

## CONTENTS

社会保険の手続きは「電子申請」をご利用ください…2

「保険料納入告知書・領収済通知書」がオンライン事業所年金情報サービスで受け取れるようになりました…3

マイナポータルからスマホで国民年金手続の電子申請ができます…4 年に1度健診を受診しましょう…5

医療機関等を受診する際にマイナンバーカードを一度使ってみませんか?…6

新規「健康経営宣言」事業所をご紹介します…7 令和6年度事業計画・予算案を承認…8



三種町を流れる三種川の源流。落差8メートルの幅広で扇状が美しい滝。  
天候に恵まれた新緑の頃にタイミングが合えば、金色、銀色に輝くように見え、「金の滝」「銀の滝」とも呼ばれるようです。  
※冬期は通行止めとなっております。

秋田県社会保険協会ホームページ→<http://www.syahokyo-akita.jp>

社会保険関係の制度や届出については、

日本年金機構ホームページ→<https://www.nenkin.go.jp> 電子政府の総合窓口 e-Gov →<https://www.e-gov.go.jp>

健康保険の給付・任意継続・健診等については、

全国健康保険協会ホームページ→<https://www.kyoukaikenpo.or.jp>

## 社会保険の手続きは「電子申請」をご利用ください

社会保険（健康保険・厚生年金保険）手続きは、e-Gov※1やマイナポータル※2を活用し、インターネットで申請・届出ができる電子申請をご利用ください。

毎年7月に提出する算定基礎届や賞与を支払った際に提出する賞与支払届等、社会保険に関する主要な届出※3を、オンラインで行うことができます。

※1 デジタル庁が運営する総合的な行政ポータルサイトです。

※2 デジタル庁が運営する、行政手続きの検索・電子申請などをワンストップで行うことができるオンラインサービスです。

※3 資格取得届・資格喪失届・算定基礎届・月額変更届・賞与支払届・被扶養者（異動）届・国民年金第3号被保険者関係届

### 電子申請を利用する主なメリット



#### いつでもどこでも申請可能

24時間365日オンラインで申請ができます。  
在宅勤務をしながら、自宅から申請できます。



#### コスト削減

来所や郵送による申請と比べ、移動に要する時間や交通費、郵送料を削減できます。



#### 処理が速く、正確

申請データをそのまま取り込んで処理するため、紙の届出と比べ、正確に速く処理されます。



#### 申請時のチェック、データ管理が簡単

申請時に不備がないかシステムチェックができます。  
処理状況・処理通知をPCで確認でき、データ管理も簡単です。

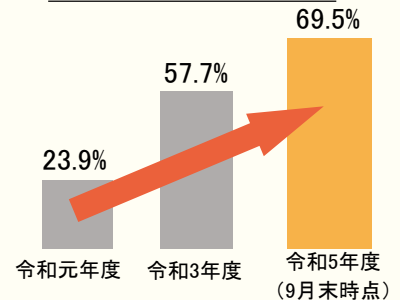
before

年金事務所が開いている時間に窓口に行って手続きをしたり、届書を印刷して郵送していました。

after

年金事務所の受付時間を気にしたり、届書の印刷や封筒を用意する必要がなくなり、在宅勤務でも手続きを行うことができました。

主要な届出の電子申請割合



### ご利用のソフトウェア別の電子申請方法

- ① 市販の労務管理ソフトや自主システム  
(電子申請に対応しているもの)  
※電子申請はe-Govやマイナポータルを経由して行います。

GビズID※4または電子証明書※5で  
電子申請

- ② 届書作成プログラム
- 届書作成プログラムとは、届書を簡単に作成し、電子申請できるソフトウェアです。
  - 日本年金機構のホームページから無料でダウンロードできます。

GビズIDで電子申請

GビズIDをお持ちの方は、届書作成プログラムの利用により、届書をオンラインで簡単に申請することができます。この機会にぜひ電子申請をご利用ください。

※4 GビズIDとは、デジタル庁が運営している認証システムです。

1つのアカウント（ID・パスワード）で複数の行政手続きが可能となるサービスで、無料で利用することができます。

GビズIDには、2種類のアカウントがありますが、社会保険手続きの電子申請をご利用いただく場合、GビズIDプライムの取得が必要になります。なお、GビズIDプライムの発行には2週間程度を要します。

※5 電子証明書とは、電子申請の際、申請者が送信するデータが原本であること、改変されていないことを証明するためのものです。取得方法等は、電子証明書を発行する認証局（官公庁または民間）のホームページをご確認ください。

# 「保険料納入告知額・領収済額通知書」がオンライン事業所年金情報サービスで受け取れるようになりました

社会保険料を口座振替で納付している事業主の方に郵送している「保険料納入告知額・領収済額通知書」について、電子送付で受け取るためにオンライン事業所年金情報サービスに登録をお願いします。

## オンライン事業所年金情報サービスで受け取れる情報・通知書

本サービスでは、GビズIDでe-Govにログインし、利用申込みを行うことで、社会保険に関する事業所向けの各種情報・通知書をオンラインで受け取ることができます。

### 社会保険料額情報

月末に納付いただく社会保険料の見込み額をお知らせするものです。郵送で納入告知書が届く約1週間前に社会保険料額を確認できます。

### 保険料納入告知額・領収済額通知書

社会保険料を口座振替で納付いただいている事業主の方に、当月の口座振替額と前月の領収額をお知らせする通知書です。

NEW

### 被保険者データ

日本年金機構が無料で提供している「届書作成プログラム」に取り込むことで、簡単に届書を作成できます。

※上記のほか、保険料増減内訳書・基本保険料算出内訳書・賞与保険料算出内訳書・決定通知書を受け取ることができます。

## オンライン事業所年金情報サービスを利用するメリット



### 連絡不要で、定期的に受け取りが可能

情報・通知書が必要になる度に、年金事務所へ連絡する必要はなく、1度の申込みで定期的に必要な情報を受け取れます。



### 早く受け取り・確認が可能

例えば、被保険者データは20日間程度、郵送よりも早く受け取り・確認することができます。



### いつでもどこでも確認が可能

24時間365日オンラインで、どこでも確認できます。また、関係者間での情報共有が容易になります。



### 簡単に電子申請が可能

被保険者データを「届書作成プログラム」に取り込むことで、簡単に届書データの作成・電子申請ができます。

登録方法等については、日本年金機構のホームページをご確認ください



オンライン事業所年金情報サービス

検索

登録は  
カンタン！！

[https://www.nenkin.go.jp/tokusetsu/online\\_jigyousho.html](https://www.nenkin.go.jp/tokusetsu/online_jigyousho.html)

電子申請・オンライン事業所年金情報サービスの利用に関するお問い合わせはお電話でも承ります

## 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）→「2番」をお選びください

- ※ 050から始まる電話でおかけになる場合は、03-6837-2913→「2番」をお選びください  
（受付時間）月～金曜日：午前8時30分～午後7時 / 第2土曜日：午前9時30分～午後4時
- ※ 祝日（第2土曜日を除く）、12月29日～1月3日は利用いただけません。

※通知書に表示されている内容については、管轄の年金事務所へお問い合わせいただきますようお願いいたします。

国民年金に加入中の方、国民年金に加入される方へ

# マイナポータルからスマホで 国民年金手続の電子申請 ができます

## 対象手続

- ① **国民年金（第1号被保険者）加入**の届出  
 ▶ お勤め先を退職した場合などの、国民年金へ加入する手続
- ② **国民年金保険料 免除・納付猶予**の申請  
 ▶ 経済的に保険料の納付が困難な場合に、納付の免除または猶予を申請する手続
- ③ **国民年金保険料 学生納付特例**の申請  
 ▶ 学生の方が保険料の納付が困難な場合に、納付の猶予を申請する手続

## ① マイナポータルの「年金の手続をする」にアクセス

- ① スマートフォンとマイナンバーカードでマイナポータルにログイン
- ② マイナポータルのトップ画面で「注目の情報」を横スクロールし「年金の手続をする」を選択

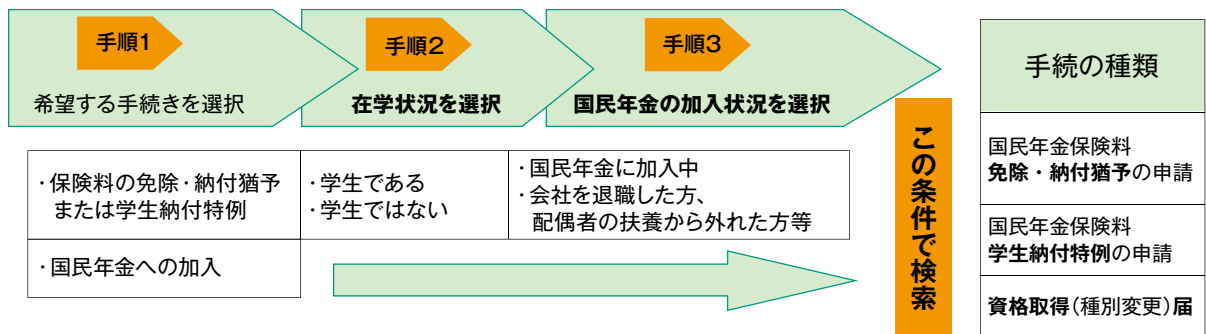
※初めてマイナポータルを利用される方は、マイナポータルのトップ画面右上の「ログイン」から「利用者登録」を行ってください。

マイナポータルはこちら  
<https://myna.go.jp>



## ② 手続きの選択(希望する手続きを選択する)

「国民年金に関する手続き」画面で手順に沿って手続きを選択し、「この条件で検索」をタップ



## ③ 本人の情報入力(マイナンバーカードを読み取り、申請に必要な内容を入力する)

- ① 4桁のパスワード(券面事項入力補助用)を入力の上、スマートフォンの裏面にマイナンバーカードをかざして読み取る(本人情報を自動入力)
- ② 入力画面の案内に従い、申請に必要な内容の選択及び入力

手続の種類	申請に必要な内容の選択および入力事項	
	被保険者情報	申請情報
・国民年金保険料 免除・納付猶予の申請	氏名(カタカナ) 電話番号種別(携帯番号等) 電話番号 郵便番号	申請年度
・国民年金保険料 学生納付特例の申請		申請年度、学校の名称、学校の所在地、在学予定期間、学生の区分、添付書類(学生証等)
・資格取得(種別変更)届		資格取得(種別変更)該当年月日



## ④ 入力を確認(入力内容を確認し、電子申請する)

入力内容を確認し「次へ」をタップし、「申請する」をタップ 送信完了が表示されたら「電子申請」完了

## 年に1度健診を受診しましょう

保健事業の一環として、協会けんぽではご自身の健康増進と健康管理意識を高めいただくため、健診・保健指導を実施しています。

### 生活習慣病予防健診

緑色の封筒が目印！

35歳～74歳の被保険者(ご本人)様を対象とした健診です。



定期健診として利用できます！さらにはがん検診もセットになった充実の検査内容です

労働安全衛生法上の定期健診の検査項目がすべて含まれています。さらに、胃がん・大腸がん検査が含まれるほか、女性の方は年齢によって子宮頸がん・乳がん検査等も受けられます。



#### 労働安全衛生法上の 定期健診項目

血液検査や尿検査、心電図、問診など。肺がん検査(胸部レントゲン検査)も含まれます。



#### 各種がん検診

胃がん

大腸がん

乳がん・  
子宮頸がん※

※偶数年齢の女性対象(乳がん検診は40歳以上)。(別途自己負担が必要です。)



健診費用の補助があります

年度内の受診に限り、お1人様1回まで健診費用の補助を最高13,583円行っています。

例えば

総額18,865円に対して  
協会けんぽからの補助額 最高13,583円

詳しくはこちら



自己負担額5,282円に軽減

### 特定健診

40歳～74歳の被扶養者(ご家族)様を対象とした健診です。

黄色の封筒が目印



近所で受診ができ「お手軽」です

県内では約400の医療機関や、市町村で実施する集団健診で受診することが可能です。また、市町村で実施する集団健診では、同時にがん検診も受けられる場合があります。



健診費用の補助があります

例えば

協会けんぽからの補助額 7,150円

詳しくはこちら



自己負担額 無料～最高約1,100円程度に軽減

※費用は医療機関によって異なります。

# 医療機関等を受診する際にマイナンバーカードを一度使ってみませんか？



## マイナンバーカードで受診するメリット

### よりよい医療が受けられる！

- 特定健診や診療の情報を医師と共有でき、重複検査を防ぎます。また、自身の健康・医療データに基づき、より適切な医療を受けられます。  
※本人の同意なく情報が共有されることはありません。
- 薬の情報も医師・薬剤師と共有でき、重複投薬や禁忌薬剤投与のリスクが減少します。  
※本人の同意なく情報が共有されることはありません。
- 旅行先や災害時に受診する際も、薬の情報等が連携されます。

### 各種手続きも便利・簡単に！

- マイナポータルで医療費通知情報入手でき、医療費控除の確定申告が簡単にできます。
- 医療費が高額な場合に申請する「限度額適用認定証」が不要になります。
- 就職や転職後の保険証の切り替え・更新が不要です。  
※新しい保険者による登録手続きが必要です。
- 高齢受給者証の持参も必要なくなります。

## マイナンバーカードで受診するための準備

- 1 マイナンバーカードをお持ちでない方は、まずはマイナンバーカードを取得

### 以下の方法で選択



スマホやパソコンから

オンライン申請



証明写真機から



郵送で

### 受け取り



- ① ハガキが届く
- ② 受け取りに行く

- 2 マイナンバーカードをお持ちの方は健康保険証利用の申込み

マイナンバーカードを健康保険証として利用するためには、申込みが必要です。  
以下の方法から選択してください。

マイナンバーカード  
について詳細はこちら

### 医療機関で

医療機関・薬局の顔認証付きカードリーダーから申し込みます

### スマホから

- 下記3つを準備
- ① マイナンバーカード
  - ② マイナンバーカード読取対応のスマホ
  - ③ アプリ「マイナポータル」をインストール

### セブン銀行ATMで

必要なものはマイナンバーカードのみ！



※初めての利用時など、登録が完了しているかどうかわからない状態で受診する場合は、念のため、マイナンバーカードとあわせて健康保険証を携行してください。

## 健康保険証が使えるのは“退職日”までです

健康保険証が使用できるのは「退職日当日」「扶養から外れる日の前日」までです。事業所様におかれましては、健康保険証を速やかに回収し「資格喪失届」や「被扶養者(異動)届」と併せて、日本年金機構仙台広域事務センターへ返却をお願いいたします。届出を行った後に回収した健康保険証は、協会けんぽ秋田支部へご返却ください。



# 新規「健康経営宣言」事業所をご紹介します

令和5年2月から令和6年1月までに、新たに「健康経営宣言事業所」に認定された事業所様をご紹介します。令和6年1月末現在、1,627事業所様が従業員の方の健康づくりに取り組まれています。最新の健康経営宣言事業所については協会けんぽ秋田支部のホームページをご覧ください。**引き続き「健康経営宣言」エントリー事業所を募集しております。**



健康経営宣言事業所（敬称略）		
■秋田市	■男鹿市	合同会社 石川建築設計
株式会社 メディハーツ	有限会社 エピック開発	株式会社 旺住
秋田県ハイヤー交通共済協同組合	■由利本荘市	■美郷町
株式会社 堀川	株式会社 マシンマックス	藤原建設 株式会社
ヤマコ総合物流株式会社	株式会社 はなえにし	■羽後町
株式会社 秋豊ネットライズ	■八郎潟町	秋田指月 株式会社
株式会社 出羽警備	株式会社 ケア・ファースト	■東成瀬村
株式会社 加島電気工事	■横手市	有限会社 成瀬産業
三傳商事 株式会社	社会福祉法人 明照福祉会 明照保育園	■大館市
開発 株式会社	有限会社 あたご商事	株式会社 オオタベ
株式会社 コスモス設計	株式会社 サンコーホーム	協和牛乳輸送 株式会社
株式会社 秋田病理組織細胞診研究センター	■大仙市	平和建設株式会社
有限会社 アイ・サポート	株式会社 仙建	■能代市
株式会社 TTKエンジ秋田	有限会社 齊藤興業	株式会社 ORISON
エムディフード東北 株式会社	有限会社 タカハタ自動車	有限会社 安田保険プランナー
株式会社 リピドームラボ	M E P 株式会社	■鹿角市
一般社団法人 秋田県交通安全協会	加藤産業 株式会社	かつの農業協同組合
太平商事 株式会社	株式会社 豊成建設	株式会社 田中建設
秋田県社会福祉協議会	■仙北市	十和田精密工業 株式会社
株式会社 長谷駒組	株式会社 森元組	八重樫建設 株式会社
一般社団法人 あきた結婚支援センター	株式会社 絆翔	■北秋田市
■にかほ市	株式会社 高田組	社会福祉法人交楽会 障害者支援施設 森幸園
株式会社 平沢機関修理工場	株式会社 リベンリ秋田	■三種町
株式会社 協和工業	■湯沢市	株式会社 石川組
齋藤建設 株式会社	湯沢開発 株式会社	
有限会社 穂積工業	株式会社 本間組	
株式会社 あべ建設	株式会社 田村組	
森建設工業 株式会社	株式会社 Y G F	

## 健康経営に取り組むことによる企業のメリット

### 社員の活力向上

- コミュニケーションの活性化
- 社内の雰囲気改善

### 生産性の向上

- モチベーションの向上
- 欠勤率の低下
- 業務効率の向上

### 社員の高齢化対応

- ベテラン社員が健康で元気に働く環境の構築

### 負担軽減

- 休業による労働損失の抑制
- 長期的には健康保険料の負担抑制

### リスクマネジメント

- 事故・不祥事の予防
- 労災発生の予防
- 新型コロナウイルス等感染予防

### イメージアップ

- 企業ブランド価値の向上
- 企業イメージの向上
- 社員採用時のアピール

健康経営宣言事業所にお勤めの方や事業主の方は、協会けんぽと協定締結している 秋田銀行、北都銀行、秋田信用金庫、羽後信用金庫から借入の際に金利優遇サービス等が受けられます。詳しくは、各金融機関にお問い合わせください。

※「健康経営®」は、NPO法人健康経営研究会の登録商標です。

お問い合わせ先 協会けんぽ 企画総務グループ ☎018-883-1841

## 令和6年度事業計画・予算案を承認

3月19日当協会の理事会・評議員会が開催され、一般財団法人秋田県社会保険協会の「令和6年度事業計画・予算案」は理事会・評議員会で承認されました。

主な事業計画は次のとおりです。

### 制度普及に関する事業

- (1) 広報活動を実施する。
  - ①広報誌「社会保険あきた」を隔月発行する。
  - ②社会保険関係の参考図書を配布し、制度の周知を図る。
  - ③社会保険の事務手続きに関するテキストを配布する。
- (2) 社会保険等新任担当者事務説明会及び、年金・健康保険制度別事務説明会を開催する。
- (3) 年金相談等について協力連携に努める。
- (4) 生活習慣病予防健診・特定健診の受診勧奨についての広報を実施する。

### 健康管理に関する事業

- (1) 健康管理の向上に資するため、事業所等において講習会を実施し、従業員の健康づくりをサポートする。
- (2) 体育活動として各種球技大会等を実施する。
- (3) 健康づくり事業等社会保険協会事業に積極的に協力いただいている優良事業所の表彰を実施する。
- (4) 健康管理セミナー・ライフセミナーを開催する。

### 社会保険関係団体等への活動支援

秋田県社会保険委員会連合会及び各地区社会保険委員会の活動を支援する。

### 健康管理講座の募集 無料



被保険者や被扶養者の方々の健康づくりをサポートするため、健康づくりに関する講習会を実施しています。都合の良い日時に、ご希望の講師が職場又はご用意された会場へお伺いしますので、職場研修等にご利用ください。

#### 講座の主な実施内容(1時間程度)

講師	テーマ例	内容例
保健師	『油断大敵！ 内臓脂肪』	メタボリックシンドローム 喫煙・メンタルヘルス
栄養士	『バランスよく 食べよう』	食生活による疾病予防 食事と健康
健康運動 指導士	『自分を知ろう 健康チェック』	肩こり・腰痛の予防改善 リフレッシュ体操

### 「健康管理講座」申込書

電話・FAX 可

事業所名	事業所記号		
所在地	(電話番号： — — ) (FAX番号： — — )		
開催場所			
連絡担当者名	受講予定者数	名	
第1希望	月 日( )(時 分) (保健師・栄養士・健康運動指導士)	第2希望	月 日( )(時 分) (保健師・栄養士・健康運動指導士)

お問い合わせ・申し込みは 一般財団法人 秋田県社会保険協会 018-831-6205 FAX 018-832-3681





## 養育期間の従前標準報酬月額のみなし措置について

Q 子どもを養育している間の標準報酬月額の特例措置とは、どのようなものでしょうか？



本荘年金事務所  
厚生年金適用徴収課  
齋藤 智之

A 3歳未満の子を養育し、勤務時間短縮等の措置を受けることで標準報酬月額が低下した場合、報酬の低下が将来の年金額に影響しないようにしたものです。年金額については養育する前の標準報酬月額が反映されます。

特例措置を受けるためには「厚生年金保険養育期間標準報酬月額特例申出書」（以下「申出書」という）の提出が必要です。

対象となる期間は、3歳未満の子の養育開始月から養育する子の3歳誕生日のある月の前月までです。

申出には以下の書類を添付してください。

- ・戸籍謄(抄)本または戸籍記載事項証明書
- ・住民票の写し

※申出書に申出者と養育する子の個人番号が記載されている場合は、住民票の写しの添付は不要です。

届出は、被保険者の方は事業主経由で、被保険者であった方(退職者)は、本人から直接提出することができます。

詳しくは管轄の年金事務所へお問い合わせください。



### 随想 ふきのとう



#### 「縁(えにし)」

社会へ出て、初めて社会保険について知ることができました。それはたまたま湯沢市にある会計事務所で働くことになったからです。そして、この時の経験こそが今の自分の仕事へと繋がることになりました。何もわからなかった私が社会保険や税務の仕事について経験できたことをとてもありがたく思います。

現在、私が勤めている会社は、ラコステのポロシャツの生産工場です。



フランスが本家です。海外の方々が多く来られます(ラコステさんの息子さんも来社されました)。そんななかで、さらにやりがいを感じる瞬間があります。それは英語です。自分がずっと思いを描いてきた「いつか英語にかかわる仕事があったら」という願いがほんの少しですがかなえられているからです。

言葉を話すうえで、誤解されずに、真意を理解してもらうことは、つくづく難しいことだと思います。ましてや外国語となれば「好きこそもの上手なれ」とは必ずしもいかず、覚えられない、身につかない、苦しい事の連続です。それでもなお違う国や文化の人たちと共通の言葉で理解しあえる魅力にとりつかれて、これまで学びを続けてこられました。

さっぱり上達しない自分ですが、うまくなりたいという望みを捨てずに、カメのようにもゴールを目指し、そんな夢を持つことが幸せなのではないかと思えるようになりました。

これまで出会ってきた人々、そこで学んだことこそが、これまでわたしが歩んでいくうえで支えとなってきたという事実には間違いなく、何とも言えない出会いの不思議さを感じずにはいられません。

これからも様々な出会いを大切に、ギブアンドテイクで生きていきます。

株式会社 VALMODE

大山 万里子

# 健康トピックス

## 第212回 若年性認知症について

65歳未満で発症するといわれている『若年性認知症』はご存じですか？働き盛りで病気になるため、本人だけでなく家族への影響も大きいとされ、県内では約190人の患者がいるといわれています。高齢者の病気という認識などから診断に時間がかかる傾向で、できるだけ早期に診断し、適切な支援を受けることが重要です。若年性認知症支援ガイドブック改訂版を参考にご紹介します。

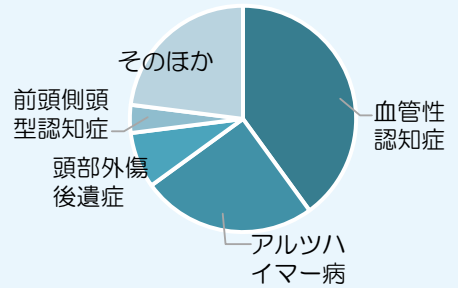
### 気づきのポイントとチェック項目

日常生活の中で行動や話すことがいつもと違っているという**気づき**が認知症の発見につながります。できればメモしておくを受診した時に役立ちます。

《具体的なチェックポイント》

- 家電製品の使い方がわからない
- 伝言したことがうまく伝わらない
- よく知っている道なのに迷ってしまう
- いつも同じ服を着て着替えたがらない
- 通帳、印鑑、財布などをよく失くし、家族が盗ったという
- 電車・バスで乗り降りする駅がわからない
- テレビや新聞を見なくなる、関心がなくなる
- 好きだった趣味の活動をしなくなる
- 鍋を焦がす、ガスの火を消し忘れる、水道の水を出しっぱなしにする
- 同じことを何度も聞く
- 外出したがらない
- 風呂に入りたがらない

若年性認知症の原因疾患



◆認知症とうつ状態との区分（はっきりと区別はできないこともあるので心配なら医療機関を受診しましょう）

	うつ病	認知症
発症	週～月単位で、何らかのきっかけがある	ゆっくりと発症し、特定しにくい
経過	発症後、症状は急速に進行し、日内・日差変動がある	一般にゆっくりで、変動がなく、進行性
記憶障害	記憶障害を強く訴える 考えてもわからないという 最近の記憶も昔の記憶も同様に障害される	記憶障害を否認するが、他覚的にはみられる 考えようとしな 最近の記憶が障害される
答え方	質問に「わからない」と答える	誤った答え、作話をしたり、つじつまを合わせようとする
自己評価	自分の能力低下を嘆く	自分の能力低下を隠す
思考内容	自罰的、自分を責める	他罰的、他人のせいにする
身体症状	不眠、食欲低下など	あまり見られない
気分・感情	気分は日内変動する 悲哀、空虚感	怒りっぽい、感情と一致しない言動がある



— 職場内で回覧しましょう —

### 休日・夜間の年金相談窓口をご利用ください

夜間の年金相談はカレンダー 日です。（開所時間は、午後7時まで）  
休日の年金相談はカレンダー 日です。（開所時間は、午前9時30分から午後4時まで）  
年金相談・お手続きの際は、予約相談をご利用ください。

令和6年5月

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

令和6年6月

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

### 年金についての相談やお問い合わせ先

★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で始まる電話でおかけになる場合は（東京）03-6700-1144（一般電話）

★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で始まる電話でおかけになる場合は（東京）03-6700-1165（一般電話）

（受付時間）月曜日：午前8時30分～午後7時まで

火～金曜日：午前8時30分～午後5時15分まで

第2土曜日：午前9時30分～午後4時まで

※月曜日が祝日の場合は、翌日以降の開所日初日に午後7時まで相談をお受けします。

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

### 保険料の納期内納入にご協力ください

月末には社会保険料振替口座の残高確認をお願いします。

社会保険 **あきた**  
令和6年4・5月号

発行

一般財団法人 秋田県社会保険協会  
〒010-0001 秋田市中通6丁目7-9  
TEL018-831-6205 FAX018-832-3681

資料  
提供

秋田・鷹巣・大曲・本荘 年金事務所  
全国健康保険協会秋田支部