

対面による年金相談窓口

〈相談窓口の探し方と相談の予約〉

「年金事務所」や「街角の年金相談センター」は、日本年金機構のホームページから探すことができます。また、下記の「ねんきんダイヤル」へ電話で問い合わせることもできます。相談の予約については、各相談窓口へお問い合わせください。

〈代理人が相談する場合〉

本人に代わって家族等が代理人として相談する場合は、下記事項を記載した委任状(任意用紙可。日本年金機構ホームページからもダウンロード可能)と、代理人の本人確認ができる書類の持参が必要です。

- ・委任状の作成日
- ・基礎年金番号(年金手帳や基礎年金番号通知書等に記載されている)と年金コード(年金を受けている場合、年金証書等に記載されている)
- ・本人の署名・押印、生年月日、住所
- ・委任する内容(年金の加入期間や見込額の交付を希望する場合は、代理人に交付するか本人宛で郵送するか選択)
- ・代理人の氏名、住所、本人との関係

電話による年金相談窓口

いずれも、祝日(第2土曜を除く)と12/29~1/3は利用できません。受付時間が①②と③で異なります。

①ねんきんダイヤル(一般的な年金相談)

0570-05-1165(ナビダイヤル)
※050で始まる電話からかける場合は03-6700-1165

②国民年金保険料専用ダイヤル(国民年金保険料の未納期間のさかのぼり納付等に関する問い合わせ)

0570-011-050(ナビダイヤル)
※050で始まる電話からかける場合は03-6731-2015

〈①と②の受付時間〉 月曜8:30~19:00 火~金曜8:30~17:15 第2土曜9:30~16:00
※月曜が祝日の場合は、翌日以降の開所日初日に19:00まで受け付け

③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で始まる電話からかける場合は03-6700-1144

〈③の受付時間〉 月~金曜 9:00~19:00 第2土曜 9:00~17:00



横山 玲子
社会保険労務士

よこやま・れいこ 横山玲子社会保険労務士事務所代表。横山玲子社会保険労務士事務所ホームページ
http://www.r-yokoyama-office.jp/
Twitterアカウント @mayokor

MEMO

FAXによる年金相談

耳や発声が不自由な方のために、ファクシミリによる年金相談が実施されています。「文書相談受付票」(日本年金機構のホームページよりダウンロード可能)に必要事項を記入し、近くの年金事務所へファクシミリで送ると、原則として受付日当日または翌日(閉所日を除く)に、受け付けが完了したお知らせがファクシミリで送られてきます。



年金相談はどこへ?

答える人 先生
社会保険労務士
聞く人 幸子
パート勤務40歳

今月は、いざというときのために知っておきたい年金の相談窓口をご紹介します。

対面による年金相談

対面による相談窓口の種類

受付時間: 平日(月~金)8:30~17:15

※時間延長、週末相談、予約相談の実施は、各相談窓口で確認(左ページ参照)。

- ◆日本年金機構の年金事務所(全国312カ所)
- ◆街角の年金相談センター(日本年金機構が全国社会保険労務士会連合会へ運営を委託、全国75カ所)

相談窓口へ行くとき持参するもの

本人に代わって家族等の代理人が相談窓口へ行く場合は、下記を持参する。

- 委任状(必要事項が記載・押印されていれば任意用紙も可。記載事項は左ページ参照)
- 代理人の本人確認ができる書類(運転免許証やパスポートなどは1種類の提示で足りる。健康保険証や年金手帳などは、2種類以上の提示が必要)
- 本人の印鑑(証明書等の〈再〉交付を依頼する場合など)

幸子 両親の年金の手続きのことで相談したいのですが、どこで相談できますか。
先生 ご両親はどんな年金をもらっているのかわかるのかしら?
幸子 両親は共働きで会社勤めでしたので、厚生年金をもらっているようです。
先生 電話相談と対面相談、どちらを希望されますか?
幸子 対面のほうが落ち着いて相談できそうですね。でも、待ち時間が長いのかしら。
先生 予約できる相談窓口もありますし、年金事務所は混雑状況をインターネットで確認することもできます。

幸子 予約制なら助かりますね。両親とは離れて暮らしているのですが、どこの年金事務所でも相談できますか?
先生 幸子さんのお近くの相談窓口で大丈夫ですよ。
幸子 私が両親の代理で年金相談をする場合、何か持参するものはありますか?
先生 幸子さんがご両親の代理で年金相談をする場合は、委任状と幸子さんの本人確認ができる書類が必要です。委任状の様式は日本年金機構のホームページからダウンロードできますから参考にしてください。