

11月は「ねんきん月間」、11月30日は「年金の日」です！

日本年金機構では、厚生労働省と協力して、毎年11月を「ねんきん月間」と位置づけ、国民の皆さんに公的年金制度に対する理解を深めていただくための活動・取組を行っています。また、11月30日は、ご自身の年金記録や年金受給見込額を確認し、高齢期の生活設計に思いをめぐらしていただく「年金の日」です。

この機会に、「ねんきん定期便」や「ねんきんネット」で、ご自身の年金記録と年金受給見込額を確認し、未来の生活設計について考えてみませんか。

「ねんきんネット」をご利用いただくと、いつでもご自身の年金記録を確認できるほか、将来の年金受給見込額について、ご自身の年金記録を基に様々なパターンの試算をすることもできます。

「ねんきんネット」については、日本年金機構のホームページ
(https://www.nenkin.go.jp/n_net/)

または、青梅年金事務所に問い合わせください。

※青梅年金事務所 ☎ 30-3410



日本年金機構ホームページ

移動型スマホ教室「どこでもスマホ教室・相談会」の開催について

東京都が実施する、高齢者の方向けのスマホ教室・相談会です。モニターなど必要な機材を備えた車内で実施します。

- ・触ってみたいけどちょっと怖い
- ・持っているけど使い方がわからない
- ・マップで迷わず移動したい
- ・LINEで家族とコミュニケーションがとりたい
- ・スマホで申込したり、キャッシュレス決済がしたい



周りに聞きにくいスマートフォンのこと、この機会に解決しませんか。

日にち	場所	時間			
		午前10時～ 午前10時30分	午前11時～ 午前11時30分	午後0時30分～ 午後2時30分	午後3時～ 午後5時
11月15日(土)	峰谷川渓流釣場				
11月16日(日)	駐車場	個別相談会 (スマホの お悩み解決)	個別相談会 (スマホの お悩み解決)	基本操作 (カメラ操作など)	コミュニケーション (LINE・ビデオ通話)
11月17日(月)	日原生活館				
11月18日(火)	駐車場				

[対象] 60歳以上の方(お持ちの携帯会社は問わず参加できます)

[参加費] 無料

*開催日前日までに電話で受付

*空席がある場合、予約無しでの参加も可能(現地係員にご相談ください)

*スマートフォンは貸し出しできます。

※問い合わせ、予約は、東京都どこでもスマホ事務局 ☎ 0800-111-7356

(午前9時から午後5時まで・通話料無料)