出張相談のご案内

岡谷年金事務所では、出張による年金相談を実施しておりますので、ぜひご利用ください。

岡谷年金事務所　出張相談予定表（事前予約制）

会場	予約連絡先	時間	令和7年										令和8年		
			3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
富士見町役場3階 （301会議室） （諏訪郡富士見町落合10777）	岡谷年金事務所 0266-23-3661 （自動音声案内「1」選択後、「2」を選択してください）	10:00～15:00 （12～13時は除く）	5日（水）	2日（水）	7日（水）	4日（水）	2日（水）	6日（水）	3日（水）	1日（水）	5日（水）	3日（水）	7日（水）	4日（水）	4日（水）

・年金相談にお越しの際は、基礎年金番号が確認できるもの（年金証書、振込通知書など）の他、相談者本人であることが確認できるものをご持参ください。
・代理の方がご相談に来られる際は、委任状及び代理人の身分確認ができる免許証などの身分証明書をご持参ください。
・日時の変更及び中止の場合は、随時ホームページを更新しますのでご注意ください。なお、天災などの例外的な事情で予告なく変更及び中止になる場合もございます。

お問い合わせ先　岡谷年金事務所
電話番号　0266-23-3661
（自動音声案内「1」選択後、「2」を選択してください）
※電話の受付時間は8：30から17：15です。
（土・日・祝日、12月29日～1月3日は除く）

出張相談のご案内

長野北年金事務所では、出張による年金相談を実施しておりますので、ぜひご利用ください。

長野北年金事務所　出張相談予定表（事前予約制）

会場	予約連絡先	時間	令和7年										令和8年		
			3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
中野市中央公民館 （中野市三好町1-4-27）	長野北年金事務所 026-244-4097	10:00～15:00 （12～13時は除く）	4日（火）	1日（火）	13日（火）	3日（火）	1日（火）	5日（火）	2日（火）	7日（火）	4日（火）	2日（火）	6日（火）	3日（火）	3日（火）
飯山商工会議所 （飯山市飯山2239-1）		10:00～15:00 （12～13時は除く）	27日（木）	24日（木）	22日（木）	26日（木）	24日（木）	28日（木）	25日（木）	23日（木）	27日（木）	25日（木）	22日（木）	26日（木）	26日（木）

・年金相談にお越しの際は、基礎年金番号が確認できるもの（年金証書、振込通知書など）の他、相談者本人であることが確認できるものをご持参ください。
・代理の方がご相談に来られる際は、委任状及び代理人の身分確認ができる免許証などの身分証明書をご持参ください。
・日時の変更及び中止の場合は、随時ホームページを更新しますのでご注意ください。なお、天災などの例外的な事情で予告なく変更及び中止になる場合もございます。

お問い合わせ先　長野北年金事務所
電話番号　026-244-4097
※電話の受付時間は8：30から17：15です。
（土・日・祝日、12月29～1月3日は除く）

出張相談のご案内

長野南年金事務所では、出張による年金相談を実施しておりますので、ぜひご利用ください。

長野南年金事務所　出張相談予定表（事前予約制）

会場	予約連絡先	時間	令和7年										令和8年		
			3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
千曲市役所 （千曲市杭瀬下2丁目1番地）	長野南年金事務所 026-227-1284 （自動音声案内「1」選択後、「2」を選択してください）	9:30～15:00 （12～13時は除く）	13日（木） 17日（月） 27日（木）	10日（木） 21日（月） 24日（木）	8日（木） 19日（月） 22日（木）	12日（木） 16日（月） 26日（木）	10日（木） 14日（月） 24日（木）	18日（月） 21日（木） 28日（木）	8日（月） 11日（木） 25日（木）	9日（木） 20日（月） 23日（木）	13日（木） 17日（月） 27日（木）	11日（木） 15日（月） 25日（木）	8日（木） 19日（月） 22日（木）	12日（木） 16日（月） 26日（木）	12日（木） 16日（月） 26日（木）
坂城町役場 （埴科郡坂城町坂城10050番地）	坂城町役場 住民環境課住民係 0268-82-3111	9:00～16:00 （12～13時は除く）	18日（火）	15日（火）	20日（火）	17日（火）	15日（火）	19日（火）	16日（火）	21日（火）	18日（火）	16日（火）	20日（火）	17日（火）	17日（火）

・年金相談にお越しの際は、基礎年金番号が確認できるもの（年金証書、振込通知書など）の他、相談者本人であることが確認できるものをご持参ください。
・代理の方がご相談に来られる際は、委任状及び代理人の身分確認ができる免許証などの身分証明書をご持参ください。
・日時の変更及び中止の場合は、随時ホームページを更新しますのでご注意ください。なお、天災などの例外的な事情で予告なく変更及び中止になる場合もございます。

お問い合わせ先　長野南年金事務所
電話番号　026-227-1284
（自動音声案内「1」選択後、「2」を選択してください）
※電話の受付時間は8：30から17：15です。
（土・日・祝日、12月29日～1月3日は除く）

出張相談のご案内

松本年金事務所では、出張による年金相談を実施しておりますので、ぜひご利用ください。

松本年金事務所　出張相談予定表（事前予約制）

会場	予約連絡先	時間	令和7年										令和8年		
			3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
木曽町木曽福島保健センター （木曽郡木曽町福島大手町5764-5）	松本年金事務所 0263-25-8100 （自動音声案内「1」選択後、「2」を選択してください	10:00～15:00 （12～13時は除く）	13日（木）												
木曽町役場 （木曽郡木曽町福島2326-6）		10:00～15:00 （12～13時は除く）		10日（木）	8日（木）	12日（木）	10日（木）	14日（木）	11日（木）	9日（木）	13日（木）	11日（木）	8日（木）	12日（木）	12日（木）
大町市総合福祉センター （大町市大町1129）		10:00～15:00 （12～13時は除く）	19日（水）	17日（木）	15日（木）	19日（木）	17日（木）	21日（木）	18日（木）	16日（木）	20日（木）	18日（木）	15日（木）	19日（木）	19日（木）
南木曽商工会 （木曽郡南木曽町読書3671-3）		10:30～15:00 （12～13時は除く）		24日（木）		26日（木）		28日（木）		23日（木）		25日（木）		26日（木）	

・年金相談にお越しの際は、基礎年金番号が確認できるもの（年金証書、振込通知書など）の他、相談者本人であることが確認できるものをご持参ください。
・代理の方がご相談に来られる際は、委任状及び代理人の身分確認ができる免許証などの身分証明書をご持参ください。
・日時の変更及び中止の場合は、随時ホームページを更新しますのでご注意ください。なお、天災などの例外的な事情で予告なく変更及び中止になる場合もございます。

お問い合わせ先　松本年金事務所
電話番号　0263-25-8100
（自動音声案内「1」選択後、「2」を選択してください）
※電話の受付時間は8：30から17：15です。
（土・日・祝日、12月29日～1月3日は除く）