

お問い合わせ窓口はこちらです

二次元コードから日本年金機構ホームページの各種窓口にご案内します

オンラインサービス

年金について知りたい方

ねんきんネット

ご自身の年金記録の確認や
将来受け取る年金見込み額の
試算ができます

年金Q&A

年金に関する質問の回答を
キーワード検索で探せます

ねんきんチャットボット

よくあるお問い合わせについて
チャット（対話）形式で
相談できます（24時間対応）

動画（YouTube）

年金の制度や届出方法について
動画で確認できます

外国語ページ／Language

年金に関する説明やお知らせを
いろいろな国の言葉や
わかりやすい日本語で
確認できます機構公式XやFacebookで各種制度や通知書の情報などを発信
しています。ぜひ、フォローいただき、ご活用ください。[https://x.com/
Nenkin_Kikou](https://x.com/Nenkin_Kikou)[https://www.
facebook.com/
profile.php?id=
61575964302278](https://www.facebook.com/profile.php?id=61575964302278)

手続きをしたい方

個人向けサービス

国民年金や年金の受け取りに関する
手続きができます
また、源泉徴収票などの通知書を
電子データで受け取れます

事業所向けサービス

健康保険・厚生年金保険の
手続きができます
また、社会保険料額などの情報を
電子データで受け取れます

電話

電話での相談は、相談内容に応じた
各種ダイヤル（ねんきんダイヤル、
ねんきん加入者ダイヤル等）で
受け付けています

対面

対面での相談は、
全国の年金事務所・
街角の年金相談センターで
受け付けています