

令和 7 年 1 0 月 1 日  
給付連 2025-43

予約相談周知用チラシ等の変更

情報提供先	相談センター <input checked="" type="checkbox"/>	社労士会 <input checked="" type="checkbox"/>	健保協会 <input type="checkbox"/>	機構健保 <input type="checkbox"/>
-------	--	--	-------------------------------	-------------------------------

目的・趣旨	令和 7 年 1 月にサービスを開始したねんきんネットからの年金相談予約の利用促進を目的に、予約相談周知用チラシ及び予約相談周知用ポスター（以下「予約相談周知用チラシ等」という。）を変更しますので、お知らせします。
事務連絡の内容	<p>1 予約相談周知用チラシ等の変更</p> <p>（1）予約相談周知用チラシ</p> <p>① 変更後のレイアウト</p> <p>別添 1（別紙 1）のとおり。</p> <p>② 予約相談周知用チラシの差し替え</p> <p>各拠点で印刷し、順次差し替えてください。</p> <p>データ媒体の格納場所</p> <p><a href="#">事務共有（職員）(T:) &gt;&gt; 01_全国共有 &gt;&gt; 10_年金給付事業部門 &gt;&gt; 01_年金給付部 &gt;&gt; 07_給付相談 G &gt;&gt; 03_予約相談周知用チラシ・ポスター</a></p> <p>（2）予約相談周知用ポスター</p> <p>① 変更後のレイアウト</p> <p>別添 1（別紙 2）のとおり。</p> <p>② 予約相談周知用ポスターの差し替え</p> <p>予約相談周知用ポスターは、本部から発送します（令和 7 年 10 月 10 日（金）までに到着予定）。各年金事務所、各街角の年金相談センター（オフィスを含む。）に到着次第順次差し替えてください。</p> <p>③ 拠点への発送件数</p> <ul style="list-style-type: none"><li>年金事務所及び分室（321 拠点）：1 拠点につき 20 枚</li><li>街角の年金相談センター（オフィスを含む。）（80 拠点）：1 拠点につき 2 枚</li></ul>

	<p>④ 掲示物管理番号</p> <p>【掲示物管理番号】2023-039   【優先順位】優先   【サイズ】A 2</p> <p>【掲示開始年月日】ポスターが到着後に順次掲示を開始してください。</p> <p>【掲示終了年月日】掲示終了期限は別途お知らせします。</p> <p>2 外部機関への依頼</p> <p>予約相談周知用チラシ等を配布又は掲示している外部機関に対しては、別添 2 を活用して差し替えを依頼してください。日本年金機構ホームページに掲載されている予約相談周知用チラシ等は、令和 7 年 10 月 10 日（金）に更新します。</p>
別添資料	<p>【別添 1】予約相談周知用チラシ等</p> <p>【別添 2】「インターネットによる年金相談予約」の周知に係るご協力をお願い</p>

「要報告」の場合	
報告期限	—
報告先	—

テレビ解説対象 ☐

忙しいあなたに

# 年金相談は インターネットで簡単予約！

ご都合にあわせてスムーズにお手続き・ご相談

夜間、休日にも  
予約が可能予約の空き状況が  
一目でわかる予約の変更や  
取り消しも簡単！

## ■ マイナンバーカードを利用する場合

入力が簡単

- ① マイナポータルにログイン（基礎年金番号は不要です）
- ② 「ねんきんネットTOP」を選択し、「年金相談のご案内」より予約

☐ 「マイナンバーカード」および、マイナンバーカード受け取り時に設定した  
「利用者証明用電子証明書パスワード（数字4桁）」をご用意ください。

<https://myna.go.jp/>マイナポータルはこちらから  
（初回は利用登録が必要です）

## ■ マイナンバーカードを利用しない場合

年金相談予約サイトより、必要事項を入力し予約

日本年金機構 予約相談

検索

<https://www.nenkin.go.jp/section/guidance/yoyaku.html>

☐ ご予約の際は**基礎年金番号**がわかるもの（**基礎年金番号通知書、年金手帳**など）をお手元にご準備ください。

**受付時間：8時00分～23時30分（土日祝日含む）**

※お電話でご予約の方は、裏面をご覧ください。

**日本年金機構**  
Japan Pension Service

お電話でご予約の方は、予約受付専用電話をご利用ください。



ゴ ヨ ヤ ク ラ

0570-05-4890

(東京) 03-6631-7521

全国一律の通話料金でご利用いただけます。 050から始まる電話からおかけになる場合  
通話料金定額プランの対象外です。

受付時間：月～金（平日） **8：30～17：15**（土日祝日、12/29～1/3を除く）

※ナビダイヤルは、一般の固定電話からおかけになる場合は、全国一律の通話料金でご利用いただけます。ただし、一般の固定電話以外(携帯電話等)からおかけになる場合は、通常の通話料金がかかります。（通話料金定額プランの対象外です）

予約可能な相談・手続き

各種年金請求（一時金を含む）の手続き

年金見込額・年金加入記録の確認

年金の受取口座変更手続き

各種通知書の内容確認・再交付申請

請求書や届書のご提出は郵送でも受け付けております。

※ 年金見込額、年金加入記録の確認は「ねんきんネット」もご利用ください。

※ 各種通知書の内容確認、再交付申請に関する相談・手続きは「ねんきんダイヤル」をご利用ください。

## 一般的なご相談

年金の一般的なお問い合わせは『ねんきんダイヤル』へ



0570-05-1165

全国一律の通話料金でご利用いただけます。  
通話料金定額プランの対象外です。

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

＜受付時間＞	月 曜 日	8：30～19：00
	火～金曜日	8：30～17：15
	第2土曜日	9：30～16：00

※ 月曜日が祝日の場合は、翌日以降の平日の初日に 19：00 まで受け付けます。

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

## よくあるご質問にお答えします

**Q 1** 相談を希望する日の何日前まで予約を申し込むことができますか？

**A 1** インターネット予約では相談を希望する日の前々日まで、予約受付専用電話では前日まで受付しています。

**Q 2** 年金事務所へ行くことが困難です。代理の者が年金事務所で手続きすることはできますか？

**A 2** 代理の方のお手続きも可能です。その場合、ご本人からの委任状が必要です。

○ 相談窓口にお持ちいただくもの

- ・ ご本人からの委任状
- ・ 代理人の本人確認ができる書類（運転免許証、個人番号カードなど）

※ 委任状の様式は日本年金機構ホームページに掲載しています。ご活用ください。  
なお、委任状は記載項目をもれなく記入してください。

忙しいあなたに

# 年金相談は インターネットで簡単予約！

ご都合にあわせてスムーズにお手続き・ご相談

夜間、休日にも  
予約が可能

予約の空き状況が  
一目でわかる

予約の変更や  
取り消しも簡単！



## ■ マイナンバーカードを利用する場合

入力が簡単

- ① マイナポータルにログイン（基礎年金番号は不要です）
- ② 「ねんきんネットTOP」を選択し、「年金相談のご案内」より予約

☐ 「マイナンバーカード」および、マイナンバーカード受け取り時に設定した  
「利用者証明用電子証明書パスワード（数字4桁）」をご用意ください。



<https://myna.go.jp/>

マイナポータルはこちらから  
（初回は利用登録が必要です）

## ■ マイナンバーカードを利用しない場合

年金相談予約サイトより、必要事項を入力し予約

日本年金機構 予約相談

検索

<https://www.nenkin.go.jp/section/guidance/yoyaku.html>

☐ ご予約の際は基礎年金番号がわかるもの（基礎年金番号通知書、年金手帳など）をお手元にご準備ください。

**受付時間：8時00分～23時30分（土日祝日含む）**



日本年金機構  
Japan Pension Service

令和 7 年〇月〇日

〇〇 様

日本年金機構  
〇〇年金事務所長

「インターネットによる年金相談予約」の周知に係るご協力のお願い

日頃より、公的年金事業に御理解と御協力をいただきまして、ありがとうございます。

日本年金機構では、お客様の待ち時間の解消やお客様のニーズを踏まえた年金相談など、より丁寧かつ効率的に対応するため、平成 28 年 10 月以降すべての年金事務所において「予約による年金相談」を実施しています。

この度、「予約による年金相談」の周知用チラシおよびポスターについて、ねんきんネットからの年金相談予約の開始に伴い、インターネット予約の普及を目的とした内容に見直しました。

インターネット予約は、夜間や休日にも予約の申込をすることができ、予約の変更や取り消しも可能です。また、ねんきんネットからご予約いただくと、相談者ご本人に関する情報の入力省略できる等、非常に便利です。

つきましては、新規のチラシ・ポスターの掲示・配布及び従来のチラシ・ポスターの差し替えにご協力いただきますようお願い申し上げます。

引き続き、予約による年金相談の拡充にご協力を賜りますよう、重ねてお願い申し上げます。

【照会先】

日本年金機構 〇〇年金事務所

〇〇課(室) 担当：〇〇

電話：〇〇〇－〇〇〇〇－〇〇〇〇(直通)