているチラシ、又は協会けんぽホームページでご確認ください。



「特定健康診査受診券」を4月上旬に被保険者様のご自宅へ送付いたします。

40歳から家族も健診!と従業員の皆様へお伝えください。

また、ご住所の変更等によりご自宅へ送付できなかった受診券は、事業所様へお届けいたしますので、被保険者様を通じて配付くださいますよう、ご協力をお願いいたします。

受診までの
手順

ステップ①
健診機関で事前に日時を予約

▶ ステップ②
当日、「特定健康診査受診券」と「健康保険証」を持参し受診

協会けんぽ福島支部 保健グループ TEL.024-523-3919

平成
28年度

社会保険協会と日本年金機構(年金事務所)の主催で 算定基礎届事務講習会を開催します

「算定基礎届(定時決定)」は、毎年4～6月の3ヶ月間に支払った被保険者全員の報酬額を報告する届書です。

この「算定基礎届」にもとづいて、9月から1年間使用する「標準報酬月額」を決定しますので、社会保険事務の基本であると同時に最も重要な届書の一つです。

決定された「標準報酬月額」は、納入する保険料の基礎となるばかりでなく、病気やケガで休んだ時の傷病手当金等の支給額計算の基になりますし、将来受給する年金額を計算するときも基になる大切なものです。

講習会では「算定基礎届」の作成方法について、当日配布するテキストを使用して事例ごとに解説いたします。

また、正しい保険料の源泉控除方法等について説明いたします。

ご出席を希望される方は、下記の「出席申込書」に必要事項を記載のうえFAXでお申込み願います。

開催地(会場)		開催日	時間	定員	会場名	
東北 福島	福島市	6月21日(火)	13:30～15:30	379名	福島県文化センター 小ホール 福島市春日町5-54	
	二本松市	6月14日(火)	13:30～15:30	110名	福島県男女共生センター 第2研修室 二本松市郭内1-196-1	
	伊達市	6月15日(水)	13:30～15:30	200名	伊達市保原市民センター 伊達市保原町宮下111-4	
郡 山	郡山市	6月22日(水)	13:30～15:30	500名	ビッグパレットふくしま コンベンションホール 郡山市南2丁目52	
	須賀川市	6月17日(金)	13:30～15:30	180名	須賀川市産業会館 2階研修室 須賀川市花岡34-2	
	田村市	6月24日(金)	13:30～15:30	150名	田村市船引公民館 2階ホール 田村市船引町船引南元町28	
平	いわき市(A)	6月20日(月)	10:00～12:00	180名	平(31)	いわき市総合保健福祉センター 多目的ホール いわき市内郷高坂町四方木田191
	いわき市(B)		13:30～15:30	180名	磐(33)	
	いわき市(C)	6月23日(木)	10:00～12:00	180名	常(34)・内(36)・勿(37)	
	いわき市(D)		13:30～15:30	180名	双(39)・市(41)	
会 津 若 松	会津若松市	6月9日(木)	13:30～15:30	250名	アピオスペース 展示ホール 会津若松市インター西90	
	喜多方市	6月6日(月)	13:30～15:30	150名	喜多方プラザ 小ホール 喜多方市字押切2-1	
	南会津町	6月2日(木)	13:30～15:30	80名	御蔵入交流館 多目的ホール 南会津町田島宮本東22	
相 馬	相馬市	6月10日(金)	13:30～15:30	100名	相馬市総合福祉センター(はまなす館) 第2・3会議室 相馬市小泉字高池357	
	南相馬市	6月16日(木)	13:30～15:30	250名	原町生涯学習センター(サンライフ南相馬) 集会室 南相馬市 原町区 小川町 322-1	
白 河	白河市	6月13日(月)	13:30～15:30	100名	白河市産業プラザ・人材育成センター 講堂 白河市 中田140	
	棚倉町	6月7日(火)	13:30～15:30	100名	棚倉町文化センター「倉美館」 リハーサル室 棚倉町関口一本松58	

● 講習会の内容

- ・ 算定基礎届(定時決定)と月額変更届(随時改定)について事例をもとに作成方法と届出方法について説明します。
- ・ 保険料の源泉控除方法について説明します。
- ・ ご照会が多い内容、間違いやすい点、注意すること等について取りまとめで説明します。

● 申込方法・お問合せ先

- ・ **下記の「出席申込書」に必要事項を記入し、福島県社会保険協会(FAX.024-525-9312)へお申込みください。**
- ・ 平地区は「会場名」欄に「郡市区記号」が記載されています。出席者が片寄らないよう出席対象事業所を割り振りさせていただきますので、できる限りご協力をお願いいたします。都合の悪いときは他の会場・時間帯で結構です。
- ・ **各会場ごとに「定員」がありますので、先着順に受付し定員になり次第締切ります。(申込締切日は会場ごとに開催日の3日前)**
- ・ **定員に達した後の申込者へは電話等でご連絡いたします。(定員内でご出席いただける方へはご連絡いたしません)**
- ・ ご不明点やご照会は、福島県社会保険協会(TEL.024-525-9311)または最寄りの年金事務所へご連絡願います。

- **主催者:** 一般財団法人福島県社会保険協会、日本年金機構(県内年金事務所)
- **共催者:** 福島県社会保険委員会連合会

「算定基礎届事務講習会」出席申込書 FAX.024-525-9312

希望会場	(出席を希望する会場を○で囲んでください) 福島・二本松市・伊達市・郡山市・須賀川市・田村市・いわき市(A) いわき市(B)・いわき市(C)・いわき市(D)・会津若松市・喜多方市・南会津町・相馬市・南相馬市・白河市・棚倉町					
事業所名						
所在地	〒 - 福島県					
電話番号	-		FAX番号	-		
参加者氏名	①	②	事業所整理記号			

「仕事と バレーボール」



高橋電機株式会社
菊地 陽子

私は、平成9年1月に今の会社に中途入社いたしました。当時はグループ長と私だけで、従業員数も今の半分ほどでしたが、私の前にいた方はもう退職されていて引継ぎは無く、一日があつという間に過ぎていきました。

そんな時、知り合いの女性から「今度バレーボールの試合があるので、都合がよければ練習相手になってくれませんか」と誘われたことがきっかけで、安達町の「渋川たちばな」チームで20年ぶりにバレーボールを始めることとなりました。

初めはすぐに息が上がってしまい、休みながら少しずつ体を鍛えていきました。その頃はまだ合併前で安達町の大会だけでしたが、合併後は二本松市の大会にも参加するようになり、チームの力もグングン上がって、今では常に優勝候補とまで言われるようになりました。

先輩方は50歳を過ぎると皆さん引退してしまって、息子たちにも「バレーボールいつまでやるの?」と言われ、腰・両膝・肩・肘などだいぶくたびれてきていますが、選手兼監督として、私はまだまだ辞める気持ちはありません。

バレーボールが好きなのか、仲間が好きなのかかわかりませんが、週に1回から4回の練習や試合が、私にはとても楽しい時間です。

今年度から、55歳以上のシニア枠が新たにできたので、私も55歳になったらシニアでもがんばれるよう、仕事もバレーボールも、後輩を育成し、自分の能力低下防止と体力低下防止にますます励みたいと思っております。



筆者は後列右から2人目

退職される方や被扶養者でなくなった方の 健康保険証の回収をお願いします!

退職等によって健康保険の資格が喪失となっても健康保険証が回収されず、無資格の健康保険証が医療機関で使用されるケースが発生しています。

現在持っている健康保険証を使用できるのは、退職日までです。被扶養者であるご家族の健康保険証を使用できるのも、被保険者の退職日までです。

医療機関の窓口では健康保険証が有効か無効かを確認することができないため、本来負担する必要のない医療費が協会けんぽに請求され、医療費の立て替え金が発生してしまいます。

健康保険証を正しく利用することが健康保険財政の改善や医療機関の負担軽減につながり、今後の保険料率の上昇を抑制することとなります。

健康保険事務ご担当の皆さまへ

退職や健康保険が切り替わった後に誤って健康保険証を使用して医療機関等にかかった場合は、自己負担額を除いた医療費(総医療費の7割～9割)を返還していただくこととなります。このようなことを避けるためにも、退職等により日本年金機構へ資格喪失届を提出される際には、退職されるご本人様、扶養されているご家族様の健康保険証を確実に回収いただきますよう、お願い申し上げます。

協会けんぽ福島支部 業務グループ TEL 024-523-3915

窓口での本人確認について

Q 窓口で相談をするときに、本人確認が必要と聞きましたが、どのような方法で確認するのですか？

A 年金相談の多くはお客様の個人記録など、プライバシーに関する情報を取り扱うことから適切な本人確認が必要となります。

年金事務所では下記の証明書等で本人確認を行っております。

《一般的な証明書の例》

1つの提示で足りるもの

- 個人番号カード
- 運転免許証(運転経歴証明書)
- 住民基本台帳カード(写真付きのもの)
- 旅券(パスポート)
- 身体障害者手帳
- 特別永住者証明書
- 国または地方公共団体の機関が発行した資格証明書(写真付きのもの)



2つ以上の提示が必要なもの

(異なる●印の組み合わせが必要です。)

- 被保険者証、組合員証(国民健康保険、健康保険、船員保険、後期高齢者医療、介護保険、共済組合)
- 住民基本台帳カード(写真付きでないもの)
- 公的年金(企業年金、基金を除く)の年金証書または恩給証書
- 年金手帳
- 日本年金機構が交付した通知書
- 金融機関またはゆうちょ銀行の預(貯)金通帳、キャッシュカード、クレジットカード

なお、本人以外(代理人)の方がご相談の場合は、委任状及び代理人の方の身分証明書が必要です。

傷病手当金・出産手当金の 計算方法について

Q 傷病手当金・出産手当金について、平成28年4月から制度が見直されると聞きましたが、どういった変更があるのでしょうか。

A 平成28年4月1日分から傷病手当金・出産手当金の計算方法が改正され、支給開始される前1年間の給与を基に計算された金額で支給されます。

なお、これまでに傷病手当金・出産手当金を受給していた方も、平成28年4月1日分から新しい計算方法で支給額を計算します。

平成28年3月31日分までの支給金額

1日あたりの金額 [休んだ日の標準報酬月額] ÷ 30日 × 2/3

平成28年4月1日分からの支給金額

1日あたりの金額 [支給開始日*以前の継続した12か月間の各月の標準報酬月額を平均した額] ÷ 30日 × 2/3

*支給開始日とは、一番最初に給付が支給された日のことです。

支給開始以前の期間が12か月に満たない場合

- 支給開始日の属する月以前の継続した各月の標準報酬月額の平均額
- 28万円(当該年度の前年度9月30日における全被保険者の同月の標準報酬月額を平均した額)

を比べて少ないほうの額を使用して計算します。

詳しくは、協会けんぽのホームページをご覧ください。協会けんぽ福島支部へお問い合わせください。

食事から始める 肌荒れ・ニキビ 対策!

不規則な生活やストレスなどで肌トラブルに悩んだことはありませんか。春先は気候の変化などから体調が不安定になりがちです。食事を中心に生活習慣や環境を見直しながら、すこやかな肌をめざしましょう。



肌荒れ・ニキビを招く主な原因

- 食生活の乱れ
- 便秘
- 睡眠不足
- 喫煙
- ストレス

対策【食事編】

● バランスの良い食事を心がける

栄養素は単独で作用するよりも、さまざまな栄養素が組み合わさることで効果が現れます。体を作るタンパク質を基本として、ビタミンや食物繊維が豊富な野菜など、さまざまな食品を取り入れましょう。

● 腸内環境を整える

腸内に善玉菌が増えたとお通じが良くなり、栄養の吸収率が高まります。有害物質が減って、肌もきれいになります。腸内環境を整えるには、海藻類、きのこ類に含まれる食物繊維や、乳酸菌を含むヨーグルトや発酵食品が有効です。

● ストレスに強くなる

たんぱく質は脳を活性化させて精神を安定させ、糖質は脳活動のエネルギー源となります。またビタミンCはストレス時に大量消費されるため、補給が必要です。

対策【生活編】

● しっかりと睡眠をとる

成長ホルモン分泌は睡眠直後の3時間で最も盛んになり、この間に肌も活発に生まれ変わります。また肌や内臓の修復には最低でも6時間かかるとされています。

● 適度な運動を取り入れる

ストレス解消、便秘の改善、寝付きが良くなるといった効果が得られます。ウォーキングや水泳はもちろん、腹筋運動やスクワットでも充分です。

協会けんぽ福島支部

ふくしま
大好き!

ふくしま魅力再発見! No.15

● 福島交通飯坂電車は貸し切り運転ができる。

● 「満足度日本一の学校」を目指す
県立只見高校ではイギリス短期留学を
支援してくれる。なんて太っ腹!



● 方言クイズ 3

「かんまがす」の意味は?

- A 励ます B 勤にまかせる
C かき混ぜる



● 福島検定クイズ 1

特撮の神様、円谷英二監督が発明したものは?

- A ストロボ B ラジコン
C 証明写真ボックス



● 福島検定クイズ 2

棚倉町にある難読地名「祝部内」。

さて何と読む?

- A いわきうら B ほうりうじ
C かなしべつ



答え

B [カマガス] (励ます) C [イワキウラ] (いわきうら)
A [イワキウラ] (いわきうら) B [カマガス] (励ます)

4・5月のねんきん出張相談

事務所名	出張相談会場	開設日		相談時間
		4月	5月	
郡山	須賀川市 労働福祉会館	14日 (木)	12日 (木)	予約制
平	いわき市役所 勿来支所	27日 (水)	25日 (水)	予約制
会津若松	喜多方プラザ	14日 (木)	12日 (木)	予約制
	南会津町 御蔵入交流館	28日 (木)	26日 (木)	予約制
相馬	南相馬市役所	13日 (水) 27日 (水)	11日 (水) 25日 (水)	予約制

各会場は、電話による時間予約制で実施しています。ご予約は相談日の1カ月前から前日までに年金事務所へ電話によりお願いします。(開設日を変更することもありますので、年金事務所への事前確認を必ずお願いします。)

※相談においての際は、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)および印鑑が必要となります。