

「ねんきん特別便」をお送りしています

（送付内容をご確認の上、返送を）

「ねんきん特別便」は、社会保険庁が確認した年金記録を記載していますが、記録が誤つてないか、また、記載漏れがないかを確認していただきます。ご確認の上、確認結果を必ず返送・提出してください。

社会保険庁からの送付時期

基礎年金番号に結びついていない約5千万件の年金記録について、名寄せ作業を行い、年金記録と結びつく可能性のある記録が出てきた方には19年12月～20年3月、その他の方には20年4月～10月に「ねんきん特別便」を順次お送りします。

送付先に変更がある方は手続きを

「ねんきん特別便」は、社会保険庁で記録している住所や氏名に基づいて送付します。引っ越しや結婚などで住所や名字が変わった場合には、手続きをしてください。

- 国民年金に加入中の方（第1号被保険者）：特別出張所または戸籍住民課住民記録係（本庁舎1階）の勤務先
- 第3号被保険者の方：配偶者の方

【問合せ】ねんきん特別便専用ダイヤル☎0570(058)555-1285(8617)～。
※詳しく述べ、社会保険庁のホームページ（<http://www.sia.go.jp>）でご案内しています。

- 年金を受けている方：新宿社会保険事務所（大久保2-12-1）

返送・提出方法

①訂正があり、すでに年金を受けている方：同封の「年金加入記録照会票」に訂正内容を記入し、同封の返信用封筒で返送してください。

②訂正があり、現在年金に加入中の方：同封の「年金加入記録照会票」に訂正内容を記入し、同封の返信用封筒で返送してください。

③訂正がない方：同封の「年金加入記録照会票」の右の「確認はがき」に必要事項を記入し、「確認はがき」を切り取って返送してください。

【会場】新宿コズミックセンターラン（大久保3-1-2）
【費用】月曜日：2万7千550円、火曜日：3万9千900円（保険料を含む）。納入は2月・8月に振り

【問合せ】水曜日に直接、会場ブース多数の場合は抽選。
【問合せ】水曜日に直接、会場ブール受付へ。電話の場合は、同連盟☎090(4020)9810（午後7時～9時）へ。

【主催・申込み】はがきにクラス名（第2希望まで）・住所・氏名（ふりがな）・電話番号・生年月日のほか、現在同教室を受講している方はクラス名・受講ナンバーを記入し、2月1日（必着）までに新宿区水泳連盟（〒169-8799新宿北郵便局留）へ。応募

【費用】月曜日：2万7千550円、火曜日：3万9千900円（保険料を含む）。納入は2月・8月に振り

【問合せ】水曜日に直接、会場ブール受付へ。電話の場合は、同連盟☎090(4020)9810（午後7時～9時）へ。

【主催・申込み】はがきにクラス名（第2希望まで）・住所・氏名（ふりがな）・電話番号・生年月日のほか、現在同教室を受講している方はクラス名・受講ナンバーを記入し、2月1日（必着）までに新宿区水泳連盟（〒169-8799新宿北郵便局留）へ。応募

水泳・水中ウォーキング教室

| クラス | 時間 | 定員 | 対象 |
|-------------|-------------|-----|--------------------------|
| S1 初心者 | 9:20～10:30 | 25名 | 初めて水に入る方から |
| W1 水中ウォーキング | 10:30～11:40 | 25名 | 1人で歩行、衣服の着脱ができる方 |
| W2 水中ウォーキング | 11:40～12:50 | 45名 | 3種目を25m以上泳げる方 |
| S2 中上級 | 9:20～10:30 | 45名 | 2種目以上を25m泳げる方 |
| S3 中級 | 10:30～11:40 | 45名 | 1人で歩行、衣服の着脱ができる方 |
| S4 初級 | 11:40～12:50 | 45名 | 初心者から2泳法習得までの方 |
| S5 上級 | 12:40～13:50 | 45名 | 4種目を25m泳げる方、資格の取得を目指す方 |
| S6 中級 | 13:40～14:50 | 45名 | 2種目以上を25m泳げる方 |
| H1 ゆっくり中上級 | 14:50～16:00 | 45名 | 60歳以上で2種目以上泳げる方 |
| H2 ゆっくり初中級 | 16:05～17:05 | 45名 | 60歳以上で初心者から2泳法習得までの方 |
| K1 幼児 | 17:10～18:10 | 45名 | 初心者から2泳法習得までの方 |
| K2 小学生 | 18:10～19:20 | 45名 | 小学生～中学3年生で初心者から2泳法習得までの方 |
| K3 小・中学生 | 19:20～20:30 | 45名 | 小学生～中学3年生で初心者から2泳法習得までの方 |
| S7 初中級 | 20:30～21:40 | 45名 | 3種目を25m以上泳げる方 |

ビズ新宿パソコン教室

| 区分 | 講座名 | 回数 | 日時 | 受講料 | 難易度 |
|----------|---------------------------------|----|-----------------------------------|---------|-----|
| 基本 | パソコンスタートコース（基礎から学ぶ安心コース） | 8 | 2月8日～3月28日の金曜日、午前10時30分～12時 | 25,000円 | ★ |
| | パソコンステップアップ（入力のできる方、日ごろ使っている方） | 5 | 2月5日～3月4日の火曜日、午前10時30分～12時 | 15,000円 | ★★ |
| ワード・エクセル | ワード基礎（書式・罫線・図形） | 5 | 2月5日～3月4日の火曜日、午後1時～4時 | 25,000円 | ★ |
| | ワード応用（スタイル・テンプレート・セクション） | 3 | 2月8日～22日の金曜日、午後1時～4時 | 15,000円 | ★★ |
| | エクセル基礎（計算式・関数・グラフ・一覧表） | 5 | 2月7日～3月6日の木曜日、午後1時～4時 | 25,000円 | ★ |
| | エクセル応用（関数・データベース） | 3 | 2月29日～3月14日の金曜日、午後1時～4時 | 15,000円 | ★★ |
| ゆっくり | デジカメの操作・撮影、写真の印刷・編集・修正 | 6 | 2月6日～3月12日の水曜日、午前10時30分～12時 | 19,575円 | ★ |
| | デジカメ写真の編集加工（明るさ・色合い・ピント・合成） | 3 | 3月19日～4月2日の水曜日、午前10時～12時 | 10,000円 | ★★ |
| 活用 | ホームページ作成（趣味から仕事等基本から運用まで） | 3 | 2月18日～3月3日の月曜日、午後1時～4時 | 15,000円 | ★ |
| | ホームページ更新作業 | 2 | 3月10日(月)・17日(月)午後1時～4時 | 9,000円 | ★★ |
| | データの連携テクニック（ワード・エクセル・メール・その他） | 3 | 2月4日～25日（11日を除く）の月曜日、午前10時30分～12時 | 10,000円 | |
| | インターネット広告の活用（クリックしてもらえるホームページに） | 1 | 2月4日(月)午後1時～5時 | 7,000円 | ★ |
| | 初心者でもOK パソコンで音楽！ 色譜入力から曲の再生に挑戦 | 3 | 2月4日～25日（11日を除く）の月曜日、午後1時～3時 | 10,500円 | |
| | 実用で使うワード（各自写真を用意、チラシやビジネス文書作成） | 1 | 2月6日(月)午後1時～5時 | 7,000円 | ★★ |
| | ブログと掲示板の作成と活用 | 5 | 2月7日～3月6日の木曜日、午前10時30分～12時 | 12,000円 | ★ |
| | 無線LANの設定（※） | 1 | 2月15日(金)午後1時～5時 | 20,000円 | |
| | 会計ソフトを体験しよう | 2 | 2月13日(水)・20日(水)午後1時～5時 | 15,000円 | |
| | 実用で使うエクセル（関数と表で、名簿・集計表） | 1 | 2月27日(水)午後1時～5時 | 7,000円 | ★★ |
| | 作成ソフトを使わないホームページの作り方 | 1 | 3月5日(水)午後1時～5時 | | |
| | あて名差し込み印刷でダイレクトメール・封筒・ラベル作成 | 1 | 3月12日(水)午後1時～5時 | | |
| 休日の夜間 | ワード基礎（書式・罫線・表ほか） | 2 | 2月16日(土)・23日(土)午前10時～午後5時 | 20,000円 | ★ |
| | エクセル基礎（表・計算・関数・グラフ） | 2 | 3月1日(土)・8日(土)午前10時～午後5時 | | |
| | パワーポイント（仕事で使えるひと通り） | 6 | 2月12日～21日の火・水・木曜日、午後6時30分～8時30分 | | |
| | 経営を目指す人のための創業シミュレーション | 1 | 3月15日(土)午前10時～午後5時 | 11,000円 | |
| | 初心者のためのエクセル簡単経営分析 | 2 | 2月27日(水)・28日(木)午後6時30分～9時 | 9,000円 | |
| | | | | 10,000円 | ★★ |

※「無線LANの設定」講座は、受講料に実習用無線機器の代金が含まれています。受講後に機器はお持ち帰りいただけます

スポーツ

区アマチュアダンス協会創立25周年

ダンスパーティ

【日時】2月10日(日)午後1時30分～5時

【会場】新宿コズミックセ

ヘ。先着順。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。