

年金相談

概 要

年金相談

1. 相談窓口の種類

- 年金の相談は、全国の「社会保険事務所」や「年金相談センター [別表]」へどうぞ
- 年金に関する電話でのお問い合わせは、「ねんきんダイヤル」で承ります。
「ねんきんダイヤル」 0570-05-1165
※IP電話（ひかり電話など）・PHSからは「03-6700-1165」にお電話ください。

2. 開庁日、開庁時間

- 開庁日：月曜日～金曜日（国民の休日及び年末年始の休日を除く）。ただし、第2土曜日は開庁します。
- 開庁時間：午前8時30分～午後5時15分。ただし、第2月曜日（月曜日が休日の場合は火曜日）は全ての社会保険事務所、その他の月曜日は一部の社会保険事務所で夜7時まで時間延長します。
※第2土曜日の開庁時間は午前9時30分～午後4時00分

3. 年金相談においてになるときに、お持ちいただきたいもの

年金の相談においてになるときは、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お持ちください。
そのほか、社会保険事務所または社会保険事務所の事務所や社会保険業務センターから最近お送りした書類も一緒にお持ちください。

4. 本人以外のご家族等が相談をされる時のお願い

年金の相談は、本人の委任があれば家族や友人の方でもかまいません。本人からの委任状をご用意ください。
委任状は、特に定めた用紙はありません。本人の年金手帳に記載されている基礎年金番号又は本人の年金証書に記載されている基礎年金番号と年金コード、本人の住所、氏名、生年月日、委任内容を記入したうえ、委任される方の住所、氏名、本人との関係を書いて本人が署名押印してください。
また、年金相談の代行を委任された方の身分証明書や運転免許証（文書による年金相談は写し）も忘れないようご注意ください。
なお、委任状の様式が必要な場合は、社会保険庁ホームページ（<http://www.sia.go.jp/>）からダウンロードできますのでご利用ください。

5. 電話により年金相談をされる時のお願い

電話による年金相談では、相談者の確認のために、次のような点をお尋ねさせていただきますので、あらかじめ年金手帳や年金証書、振込通知書をご用意ください。

- 相談者がご本人の場合／基礎年金番号・住所・氏名・生年月日など
- 相談者が配偶者の方の場合／上記のほか、配偶者の方の氏名・生年月日・ご本人が直接相談することが困難な理由など

相談したいことがらは、あらかじめ具体的に整理してメモにしておいて頂けると便利です。

年金相談センター設置一覧表（別表）

（2008（平成20）年8月現在）

| | 名 称 | 所 在 地 |
|-------|---------------|---|
| 北 海 道 | 札幌駅前 年金相談センター | 札幌市中央区北3条西3-1-47 NORTH33ビル3階 |
| | 麻生 年金相談センター | 札幌市北区北38条西4 |
| 宮 城 | 仙台 年金相談センター | 仙台市青葉区国分町3-6-1 仙台パークビルディング2階 |
| 山 形 | 酒田 年金相談センター | 酒田市中町2-5-19 酒田本町ビル1階 |
| 福 島 | 福島 年金相談センター | 福島市北五老内町7-5 i・s・M37（イズム37）2階 |
| | 水戸 年金相談センター | 水戸市南町3-4-10 住友生命水戸ビル1階 |
| 茨 城 | 土浦 年金相談センター | 土浦市桜町1-16-12 住友生命土浦ビル3階 |
| | 前橋 年金相談センター | 前橋市亀里町1310 群馬県JAビル3階 |
| 埼 玉 | 大宮 年金相談センター | さいたま市大宮区桜木町2-287大宮西口大栄ビル3階 |
| | 川口 年金相談センター | 川口市本町4-1-8 川口センタービル13階 |
| 千 葉 | 千葉 年金相談センター | 千葉市中央区新田町4-22 サンライトビル1階 |
| | 船橋 年金相談センター | 船橋市本町1-3-1 フェイスビル7階 |
| | 柏 年金相談センター | 柏市柏4-8-1 柏東口金子ビル1階 |
| 東 京 | 新宿 年金相談センター | 新宿区西新宿1-7-1 松岡セントラルビル8階 |
| | 町田 年金相談センター | 町田市森野1-15-13 パリオビル5階 |
| | 立川 年金相談センター | 立川市曙町2-7-16 鈴春ビル6階 |
| | 国分寺 年金相談センター | 国分寺市南町3-20-3 国分寺ターミナルビル8階 |
| | 大森 年金相談センター | 大田区山王2-8-26 東辰ビル5階 |
| 神 奈 川 | 横浜 年金相談センター | 横浜市西区高島2-14-17 クレアトール横浜ビル3階 |
| | 戸塚 年金相談センター | 横浜市戸塚区上倉田町498-11 第5吉本ビル3階 |
| | 溝ノ口 年金相談センター | 川崎市高津区溝ノ口1-3-1 ノクティプラザ1 10階 |
| | 相模大野 年金相談センター | 相模原市相模大野3-8-1小田急 相模大野ステーションスクエアB館ミロード1階 |

| | 名 称 | 所 在 地 |
|-------|---------------|----------------------------------|
| 新 潟 | 新潟 年金相談センター | 新潟市米山5-1-35 カレント・さくらビル1階 |
| 富 山 | 富山 年金相談センター | 富山市牛島町18-7 アーバンプレイスビル1階 |
| 石 川 | 金沢 年金相談センター | 金沢市鳴和1-17-30 石川社会保険事務局1階 |
| 長 野 | 長野 年金相談センター | 長野市中御所45-1 山王ビル1階 |
| 岐 阜 | 岐阜 年金相談センター | 岐阜市香蘭2-23 オーキッドパーク西棟3階 |
| 静 岡 | 浜松 年金相談センター | 浜松市旭町12-3 フォルテ3階 |
| | 静岡 年金相談センター | 静岡市駿河区南町18-1 サウスポット静岡ビル2階 |
| | 沼津 年金相談センター | 沼津市大手町3-8-23 ニッセイスタービル4階 |
| 愛 知 | 名古屋 年金相談センター | 名古屋市中村区椿町1-16 井門名古屋ビル2階 |
| | 千種 年金相談センター | 名古屋市中村区葵3-15-31 住友生命千種ビル6階 |
| 滋 賀 | 大津 年金相談センター | 大津市梅林1-3-10 滋賀ビル8階 |
| 京 都 | 宇治 年金相談センター | 宇治市広野町西裏54-2 |
| 大 阪 | 天王寺 年金相談センター | 大阪市天王寺区南河堀町10-17 ACTY天王寺2階 |
| | 吹田 年金相談センター | 吹田市片山町1-3-1 メロード吹田2番館10階 |
| | 堺東 年金相談センター | 堺市堺区中瓦町1-1-21 堺東八幸ビル7階 |
| | 枚方 年金相談センター | 枚方市岡東町5-23 アーバンエース枚方ビル2階 |
| | 城東 年金相談センター | 大阪市城東区中央1-8-24 東洋プラザ蒲生ビル1階 |
| | 東大阪 年金相談センター | 東大阪市永和1-18-12 NTT西日本東大阪ビル1階 |
| | 豊中 年金相談センター | 豊中市本町1-1-3 |
| 兵 庫 | なかもず 年金相談センター | 堺市北区長曾根町130-23 堺商工会議所1階 |
| | 須磨 年金相談センター | 神戸市須磨区磯馴町6-2-5-107 シーサイドシャトー須磨1階 |
| | 尼崎 年金相談センター | 尼崎市南塚口町2-1-2-208 塚口さんさんタウン2番館2階 |
| 奈 良 | 姫路 年金相談センター | 姫路市南畝町2-53 ネオフィス姫路南1階 |
| | 奈良 年金相談センター | 奈良市大宮町4-281 新大宮センタービル1階 |
| 和 歌 山 | 和歌山 年金相談センター | 和歌山市太田430-7 太田TKビル1階 |
| 岡 山 | 岡山 年金相談センター | 岡山市昭和町4-55 |
| 広 島 | 広島 年金相談センター | 広島市中区橋本町10-10 広島インテスビル1階 |
| | 福山 年金相談センター | 福山市東桜町1-21 エストパルク6階 |
| 山 口 | 防府 年金相談センター | 防府市戎町1-8-25 防府広総第3ビル3階 |
| 福 岡 | 北九州 年金相談センター | 北九州市八幡西区西曲里町2-1 黒崎テクノプラザ I 1階 |
| 熊 本 | 熊本 年金相談センター | 熊本市花畑4-1 太陽生命熊本第2ビル3階 |