

社会保険

# あふく

2023

5▶6

第708号

## 日本年金機構

●ねんきん加入者ダイヤルと予約受付専用電話のご案内

## 大分県社会保険協会

- 納付書の様式変更について
- 口座振替実施目のお知らせ
- 講師派遣のご案内
- DVD貸出のご案内
- 宿泊施設等優待のご案内
- 会員変更届のご提出を！

## 協会けんぽ大分支部

- 生活習慣病予防健診のご案内
- 各種申請、届出は郵送で！

職場内で回覧しましょう

# 日本年金機構からのお知らせ

年金の加入に関する一般的なお問い合わせは『ねんきん加入者ダイヤル』へ!



## ねんきん加入者ダイヤル

事業所、厚生年金加入者向け

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

受付  
時間

月～金曜日 午前8:30～午後7:00

第2土曜日 午前9:30～午後4:00

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

年金給付に関する来訪相談のご予約は『予約受付専用電話』へ!



## 来訪相談のご予約

『予約受付専用電話』

ゴ ヨ ヤ ク ラ

 **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(東京)03-6631-7521

受付  
時間

月～金曜日 午前8:30～午後5:15

※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。

### ご利用にあたっての注意事項

- ①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どこからでも、市内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。なお、通話料定額プランの対象外となります。
- ②「03-6837-2913」「03-6631-7521」の電話番号におかけになる場合は、通常の通話料金がかかります。
- ③「0570」の最初の「0」を省略したり、市外局番をつけて間違い電話になっているケースが発生していますので、おかけ間違いにはご注意ください。
- ④月曜日など休日明けや、お客様のお手元に通知書が届いた直後(5日程度)は電話がつながりにくくなっております。週の後半と月の後半は、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。
- ⑤代理人(二親等以内)の方からお問い合わせいただく場合は、ご本人の基礎年金番号または照会番号に加え、代理人の方の基礎年金番号も必要となります。
- ⑥年金相談の際お持ちいただくもの等については一般的な内容をご案内しております。手続きの過程で、ご案内したものの以外の書類が必要となる場合がありますので、あらかじめご了承ください。
- ⑦年金事務所等の窓口で年金請求の手続きや、受給している年金についての相談を希望される方は、ぜひ、予約相談をご利用ください。

## 納付書を利用して社会保険協会費（年会費）を ご納付いただいている会員事業主の皆様へ

～令和5年度から会費納付書を**1枚**にまとめました～

令和4年度まで

大分銀行・豊和銀行用（窓口のみ）

銀行用

コンビニエンスストア用（店頭レジ）

コンビニ用

令和5年度

大分銀行・豊和銀行・コンビニ払いの  
**兼用**納付書に変更してます。

### 【手数料の受取人負担について】

大分銀行（本店・各支店）の窓口と豊和銀行（本店・各支店）の窓口またはコンビニ（店頭レジ）で納付書を利用してご納付いただいた場合に限り、振込手数料は当協会が負担することができます。  
（※上記以外でご納付いただいた場合は、振込手数料は、会員様の負担となります。）



## 社会保険協会費（年会費）を 「口座振替」でご納付 いただいている事業主様へ — お知らせ —

令和5年度 口座振替実施日は、**5月29日（月）**です。

（※毎年振替日は、5月27日です。金融機関休業日の場合は、翌営業日）

以下に該当される場合は、**5月10日（水）**まで  
に当協会へご連絡ください。

- ① すでにお届けいただいております口座名義等に変更がある場合
- ② 今年度の会費納付が困難な場合

【金融機関へのデータ送信の関係上、上記期限を過ぎてしまいますと停止が困難となりますのでご注意ください】

お問い合わせ先

一般財団法人 **大分県社会保険協会**

〒870-0945 大分市津守55-15 ☎ 097-569-5835 FAX 097-504-7034



## 健康づくり事業 **講師** 派遣のご案内

会員事業所で働く従業員の方が、いつまでも健康で働き続けることができるように、また“健康づくり”を身近に感じて、継続して取り組むきっかけづくりとして、ぜひご活用ください。社内研修や講習会、各種大会等に保健師や体育専門家を派遣します。

### 保健師 過去に実施した講習会の一例

※下記以外のテーマでも可能です。



#### 男性が多い・立っていることが多い

- ・健康寿命 (高血圧、糖尿病、肥満が気になります)
- ・睡眠 (体内時計に合わせた生活)
- ・生活習慣病 (動脈硬化が影響する脳、心疾患に注意)
- ・熱中症 (梅雨前から早めの対策で予防する)
- ・たばこやアルコール (上手な付き合い方)
- ・健診後の検査結果の見方 ほか

#### 女性が多い・座っていることが多い

- ・女性ホルモン (骨粗しょう症や更年期からの過ごし方)
- ・貧血、めまい (重大な病気が隠されている場合も!)
- ・メンタルヘルス (ストレスと脳腸相関について)
- ・感染症 (免疫力や腸内フローラと乳酸菌)
- ・むくみ、冷え性 (長時間座っているリスクなど)
- ・がん、脳梗塞、心筋梗塞 ほか

#### その他

- ・個別の健康相談 (血圧測定・検尿・体脂肪測定)
- ・呼気中一酸化炭素 (CO) 濃度測定



・保健師  
・精神衛生相談員  
吉川 素子 先生

### 体育 過去に実施した内容の一例

※下記以外のテーマでも可能です。



- ・公認ラジオ体操指導士による実技指導
- ・椅子に座って出来る体操
- ・簡単なストレッチ体操
- ・ウォーキングでの注意点 ほか



・ラジオ体操一級指導士  
・大分県知事認定ヘルスサポートトレーナー  
・日本体育協会公認トレーニング指導士  
清松 多恵子 先生



・大分県ラジオ体操連盟理事  
・ラジオ体操一級指導士  
・大分県ヘルスサポートトレーナー  
廣島 忠士 先生



・健康運動指導士  
・ラジオ体操一級指導士  
・大分県ヘルスサポートトレーナー  
小畑 麻理 先生

### 申込方法

⑥ページの申込書に必要事項をご記入のうえ、当協会へFAXまたは郵送でお申込みください。



**日にち** ご希望の日  
(1か月前までにお申込みください)

**場所** 事業所にお伺いします  
(社外のイベント等でも可)

**時間** 30分～  
(就業前、昼休み、就業後でも可)

**費用** 無料(大分県社会保険協会会員事業所で会費納入事業所)  
・非会員事業所・会費未納事業所は有料

## 健康づくり事業講師派遣申込書

※希望する番号に○を付けてください。

● **保健師**の 1.健康相談 2.講習会 3.呼気中一酸化炭素濃度測定 4.その他 ( ) を希望します。● **体育専門家**の 1.ラジオ体操 2.実技指導 3.講習会 4.その他 ( ) を希望します。  
(1.以外)

事業所の事業内容 (職種)								
第1希望 (※1)	令和	年	月	日 ( )	時	分 ~	時	分
第2希望 (※1)	令和	年	月	日 ( )	時	分 ~	時	分
受講者予定数	男性		名		女性		名	
合計		名						
受講場所 ※事業所以外の場所をご希望の場合は、住所等詳しくご記入ください。 (大分市○○運動場など)		(例) 社内の休憩所、会議室、屋外の運動できる場所など  ※雨天時の場合の受講場所						

※該当するものに○を付けてください。

- ・保健師による健康相談や講習会は、( 1.はじめて 2.したことがある 3.定期的に行っている )
- ・体育専門家による実技指導や講習会は、( 1.はじめて 2.したことがある 3.定期的に行っている )
- ・事業所でラジオ体操は、( 1.はじめて 2.したことがある 3.定期的に行っている )
- ・受講時の参加者は、( 1.床に座る 2.椅子に座る(机あり) 3.椅子に座る(机なし) 4.立っている )
- ・受講場所で音響装置等は、( 1.用意できる マイク・プロジェクター・スクリーン・ラジカセ等 )  
( 2.用意できない マイク・プロジェクター・スクリーン・ラジカセ等 )

※ラジオ体操をご希望の場合、体操時に使用するCDは、講師が持参します。

講師に指導して欲しい内容  
やテーマ等を詳しくご記入  
ください。

上記のとおり講師の派遣を申し込みます。

令和 年 月 日

事業所の記号

事業所所在地

事業所名称

電話番号

担当者氏名

一般財団法人大分県社会保険協会長 殿

※1 講師の都合もありますので実施予定日の少なくとも1カ月前までにお申し込みください。

※ 講習時における事故、障害についての責任は負いかねますので悪しからずご了承ください。

※ご記入いただいた個人情報は上記事業以外には使用いたしません。

FAX 097-504-7034



# 健康づくりDVD 貸出しのご案内

## 保健分野

### 貸出番号 ① Good-bye ストレス

監修・出演 南青山アンティーク通り  
クリニック  
**福西 勇夫 先生**



1. ストレスとは何か?
2. 職場でストレスの生まれる原因は?
3. ストレスの初期症状
4. 慢性ストレスの症状
5. ストレスが体に及ぼす影響  
・体をリラックスさせる ・思考パターンを見直す
6. 心のSOS早期発見・早期対処

時間  
28分37秒

### 貸出番号 ② 元気な職場をつくる メンタルヘルス7 第1巻

監修 医学博士 横浜労災病院勤労者  
メンタルヘルスセンター長  
**山本 晴義 先生**



第1巻  
ストレスチェックを活用したセルフケア

時間  
25分

### 貸出番号 ③ 元気な職場をつくる メンタルヘルス7 第2巻

監修 医学博士 横浜労災病院勤労者  
メンタルヘルスセンター長  
**山本 晴義 先生**



第2巻 部下が休職する前にできること  
～ラインケアに活かそう! ストレスチェック制度～

時間  
25分

### 貸出番号 ⑤ 正しく知れば怖くない がんのお話

監修・出演 がん研有明病院  
**土田 知宏 先生**



1. がんはどこにできるのか?
2. がんはなぜできるのか?
3. がん発生のメカニズム
4. がんと生活習慣
5. がんを早期発見するために がん検診
6. がんの治療法

時間  
25分59秒

### 貸出番号 ④ 夏の熱中症 冬のヒートショックに気をつけよう!

監修 国際医療福祉大学 医学部  
公衆衛生学・医学研究科  
公衆衛生学専攻 教授  
**和田 耕治 先生**



熱中症編(約32分)  
ヒートショック編(約9分)

時間  
42分

## 体育分野

### 貸出番号 ⑥ はじめてのウォーキング&ジョギング

監修・出演 ウォーキングインストラクター  
**君塚 正道 先生**



1. 正しい歩き方とは?
2. 正しい姿勢を知ろう
3. 正しい歩き方のためのエクササイズ
4. スピードウォークにチャレンジ
5. ジョギングにチャレンジ
6. ウォーキング&ジョギングの注意点



時間  
30分53秒

### 貸出番号 ⑦ 若々しい体をキープ! エクササイズ&ダイエット

監修・出演 整形外科医・スポーツドクター  
**中村 格子 先生**



1. 若々しい体とは?
2. 良い姿勢になるためには?
3. 体感エクササイズ(基本編)
4. 体感エクササイズ(応用編)
5. ダイエットの基本
6. ダイエットの食習慣



時間  
32分15秒

### 貸出番号 ⑧ トータル・ヘルスプロモーションのための 健康サポート体操

企画・監修 名城大学  
**梅田 孝 先生**



- |                       |               |
|-----------------------|---------------|
| 1. ストレッチ              | 6. ポールトレーニング  |
| 2. 体操A                | 7. チューブトレーニング |
| 3. 体操B                | 8. ステップ運動A    |
| 4. タオル体操              | 9. ステップ運動B    |
| 5. 自重不可(じゅうふか) トレーニング | 10. リラックス     |

時間  
60分

### 貸出番号 ⑨ ちょちょいのちょいトレ2.0 毎日筋活部 筋肉を育てて代謝を予防しよう!

監修 熊本大学 教授システム学  
研究センター・教授  
**都竹 茂樹 先生**



下半身の30秒ストレッチ  
筋肉を目覚めさせる  
上半身の30秒ストレッチ  
筋肉を整える  
4秒筋トレ  
筋肉を練る  
30秒筋トレ  
筋肉を鍛える



時間  
60分

## 申込・利用方法等



1. 下記申込書に必要事項を記入し、当協会へFAXまたは郵送でお申込みください。
2. 受付後、ご希望の日までに貴社(ご担当者)あてに郵送します。
3. 使用後は、破損等にご注意いただき速やかにご返却をお願いいたします。

- ※貸出専用です。販売はしておりません。
- ※在庫の状況により貸出しまでにお時間をいただく場合がございます。
- ※貸出期間は2週間程度を予定していますが変更もできます。
- ※返却の際の送料は貴社にてご負担くださいます様よろしくお願いたします。



## 費用

**無料**(大分県社会保険協会会員事業所で会費納入事業所)

・非会員事業所・会費未納事業所は有料

## 「健康づくりDVD貸出し」申込書

申込日 令和 年 月 日

※ご希望のDVDの番号に○印をつけてください。(複数のお申込み可)

1	Good-bye ストレス						
2	メンタルヘルス7 第1巻						
3	メンタルヘルス7 第2巻						
4	夏の熱中症 冬のヒートショックに気をつけよう!						
5	正しく知れば怖くないがんのお話						
6	はじめてのウォーキング&ジョギング						
7	エクササイズ&ダイエット						
8	健康サポート体操						
9	毎日筋活部 筋肉を育ててメタボを予防しよう!						
貸出希望日	令和 年 月 日から	視聴者人員(予定)					
返却予定日	令和 年 月 日まで			名			
事業所記号							
事業所名称							
所在地	〒 -						
電話番号	☎ - -						
貸出申込責任者							
上記のとおり健康づくりDVDの貸出しを申し込みます。 一般財団法人 大分県社会保険協会長 殿							

※ご記入いただいた個人情報は上記事業以外には使用いたしません。

**FAX 097-504-7034**

# 宿泊施設等優待事業 のご案内

会員事業所で働く被保険者とその家族の健康の保持増進を図るため、大分県社会保険協会が契約した宿泊施設等の窓口で「施設利用会員証」をご提示いただければ、会員特別料金でご利用いただけます。

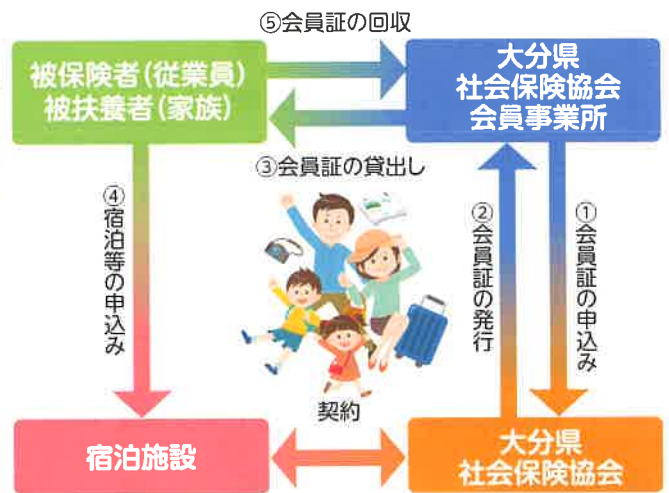


## 利用対象者

大分県社会保険協会  
会員事業所(会費納  
入事業所に限る)の  
被保険者(従業員)と  
被扶養者(従業員の  
家族)



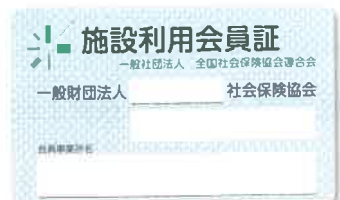
※この事業は、社会保険協会会員事業所にお勤めの方を対象とした事業ですので、非会員事業所の方や社会保険協会費をお支払いいただけない事業所の方からのお申し込みはお断りさせていただきます。



## 「施設利用会員証」の申込み及び利用方法

- ① 右記申込書をコピーして、必要事項を記入し、**郵送**または**FAX**でお申込みください。
- ② 原則1事業所1枚の発行となります。(個人名での発行はお断りしております)
- ③ 宿泊施設利用を希望する従業員に会員証を貸し出してください。
- ④ 宿泊施設のご利用方法(予約や優待内容、会員証の掲示方法など)は各施設により異なりますので、**当協会のホームページ**でご確認ください。 大分県社会保険協会 検索
- ⑤ 利用が終わった会員証は担当者が回収し、各事業所で大切に保管してください。

(有効期間内なら何度でもご利用いただけますので、社会保険協会への返却は不要です。)





## 契約している全国の施設(施設数)

高輪・品川プリンスホテル <b>限定</b> (4)	 <b>Prince</b> Hotels & Resorts プリンスホテル優待プラン (106)
 <b>SEMPOS</b> 一般財団法人 船員保険会 (3)	 <b>ゆかいリゾート</b> (30)
 <b>KAMENOI HOTEL</b> 亀の井ホテルグループ (29)	 <b>HOTEL HOKKE CLUB</b> GROUP ホテル法華クラブ グループ (18)
 <b>HMI</b> HOTEL GROUP <b>HMIホテルグループ</b> (42)	 <b>K&amp;H</b> クア・アンド・ホテルグループ (4)
個別契約施設 (宿泊・日帰り)	

### 注意事項

「施設利用会員証」の発行に1週間程度かかりますので、余裕をもって郵送またはFAXでお申し込みください。

●各施設の料金等は社会保険協会会員限定の特別料金となっており、一般の利用者の方に誤解を招く恐れがあるため、ここに掲載はしておりません。詳しい内容や料金などは専用サイトにアクセスしてご確認ください。

**アクセスパスワードは会員証発行の際にお知らせいたします。**



### 施設利用会員証申込書

事業所記号	申込枚数【     】枚 ※事業所規模に応じた発行数の制限があります。	
事業所名称		
事業所所在地	〒	
電話番号	担当者氏名	

※ご記入いただいた個人情報は上記事業以外には使用いたしません。

**FAX 097-504-7034**

おトクで充実の内容!

# 生活習慣病予防健診のご案内

対象

35歳~74歳の  
被保険者(ご本人)

ココがオススメ

健診内容が充実!

肺・胃・大腸・子宮※・乳房※

※子宮頸がん検診、乳がん検診は、別途自己負担が必要です。

労働安全衛生法で定められた定期健診項目に加え、**5大がん検診**までカバーしています。

健診項目	労安法に基づく定期健診	生活習慣病予防健診(一般健診)
診察等	既往歴	○
	(うち服薬歴)	○※1
	(うち喫煙歴)	○※1
	自覚症状	○
	他覚症状	○
	業務歴	○
	身長	○※2
	体重	○
	BMI	○※3
	腹囲	○※4
	視力	○
	聴力	○
	血圧	○
	血液一般	ヘマトクリット値
血色素量		○
赤血球数		○
白血球数		○
肝機能	AST(GOT)	○
	ALT(GPT)	○
	γ-GT(γ-GTP)	○
	ALP	○
脂質	総コレステロール定量	○
	中性脂肪(トリグリセリド)	○
	LDLコレステロール (Non-HDLコレステロール)	○※5
	HDLコレステロール	○
代謝系	空腹時血糖	◎
	HbA1c	◎
	随時血糖	◎※6
	血清尿酸	○

健診項目	労安法に基づく定期健診	生活習慣病予防健診(一般健診)
尿・腎機能	尿糖	○
	尿蛋白	○
	尿潜血	○
	血清クレアチニン(eGFR)	■
心電図	○	
肺がん	胸部エックス線検査	○
	喀痰検査	○※7
眼底		■
胃がん	胃部エックス線検査	◎
	胃内視鏡検査	◎
肝炎ウイルス	HBs抗原	◆
	HCV抗体	◆
大腸がん	便潜血検査	○
	直腸検査	■
子宮頸がん		▲
乳がん		▲

○必須項目

◎いずれかの項目の実施でも可。

※1 特定健康診査の検査項目であるため、定期健康診断実施時に聴取すべき項目

※2 医師が必要でないときと認めるときは省略可。

※3 算出可。

※4 ①妊娠中の女性その他の者であってその腹囲が内臓脂肪の蓄積を反映していないと診断されたもの、②BMIが20未満である者、③BMIが22未満であって自ら腹囲を測定しその値を申告した者は、医師の判断に基づき省略可。

※5 中性脂肪が400mg/dl以上である場合又は食後採血の場合はLDLコレステロールに代えてNon-HDLコレステロールで評価を行うことができる。

※6 やむを得ず空腹時以外に採血を行いHbA1cを測定しない場合は食直後(食事開始時から3.5時間未満)を除き実施可。

※7 胸部エックス線検査により病変及び結核発病のおそれがないと診断された者について医師が必要でないときと認めるときは省略可。

■医師の判断に基づき選択的に実施する項目

▲受診者の希望に基づき選択的に実施する項目

◆過去に検査を受けたことのない者の希望に基づき実施する項目

ココがオススメ

協会けんぽからの補助でおトクに!

年度内にお一人様につき1回、健診費用の約7割を協会けんぽが補助します。

令和5年度からは協会けんぽからの補助額がアップし、自己負担がさらに軽減されました!



一般健診	軽減前	最高 7,169円	▶	軽減後	最高 5,282円
	軽減後				
付加健診	軽減前	最高 4,802円	▶	軽減後	最高 2,689円
	軽減後				

労安法に基づく一般的な定期健診の費用は約8,000円! おトクで内容充実の協会けんぽの生活習慣病予防健診をぜひご利用ください!

※付加健診とは、節目の年齢において、肝臓、胆のう、腎臓といった腹部の臓器の様子を調べるための腹部超音波検査や、高血圧・動脈硬化などを見つける手がかりとなる眼底検査といった、より詳細な健診です。



【お問い合わせ先】097-573-5630(代表電話)

健康保険給付・任意継続…097-573-6646  
 総務・広報・保険料率…097-573-6641  
 レセプト・第三者行為…097-573-6643  
 健診・保健指導…097-573-6642

全国健康保険協会

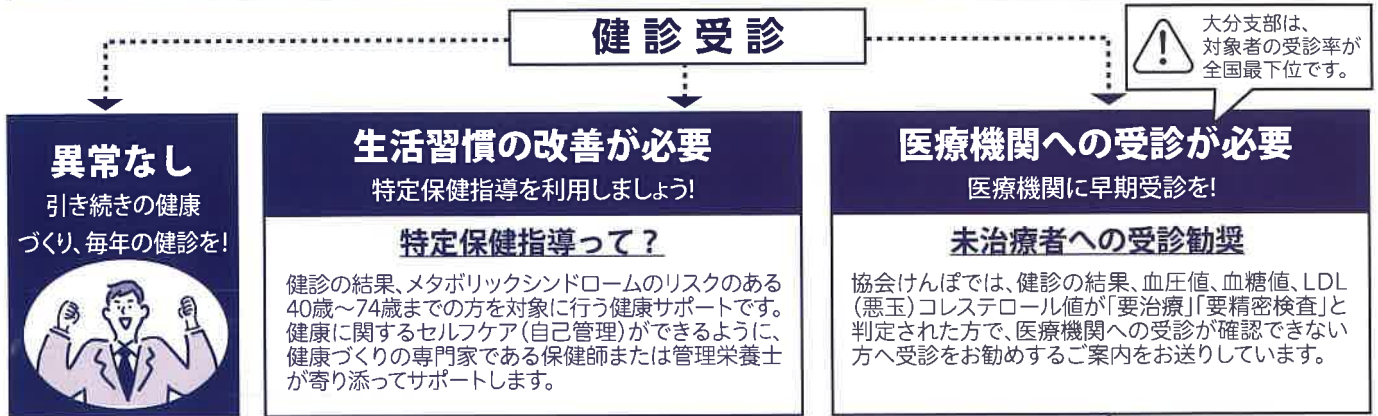
(協会けんぽ)

<https://www.kyoukaikenpo.or.jp/shibu/oita/>

協会けんぽ 大分

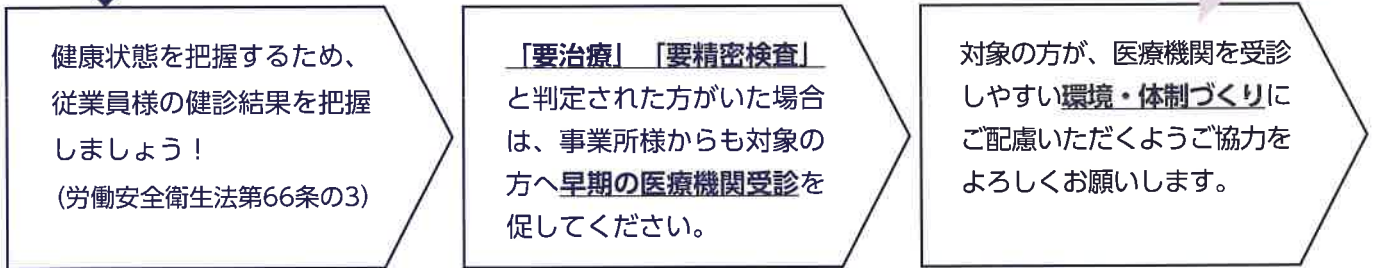
検索

## 健診は受けた後の行動こそが大切です 健診で異常があれば早期のご対応を!



～確実に医療機関を受診していただくために～  
(事業者には安全配慮義務があります)

**重要!!**



早期の医療機関受診は、従業員様の将来の病気の重症化や長期化を防ぎ、事業所様の大切な人材を守ることに繋がります。ご協力をよろしくお願いいたします。

## 協会けんぽの各種申請・届出は すべて郵送でお手続きいただけます



協会けんぽの給付金等の各種申請・届出は、すべて郵送でお手続きいただくことが可能です。窓口までお越しいただくお手間や、窓口でお待ちいただく必要のない郵送でのお手続きがおすすめです。  
※窓口までお越しいただいた場合も、郵送でお手続きいただいた場合も申請書(届出書)受付後の協会けんぽでの審査等の所要日数は変わりません。

申請書(届出書)のダウンロードはこちらから→



令和5年1月からの新様式申請書(届出書)の記入のポイントは  
こちらから→



協会けんぽ 申請書

協会けんぽ大分(新様式)申請書記入のポイント

## 大分支部

<各種申請書は、ホームページからダウンロード出来ます>  
・健康保険給付の申請書・任意継続の申請書・保険証の再交付の申請書



【書類の郵送先】

〒870-8570 大分市金池南 1-5-1 J:COM ホルトホール大分  
(MNC タウン 2 階) 全国健康保険協会大分支部 あて

スキマ時間で  
できる♪  
簡単エクササイズ  
動画公開中!



会員事業主の皆様へ



事業所の名称・住所等の変更の際は  
**社会保険協会にもご連絡**をよろしくお願ひします

会費納付書(領収書)や各種ご案内の際の事業所名称等は、**前年度の2月1日**に日本年金機構に情報開示請求を行った結果得られる日、現在の情報をもとに作成しています。

つきましては、事業所名称等を変更されたときは、下記の「会員変更届」により当協会あてにご連絡(FAXまたは郵便にて)くださいますようお願い申し上げます。

会員変更届

変更年月日 年 月 日

	変更前	変更後
事業所記号	例) 13-おちせ	
フリガナ		
事業所名称		
事業所所在地	〒	〒
電話番号 (市外局番からお願いします)		

※変更前の欄は全てお書きください

◆年金事務所に届出する「適用事業所名称 / 所在地変更(訂正)届」と、当協会への届出は違いますので、ご注意ください!!

お問い合わせ先 (一財)大分県社会保険協会 FAX 097-504-7034 TEL 097-569-5835  
〒870-0945 大分市津守55-15

「出張年金相談所」の各会場におきまして **予約制** を実施しております。

【予約のお問い合わせ先】下記の年金事務所「お客様相談室」・街角の年金相談センター中津(オフィス)へ  
大分年金事務所 ☎097-552-1211 佐伯年金事務所 ☎0972-22-1970  
別府年金事務所 ☎0977-22-5111 日田年金事務所 ☎0973-22-6174  
街角の年金相談センター中津(オフィス) ☎0979-64-7990

※電話の受付時間は平日8:30~17:00までです。(土・日・祝日、12月29日~1月3日を除く)



出張年金相談所開設日

会場	5月	6月	7月
豊後大野市隣保館 (大野町)	9日(火)	13日(火)	11日(火)
豊後大野市商工会 (三重町)	11日(木)	8日(木)	13日(木)
竹田市総合社会福祉センター 「いきいき交流センター」	17日(水)	21日(水)	19日(水)
由布市役所 (本庁舎)	16日(火)	20日(火)	18日(火)
宇佐市勤労者総合福祉センター 「さんさん館」	11日(木)	8日(木)	13日(木)

会場	5月	6月	7月
豊後高田市役所	25日(木)	22日(木)	27日(木)
臼杵市社会福祉センター (大会議室)	11日(木)	8日(木)	13日(木)
市民ふれあい交流センター (津久見市)		27日(火)	
玖珠町役場	17日(水)	21日(水)	19日(水)
九重町役場		28日(水)	

※年金相談の際は、年金証書、振込通知書、年金手帳や被保険者証と、本人であることを確認できるもの(運転免許証等)を必ずお持ちください。  
※本人以外の方が相談される場合は、本人からの委任状とお見えになる方の本人確認ができるもの(運転免許証等)が必要です。  
※平成23年6月よりすべての会場が予約制となっておりますので、お申込は各年金事務所・街角の年金相談センター中津(オフィス)へお電話ください。