

社会保険セミナー & 年金・労働相談

2025年
8/28 (木)

自分や子どもの生活は、年齢や時期により変化していきます。
ライフプランをイメージしながら、自分らしい働き方を考えてみませんか？

セミナー 9:30~11:30

(無料/定員12名)

働き方で変わる 保険・年金・私の未来

- ・社会保険・労働保険とは？
- ・給与のしくみ給与明細の見方
- ・働く人にとっての労働法
- ・健康保険の給付と公的年金
- ・離婚時の年金分割
- ・転職時に必要な手続き など

病気への
備え

老後の
暮らし

失業・休業の
補償

職場の
トラブル

年金・労働相談 12:45~15:15

(無料/個別相談・一人30分/定員4名)

あなたの困りごとを相談してみませんか？

- ・離婚時の社会保険の手続き
- ・年金分割
- ・雇用契約上のトラブル など

詳しくは裏面をご覧ください

子どもを
扶養に
したいとき

講師/相談員

社会保険労務士ふじなが事務所
藤永 弘子氏

***対象**：母子家庭の母、寡婦※、現在離婚を考えている子育て中の女性

※寡婦：かつて母子家庭の母であって、お子さんが全員20歳に達し、現在も配偶者のいない方

***会場**：エル・ソーラ仙台（仙台市青葉区中央1.3.1 AERビル29F）

***申込**：電話 または ホームページから（申込受付開始：2025年7月9日から/ 先着順）

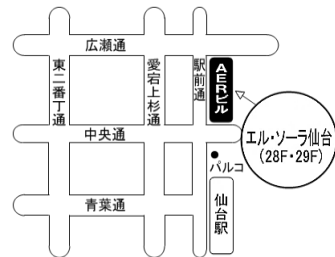
***託児**：セミナー：6ヶ月～小学1年生、相談：0ヶ月～小学1年生

無料 / 要申込（託児受付×切：2025年8月20日まで / 先着順）

しょうがいのあるお子さんや、小学2年生以上のきょうだいがいる場合はご相談ください。

***主催**：仙台市、公益財団法人せんだい男女共同参画財団

※お申し込みの際にいただいた個人情報は、この事業でのみ使用します。



申込・問合せ 仙台市母子家庭相談支援センター TEL. 022-212-4322 FAX. 022-268-3911

【受付時間 火曜11:00~19:00 水曜~土曜9:00~17:00 ※祝日・休館日を除く】

社会保険労務士に 相談してみませんか？

シングルマザーのための年金・労働相談

2025年

8/28(木)

Q：社会保険労務士ってどんな人？

企業における採用から退職までの「労働・社会保険の手続」や「労務管理の相談指導」「年金相談」などに応じる人事労務管理のスペシャリストです。

Q：相談する前の準備は？

- どんなことに困っている？（状況）
- どうになりたい？（希望）

を整理しておく、質問しやすくなります。

仙台市母子家庭相談支援センターの「就業・自立相談（面接）」では、女性相談員が1対1でお話をうかがいます。

困りごとの「状況」や「希望」を整理して社会保険労務士への質問のしかたを一緒に考えます。

電話相談もできます。ぜひ、ご利用ください。

ご予約の際、相談内容に合わせて必要な持ち物をご案内します。

～詳しくはお問合せください。～

Q：どんな相談ができる？

<労働・社会保険>

- ・入職・退職する時の雇用保険・健康保険・厚生年金の手続き
- ・離婚によって姓が変わった時の保険について
- ・出産手当金・傷病手当金って何？
- ・業務上で怪我をした時にはどうすればいいの？

<労務管理>

- ・毎月の給与額が正しく算出されているか確認したい
- ・職場で暴言を受けている
- ・プライベートな付き合いを要求されている
- ・しつこく何度も退職勧奨をされた
- ・解雇理由に不満がある
- ・サービス残業が当たり前になっている
- ・シフトの勤務日数を減らされた
- ・有期雇用契約の更新を突然拒否された

<年金相談>

- ・年金の加入期間、受給資格などを確認したい
- ・離婚時の年金分割を相談したい

など

相談予約・電話相談・問合せ 仙台市母子家庭相談支援センター

TEL. 022-212-4322 FAX. 022-268-3911 <https://www.sendai-l.jp/>

【受付時間 火曜11:00～19:00 水曜～土曜9:00～17:00 ※祝日・休館日を除く】

