

「ねんきん定期便」とは

年金記録を定期的にご確認いただけるよう、国民年金・厚生年金の現役加入者の方にお送りするものです。節目年齢（35歳、45歳、59歳）になる方には「封筒」で、それ以外の方には原則として「はがき」でお送りします。一部、節目年齢になる方以外で、封筒でお送りする場合があります。

「ねんきん定期便」で確認できることは

- ①これまでの年金加入期間
 - ②これまでの加入履歴に応じた年金見込額（年金受給者（支給停止の方も含む）の方は記載しておりません）
 - ③これまでの保険料納付額（厚生年金保険料については、被保険者負担分のみ）
 - ④年金加入履歴
 - ⑤厚生年金保険の標準報酬月額等の月別状況
 - ⑥国民年金保険料の納付状況
- ※上記すべての内容が送付される方は、「封筒」でお送りする方に限られています。「はがき」でお送りする方の場合、上記の①～③については前年度のものを更新して通知されますが、④は省略し⑤と⑥については直近1年分が通知されます。

ご自分の年金記録等についてご確認ください。

確認したあとの手続きは「もれ」や「誤り」がある場合のみ回答してください。

「封筒」でお送りした方
▷同封の「年金加入記録回答票」に記入して返送してください。

「はがき」でお送りした方
▷右記「ねんきん定期便・ねんきんネット専用ダイヤル」にお電話ください。「年金加入記録回答票」をお送りしますので、届きましたら記入して返送してください。

「ねんきん定期便」に関する問合せ

- 「ねんきん定期便・ねんきんネット等専用番号」
☎ 0570 (058) 555 (ナビダイヤル)
 - 050 で始まる電話でおかけの場合は
☎ 03 (6700) 1144 (一般電話)
- 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

日本年金機構を装った不審なメール・SMSにご注意ください

日本年金機構を装い、お客様の個人情報等を盗み出そうとするメール（ショートメッセージサービス（SMS）を含む。以下同じ）や不審なサイトへ誘導しようとするメールが確認されておりますので、ご注意ください。

事例① 日本年金機構のロゴマークを使用し身分を偽り、お客様のお名前・口座番号等の情報を返信させようとするメール

➡ メールでお客様の口座番号等をお尋ねすることはありません。

事例② 日本年金機構とは全く関係のない不審なサイトに誘導しようとするメール

事例③ 国民年金保険料の支払いの督促を装ったサイトに誘導しようとするメール

➡ SMSによるお知らせ（携帯電話やスマートフォンの電話番号宛のメッセージの送信）を行っておりません。リンク先にアクセスすると、不審なサイトや国民年金保険料の支払いの督促を装ったサイトに遷移しますので、絶対にアクセスしないでください。不審なメールを発見した場合は、「日本年金機構へのご意見・ご要望」よりご連絡をお願いします。【ご意見・ご要望投稿フォーム】<https://www2.nenkin.go.jp/do/mail/>

日本年金機構では、より身近でわかりやすい年金を目指して、年金加入記録や年金見込額などの情報をお知らせするたいめ、現役加入者の誕生日に「ねんきん定期便」をお送りしています。

国民年金からのお知らせ

ねんきん定期便

問合せ先

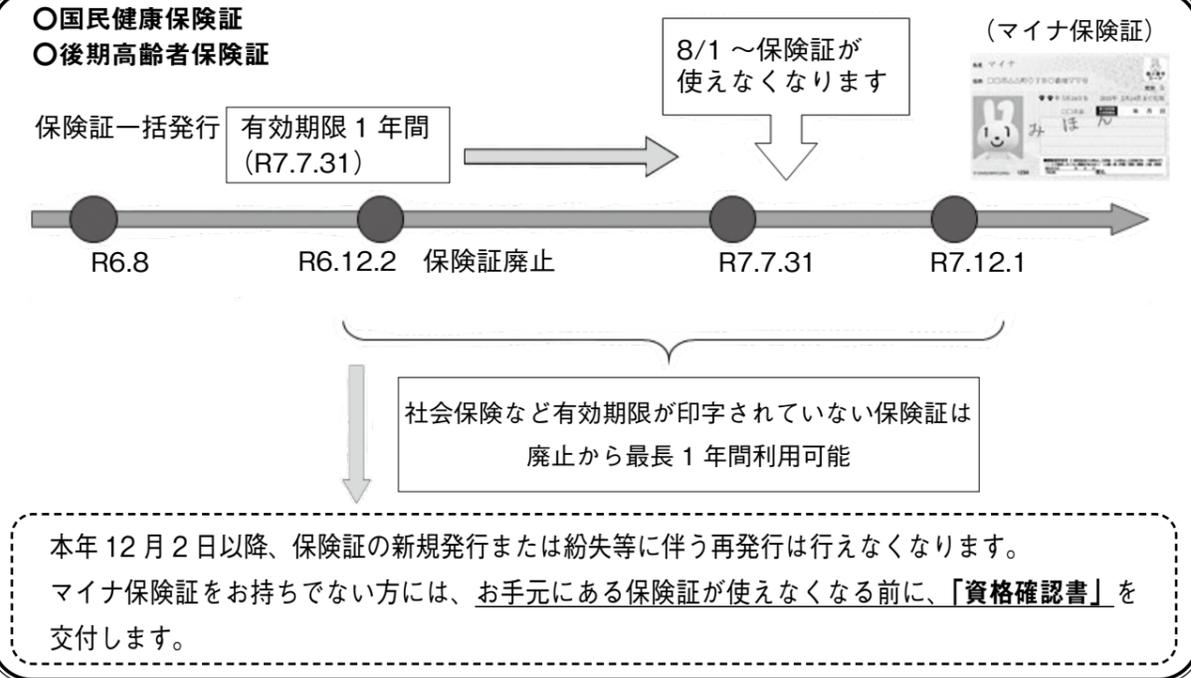
帯広年金事務所（帯広市西1条南1丁目）
☎ 011555・258113
役場住民課戸籍年金係 ☎ 574・2213

健康保険証についてのお知らせ



マイナ保険証をご利用ください。

～令和6年12月2日から現行の保険証は発行されなくなります～



⚠️ご注意ください！

今年12月2日から
現行の保険証は発行されなくなります

※令和6年12月1日までに発行された
国民健康保険被保険者証・後期高齢者医療被保険者証は令和7年7月31日まで有効です

とってもカンタン！
医療機関等を受診の際は
マイナンバーカード
をご利用ください

- 1 受付**
マイナンバーカードをカードリーダーに置いてください。
カードリーダーでマイナンバーカードを保険証として登録できます！
- 2 本人確認**
顔認証または4ケタの暗証番号を入力してください。
顔認証 or 暗証番号
- 3 同意の確認**
診察室等での診療・服薬・健診情報の利用について確認してください。
- 4 受付完了**
お呼びするまでお待ちください。
カードを忘れずに！

マイナンバーカードを使うメリット

① 医療費を20円節約できる
紙の保険証よりも、皆さまの保険料で賄われている医療費を20円節約でき、自己負担も低くなります。

② より良い医療を受けることができる
過去のお薬情報や健康診断の結果を見られるようになるため、身体の状態や他の病気を推測して治療に役立てることができます。また、お薬の飲み合わせや分量を調整してもらうこともできます。

③ 手続きなしで高額医療の限度額を超える支払を免除
限度額適用認定証等がなくても、高額療養費制度における限度額を超える支払が免除されます。

本年12月2日以降、保険証利用登録がされたマイナンバーカードを保有していない方には、発行済み保険証の有効期限が切れる前に、申請いただくことなく「資格確認書」が交付され、引き続き、医療を受けることができます。