

11月「ねんきん月間」 11月30日「年金の日」

日本年金機構では、国民の皆様へ公的年金を身近に感じ、年金制度への理解を深めていただけるよう、厚生労働省の協力のもと、11月を「ねんきん月間」・11月30日(いいみらい)を「年金の日」と位置付けて、周知・啓蒙活動を行っています。「ねんきん月間」の主な取り組みとして、恒例の「わたしと年金」エッセイの募集や優秀作品の発表、年金委員の表彰等を実施します。今月号では、年金事務所や市区町村窓口以外の身近な年金の窓口をご紹介します。

年金の受け取り手続きや受給している年金等についての相談

年金相談に関する一般的なお問い合わせ
「ねんきんダイヤル」

電話で相談
0570-05-1165
(ナビダイヤル)

050から始まる電話でおかけになる場合は、
03-6700-1165 (一般電話)

受付時間
月曜：8時30分～19時00分
火曜～金曜：8時30分～17時15分
第2土曜：9時30分～16時00分
※月曜が祝日の場合は、翌日以降の開所日初日に19時まで相談をお受けします。
※祝日(第2土曜を除く)、12月29日～1月3日はご利用いただけません。

来訪相談のご予約
「予約受付専用電話」

事務所で相談
0570-05-4890
(ナビダイヤル)

050から始まる電話でおかけになる場合は、
03-6631-7521 (一般電話)

受付時間
月曜～金曜：8時30分～17時15分
※土・日・祝日、12月29日～1月3日はご利用いただけません。

お問い合わせ、ご予約の際は、基礎年金番号がわかるものをご用意ください。



事業所での手続きや国民年金の支払い方等についての相談

年金の加入に関する一般的なお問い合わせ 「ねんきん加入者ダイヤル」

事業所、厚生年金加入者向け
0570-007-123
(ナビダイヤル)

050から始まる電話でおかけになる場合は、
03-6837-2913 (一般電話)

受付時間
月曜～金曜：8時30分～19時00分
第2土曜：9時30分～16時00分
※祝日(第2土曜を除く)、12月29日～1月3日はご利用いただけません。

国民年金加入者向け
0570-003-004
(ナビダイヤル)

050から始まる電話でおかけになる場合は、
03-6630-2525 (一般電話)

比較的、週の後半はつながりやすくなっておりますので、どうぞご利用ください。



ねんきんネットや、電子申請に関するお問い合わせ

「ねんきん定期便」「ねんきんネット」に関するお問い合わせ

0570-058-555
(ナビダイヤル)

050から始まる電話でおかけになる場合は、
03-6700-1144 (一般電話)

受付時間
月曜：8時30分～19時00分
火曜～金曜：8時30分～17時15分
第2土曜：9時30分～16時00分
※月曜が祝日の場合は、翌日以降の開所日初日に19時まで相談をお受けします。
※祝日(第2土曜を除く)、12月29日～1月3日はご利用いただけません。

ねんきん加入者ダイヤル
日本年金機構電子申請・電子媒体申請照会窓口

0570-007-123
(ナビダイヤル)

音声ガイダンス「2」を選択

050から始まる電話でおかけになる場合は、
03-6837-2913 (一般電話)

音声ガイダンス「2」を選択

受付時間
月曜～金曜：8時30分～19時00分
第2土曜：9時30分～16時00分
※祝日(第2土曜を除く)、12月29日～1月3日はご利用いただけません。

電話番号のおかけ間違いにご注意ください。



下記日本年金機構のホームページでは、年金Q&Aを掲載しておりますのでご利用ください。

協会けんぽに加入されている事業所様へのご案内です

いまお持ちの健康保険証は 退職日の翌日から使用できなくなります

ご注意ください!

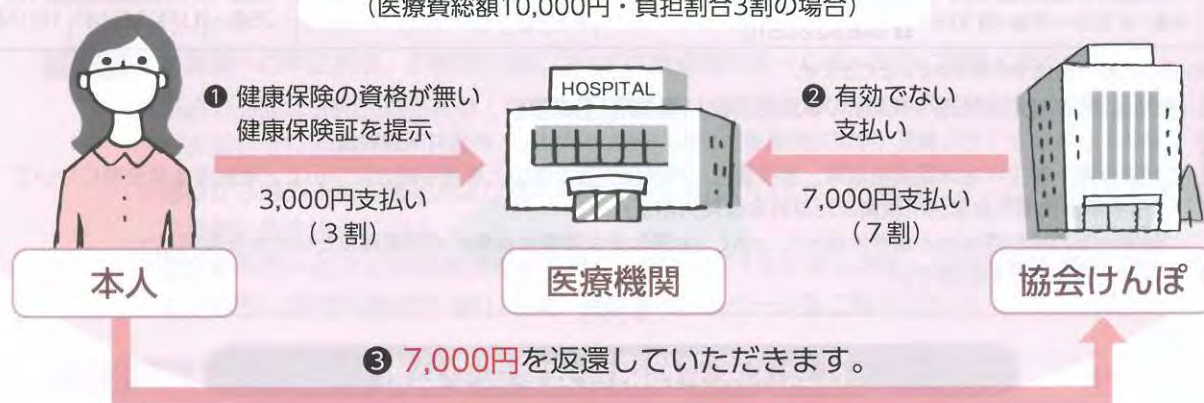
保険証を使用できるのは退職日までです。退職した翌日(資格喪失日)から保険証は使用できません。退職されたときは、速やかに保険証をお勤め先に返却してください。

例 10月22日退職の場合



*使用できない無効な健康保険証で医療機関を受診したとき ⇒ かかった医療費を返還していただきます。

(医療費総額10,000円・負担割合3割の場合)



必ず保険証を返却してください

退職者様

退職された際には、ご家族の分も含め、お勤め先に保険証を返却してください。
※ご家族が扶養から外れた場合は、そのご家族の保険証を返却してください。

事業主様

「資格喪失届」または「被扶養者異動届」に保険証を添付して、退職後または扶養から外れた日後5日以内に、日本年金機構神奈川事務センターにご提出ください。

資格喪失後の健康保険の切り替えパターン

- 1 再就職先の健康保険に加入する
- 2 ご家族の被扶養者になる
- 3 国民健康保険に加入する
- 4 任意継続健康保険に加入する