

年金相談・お手続きの際はご利用ください。

年金相談の予約

予約するとお客様のご都合にあわせて、スムーズに相談できます！

■ インターネット予約なら・・・

夜間・休日にも、
相談の予約ができるのね

相談する日の前日にメールで
お知らせが届くんだ



▼ ご予約はこちらから（翌々開所日以降の予約ができます。）

スマートフォン・携帯電話



https://www.yoyaku.nenkin.go.jp/sp_soyo/RA01_SP/W_RA0101_SPSCR.do

パソコン



日本年金機構 予約相談

https://www.yoyaku.nenkin.go.jp/soyo/RA01/W_RA0101SCR.do

インターネット予約の
受付時間

土日祝日を含め毎日

8:00 ~ 23:30

※ システムメンテナンスにより
停止することがあります。

令和6年1月より老齢年金に加え、障害年金・遺族年金・未支給年金の相談がインターネットでも予約が可能になりました。
インターネット環境のない方は、下記の電話をご利用ください。

■ お電話で予約する場合（翌開所日以降の予約ができます）



ナビダイヤル®
0570-05-4890

ナビダイヤルは、通話料定額プランの対象外です。

(東京) 03-6631-7521

050から始まる電話または、
国際電話からおかけになる場合

※ 週明けはお電話がつながりにくいことがあります。

電話予約の
受付時間

月～金（平日）

8:30 ~ 17:15

（土日祝日、年末年始を除く）



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。



日本年金機構
Japan Pension Service