

生活支援 ハンドブック

被害にあわれたあなたが、大変な困難の中で、周りのみなさまや地元自治体職員の方々などと全力で支え合っていらっしゃることに。

そんな現場の《今》を見すえ、必要な生活支援の仕組みを整え、その情報をお知らせすることが、政府の使命です。

必要とされることは、時期により、場所により、変わっていきます。このハンドブックの後から決まる、新たな制度なども沢山あります。政府からの情報は、壁新聞やラジオ、ホームページなど、さまざまな方法で常にお届けしていきます。

——政府は、あなたと、つながっています。

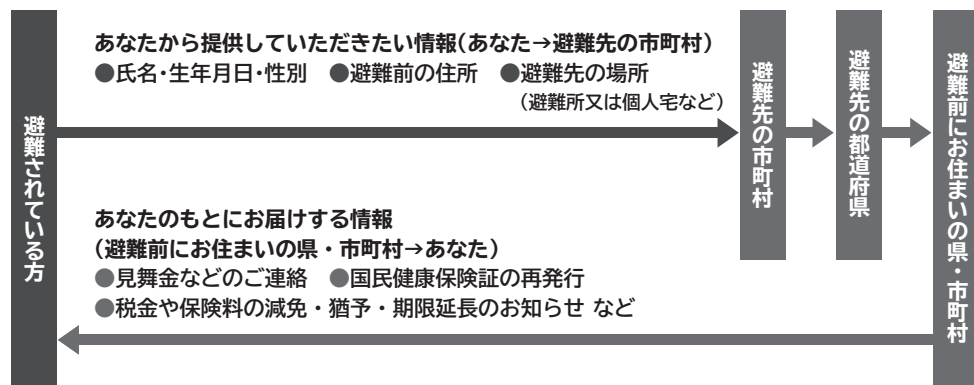
このハンドブックは、
東日本大震災の被害にあわれた
みなさまをサポート
するための生活支援情報を
あつめたものです。
ご自由にお持ち帰りいただき、
ぜひ活用してください。

たいせつなお知らせ

あなたの所在地をお知らせください。今後大切なお知らせをお届けします。

避難先の市町村へ、ご自身の所在地をお知らせください。避難前にお住まいの県や市町村から、見舞金の給付、税や保険料の減免などのお知らせが届くようになります。詳しくは避難先の市町村にお問い合わせください。

全国避難者情報システムの概要



被災者生活再建支援金が支給されます。

災害により住宅が全壊するなど、著しい被害を受けた方々に対して支援金が支給されます。支給額は以下の2つの支援金の合計額になります。具体的なご相談については、各市町村役場にお問い合わせください。

1 世帯あたりの金額(単身世帯は3/4の額となります)

※アパートに賃借して住んでいた場合も含まれます。在留外国人の方にも支援金が支給されます。

① 基礎支援金 全壊など:100万円 大規模半壊:50万円

② 加算支援金 建設・購入:200万円 補修:100万円 賃借:50万円

〈例〉震災で住宅が全壊した後、避難所や賃貸アパートに移り住み、その後新居を建設・購入する場合、支給額は300万円となります。震災で住宅が全壊し、避難所で生活した後、賃貸アパートに移り住んだ場合の支給額は150万円となります。

※申請手続きが簡素化されています

●り災証明書:全壊の事実がわかる写真でも結構です ●住民票:提出が困難な場合、口頭で本人確認などであれば結構です ●預金通帳の写し:銀行名、支店名、口座番号がわかれば結構です

いのち、心身の健康のこと①

自衛隊ドクターが被災地で巡回診療をおこなって重要だと感じた、みなさまへの健康アドバイスです

清潔な環境維持

避難所で新たな病気の予防や、その病気の蔓延を防ぐことが重要です。避難所の定期的な換気、掃除は病気予防の基礎です。トイレ清掃を分担しておこない、避難所を清潔に保ちましょう。

体を動かす

日中外に出て散歩やストレッチで体を動かし、生活にリズムを作ることが大切です。体の不自由な方には、床ずれやエコノミークラス症候群を防ぐため、定期的に体位変更や、脚のマッサージをしてあげてください。

怪我をした方

破傷風予防のため、津波や被災地の片付けで怪我をした方は医療者に申し出てください。また片付けの際は怪我予防のため、厚底の靴、手袋を使用しましょう。

話をしましょう

積極的に挨拶をし、周囲とコミュニケーションをとりましょう。不安があれば安心できる人と話をしましょう。疲れているのに眠れない、食欲がない、恐怖の体験がよみがえりパニックになるなどの症状がある方は医師と話をしてみましょう。

いのち、心身の健康のこと②

みなさまの生命と心身の健康を守るために、
さまざまな支援や制度が用意されています。

屋外で作業される方へ

粉じん吸入にご注意。屋外での作業時はマスク着用を

気温上昇にともない、壊れたコンクリートや断熱材を用いた壁などの粉じんが大気中へ舞ったり、土砂などが乾燥して細かい粒子となったりします。これら粉じんなどを吸い込まないように、防じん用のマスクを着用し、こまめに手洗いやうがいなどもおこなってください。なお、災害復旧工事に従事される方に向けて、防じん用のマスク9万枚を厚生労働省の関係労働局において配布しています。

お悩みを持つ女性の方へ

震災により生じた生活上の悩みや避難所生活での不便など、女性のみなさまの悩みをご相談ください。

■女性の悩み全般：県などの女性相談窓口

岩手県 **019-606-1762**

(毎日 9:00～16:00 火、金は20:00まで)

宮城県 **022-211-2570** (平日 8:30～16:45)

仙台市 **022-224-8702**(日祝日以外 9:00～15:30)

福島県 **024-522-1010** (祝日以外 9:00～21:00)

※なお、福島県では各市町村の保健福祉事務所でも相談を受け付けています。

(平日 8:30～17:15)

■配偶者からの暴力：DV相談ナビ **0570-0-55210** (24時間、自動音声)

※性犯罪の被害や捜査に関する相談は警察までお問い合わせください。

ご存知ですか？ 妊娠中の方へ

居住地以外の市町村でも妊婦健診を受診できるよう、市町村に配慮をお願いしています。避難先の市町村の母子保健担当窓口にご相談ください。被災地以外の医療機関への転院を希望される場合などは、(社)日本産婦人科医会都道府県支部や各都道府県の相談窓口までご相談ください。詳しくは厚生労働省のホームページをご覧ください。

こころの悩み・相談について

被災による不安や悩みを受け止める相談窓口を設けています。
一人で悩まずご相談ください。

■産業保健推進センター

「心の電話相談」 ☎**0120-226-272** (平日 9:00～12:00、13:00～17:00)

「健康電話相談」 ☎**0120-765-551** (平日 13:00～17:00)

■チャイルドライン ☎**0120-99-7777**

※18歳までの子ども専用電話です(月～土 16:00～21:00)

■児童相談所

全国共通ダイヤル **0570-064-000** もしくは最寄りの児童相談所へ

■こころの健康相談

岩手県 災害時ストレス健康相談受付窓口 **019-629-9617** (9:00～17:00)

宮城県 こころの健康相談電話(ホットライン): 精神保健福祉センター

0229-23-3703 (6:00～9:00) **0229-23-0302** (9:00～17:00)

0229-23-3703 (17:00～2:00)

仙台市 電話相談専用回線「はあとライン」

022-265-2229 (平日 10:00～12:00、13:00～16:00)

夜間電話相談「ナイトライン」**022-217-2279** (年中無休 18:00～10:00)

福島県 こころの健康相談ダイヤル **0570-064-556** (月～金 9:00～17:00 休祝日を除く)

■いのちの電話

岩手県 社会福祉法人盛岡いのちの電話 **019-654-7575** (12:00～21:00 日 12:00～18:00)

宮城県 社会福祉法人仙台いのちの電話 **022-718-4343** (24時間)

福島県 社会福祉法人福島いのちの電話 **024-536-4343** (10:00～22:00)

心の安定を乱す不確かな情報や、デマにご注意ください。

被災地では「強盗や性犯罪が増加している」「ナイフを持った外国人窃盗団がいる」など不安をあおりたてるようなデマが流布しています。このような情報を鵜呑みにせず、報道や行政機関など、信頼できる情報源で真偽を確かめ、落ち着いて行動してください。警察で確認したところ、そのような事実はありません。不安のある方は、警察の窓口までご相談ください。

警察総合相談電話 **#9110** ※携帯電話からでもご利用いただけます。

いのち、心身の健康のこと③

目や耳の不自由な方のご家族や周りのみなさまへ

目や耳が不自由な方に対応することが必要なご家族やまわりの方に、相談窓口が開設されています。目の不自由な方の移動・食事時の支援や、耳の不自由な方への情報の伝え方についてなどのご相談をお受けしています。お困りのことがあれば以下の連絡先にご相談ください。

目の不自由な方

東北関東大震災視覚障害者支援対策本部

本部 090-1704-0874 (終日)

岩手県 090-1704-2448 (終日)

宮城県 090-1704-0437 (終日)

福島県 024-531-4950 (火~日 9:00~17:00)

耳の不自由な方

東日本大震災聴覚障害者救援中央本部

本部 03-3268-8847 (9:00~18:00)

岩手県 019-601-2710 (月~金 9:00~18:00)

宮城県 022-293-5531 (8:30~18:30)

福島県 024-522-0681 (月~金 9:00~17:30 土 9:00~12:00)

発達障害のある方のご家族や周りのみなさまへ

発達障害のある方は、日常生活の変化が苦手、感覚の刺激に想像以上に敏感といった特性から、避難所での指示が理解できなかつたり、大勢の人がいる環境が苦痛になったりすることがあります。こうした特性に配慮した、ご家族や周りのみなさまの理解と支援が必要です。

■発達障害者支援センター

岩手県 019-601-2115 (月~金 9:00~17:00)

宮城県 022-376-5306 (月~木、土 9:00~16:30)

仙台市 022-375-0110 (月~金 8:30~17:00)

福島県 024-951-0352 (月~金 8:30~17:00)

介護・介助が必要な方へ

被災地にお住まいで生活にお困りの介護・介助が必要な方は、医療機関や介護施設、介護事務所などにお申し出いただければ、診療代や介護保険サービスの利用者負担を支払う必要はありません。他の市町村に避難された方も同様です。まだ要介護認定を受けていない人や、認定の有効期限を過ぎている人でも、サービスを利用できます。お近くの市町村にご相談ください。認定を受けてはいるものの、介護保険証をなくしてしまった場合も、市町村の窓口で「名前」「生年月日」「住所」をお伝えいただければ大丈夫です。

障害のある方、そのご家族の方へ

障害者自立支援法に基づく障害のある方への福祉サービスや自立支援医療などが、震災以前と同様に受けられるよう、次のようにルールを弾力的に運用しています。

- ①受給者証なしでサービスが受けられます。(これまでサービスを受けられていた方)
- ②今まで利用していた以外の事業者から同様のサービスを受けたり、医療機関、薬局でも受診や薬の受け取りをすることが可能です。
- ③利用者負担の免除又は支払の猶予を受けられます。
- ④震災後に支給決定の有効期間が切れたとしてもサービスを利用することができます。
- ⑤新規の支給決定や支給決定の変更が簡易な手続きで受け取ることができます。

■お問い合わせ先

岩手県	岩手県保健福祉部障がい保健福祉課	019-629-5447
宮城県	宮城県保健福祉部障害福祉課	022-211-2539
仙台市	仙台市健康福祉局障害企画課	022-214-8163
	仙台市健康福祉局障害者支援課(自立支援医療)	022-214-6135
福島県	福島県保健福祉部障がい福祉課	024-521-7170

福祉用具でお困りの方へ

障害者や高齢者の方々に、「使っていた車椅子が身体に合わない」「使っている義足の調子が悪い」「杖が曲がってしまった」など、使用している福祉用具(補装具や日常生活用具など)でお困りのことがありましたら、ご連絡ください。専門のスタッフが、フィッティングや申請手続きなどの相談支援に伺います。

■お問い合わせ先 障害者等福祉用具支援本部

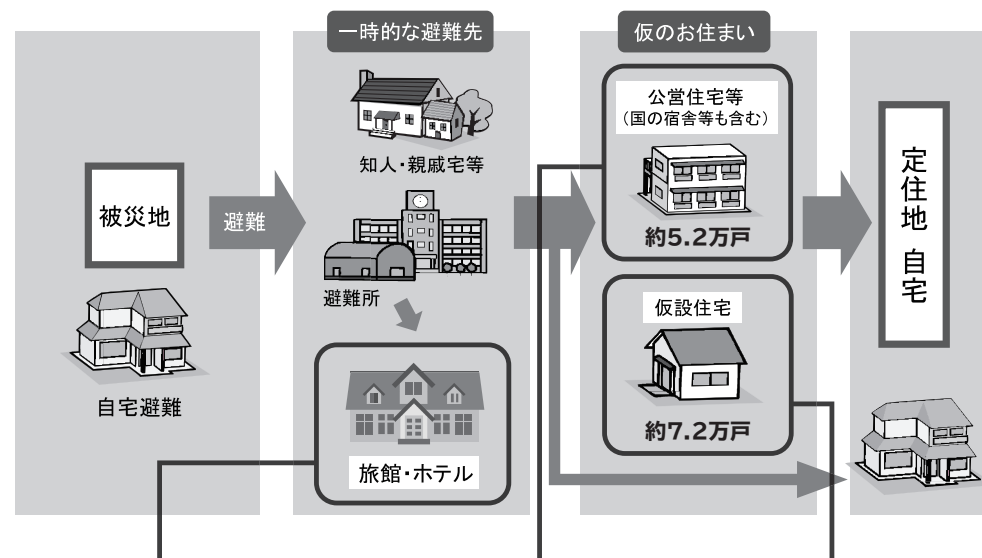
TEL 03-3811-0697 FAX 03-3814-5250 (月~金 8:30~17:00)

住まいのこと

避難生活から、一刻も早く心がやすらぐ住まいと暮らしを送るため、さまざまな支援や制度が用意されています。

定住地を得るまでの流れ

※自治体が避難先をご用意した場合は、移動費用、宿泊費・家賃は無料となります。



旅館・ホテル

自治体が避難所として指定した旅館・ホテルについては、継続的に居住できる施設が確保されるまでの当分の間、宿泊することが可能です。具体的なお相談については、各市町村役場にお問い合わせください。

公営住宅・ 国家公務員宿舎など

公営住宅・国家公務員宿舎などについては、半年～2年間程度無料で入居可能で、現在約5万2千戸をご用意しております(4月16日時点で6,404戸提供済)。
※光熱水費については、自己負担となります。
■被災者向け公営住宅等
情報センター
☎0120-297-722
(9:00～18:00 土日祝も可)

応急仮設住宅

応急仮設住宅については、2年間程度無料で入居可能で、約7万2千戸をご用意する予定です(4月22日時点で16,012戸着工済)。
入居については、各市町村役場にお問い合わせください。
※光熱水費については、自己負担となります。

自宅が被災した場合～様々な支援が準備されております～

被災者生活再建支援金

災害により住宅が全壊するなど、著しい被害を受けた方々に対して支援金が支給されます。詳細はP2をご確認ください。

災害援護資金

災害により住居や家財に被害を受けたり、世帯主が負傷した一定所得以下の世帯に対して、最高350万円を年利3%で融資いたします。この場合、最長で5年間借入金の返済を猶予いたします。具体的なお相談については、各市町村役場にお問い合わせください。詳細はP10をご確認ください。

災害復興住宅融資

被災した住宅の補修・再建資金に対し、住宅金融支援機構が低利で融資いたします。

■住宅金融支援機構(災害専用ダイヤル)

☎0120-086-353 (9:00～17:00 祝日除く)



住宅金融支援機構
携帯サイト

被災住宅の無料診断等

被災した住宅の補修・再建について、無料の診断・相談を受け付けております。まずは「住まいるダイヤル」までお電話ください。

■被災地専用「住まいるダイヤル」

☎0120-330-712 (10:00～17:00 日祝日を除く)

応急修理費用

住宅が半壊し、自ら修理する資力のない世帯に対して、被災した住宅の居室、台所、トイレなど日常生活に必要な最小限度の部分を1世帯あたり52万円まで応急的に修理します。具体的なお相談については、各市町村役場にお問い合わせください。

既存の住宅ローンについて

金融庁・財務局は、金融機関に対して、被災者からの貸付条件の変更等の申込みに対し、積極的に対応するように要請しています。既存の住宅ローンのご相談については、まずはお取引金融機関にお問い合わせください。金融機関の相談窓口一覧は、金融庁ウェブサイト及び携帯サイトに掲載しております。

■東北財務局金融相談窓口 専用ダイヤル

022-721-7078 (9:00～17:45 土日祝も可)



金融庁携帯サイト

震災に乗じた悪質商法にご注意ください。「屋根や住宅設備の点検と称して高額な修理点検代を請求する」など、様々な手口があります。「怪しい」と思ったら警察総合相談電話 #9110(全国共通の短縮ダイヤル)へ。

おかねのこと

被災者生活再建支援金のほかにもみなさまの大切なお金・財産を守るために、さまざまな支援や制度が用意されています。

当面の生活資金・生活再建の資金について

生活福祉資金

被災された1世帯につき、10万円まで(特別な場合には20万円)を無利子でお貸しします。当初1年間は返済する必要がありません。その後2年以内にご返済をお願いします。連帯保証人も不要です。

※ 特別な場合

- ご家族に亡くなった方がいる場合 ●ご家族に要介護者がいる場合 ●4人以上のご家族の場合
- ご家族に重傷者、妊産婦、小学生などがいる場合などで、特に社会福祉協議会会長が認めるとき

■お問い合わせ先…各市町村の社会福祉協議会

災害援護資金

住居や家財に被害を受けたり、世帯主が負傷した一定所得以下の世帯に対して、最高350万円を 年利3%で融資します。最長5年間、返済を猶予します。

■お問い合わせ先…各市町村役場

〈所得制限〉

世帯人員 市町村民税における前年の総所得金額

1人 …………… 220万円

2人 …………… 430万円

3人 …………… 620万円

4人 …………… 730万円

5人以上 …… 1人増すごとに730万円に30万円追加

※ 居住が滅失した場合は1,270万円

保険料などの支払いについて

医療や年金の保険料の納付

保険料の納付が困難な場合は、医療保険料、年金保険料、介護保険料の納付猶予や減免をおこなっています。

■お問い合わせ先…国民年金→市町村役場・年金事務所／健康保険・厚生年金保険→年金事務所／国民健康保険、後期高齢者医療、介護保険→市町村役場

保険証の紛失時の医療・介護サービス

氏名、生年月日などを申し出ただけであれば、治療や介護サービスが受けられます。被災された方で生活にお困りの方は、医療機関や介護施設、介護事業所などに申し出ただけであれば、診察代や介護サービス料(自己負担分)を支払う必要はありません。

金融機関の手続きについて

通帳やカードをなくした方

口頭で本人確認ができれば1日10万円の預金を払い戻ししています。カードや通帳の再発行も受け付けています。

■お問い合わせ先…各金融機関のホームページ、電話相談窓口

お取引金融機関以外の金融機関でも、通帳・カードがなくても預金の払い戻しを取り扱っている場合があります。

■お問い合わせ先…全国銀行協会、全国信用金庫協会、全国信用組合中央協会、各金融機関のホームページ

保険証券を紛失した方

保険証券や本人確認書類などをなくしてしまっても、簡単な手続きですぐにお支払いに応じるなど、みなさまの状況に応じて柔軟な対応をおこなっています。

※どの会社と契約したかわからない場合は、生命保険協会、損害保険協会、各保険会社に照会してください。

■お問い合わせ先

災害地域生保契約照会センター ☎0120-001731

地震保険契約会社照会センター ☎0120-501331

(月～金 9:00～17:00 祝日を除く)

ご存知ですか! 年金受給に必要な現況届などの提出期限が延長されました。

被災されたために「現況届・生計維持確認届・障害状態確認届」などの書類を誕生月の末日までに提出できていない方も、年金を受け取ることができます。書類の提出期限は7月31日まで延長されています。

「生活費の支援」や「住宅の補修」などをかたった、悪質商法にご注意ください。

大規模な地震の後には、地震災害に便乗した点検商法やかたり商法といった悪質商法が横行します。「当面の生活費を借りるために返済保証金を入金したが貸し出しがおこなわれない」「被災した屋根の修理で法外な値段を請求される」などさまざまです。少しでも不審に思った場合には、すぐに契約をせずに、「震災に関連する悪質商法110番(独)国民生活センター」までご相談ください。

震災に関する悪質商法110番 ☎0120-214-888 対象地域:岩手県、宮城県、福島県(毎日10:00～16:00 土日祝日含む)

しごとのこと

生活再建のための仕事を創り出すさまざまな制度が用意されています。

「日本はひとつ」しごとプロジェクト

被災されたみなさまご自身が、仕事を通じて地域の復興に携わることができる取り組みをはじめています。

■お問い合わせ先
お近くのハローワーク

お仕事の一例

- 避難所での子どもの一時預かり
- がれきや漂流物の片付け
- 清掃や町の植栽、パトロール
- 支援物資の仕分け など

※都道府県や市町村では、被災されたみなさまを臨時職員として雇用するなどし、上記のような様々な仕事に携わっていただくことを積極的に支援していきます。

農業のこと

農林水産業の被害に関する相談窓口としてフリーダイヤルを設けています。

☎0120-355-567 (平日 8:30~22:30 土日祝日 8:30~20:30)

全国農業会議所・全国新規就農相談センターでは、被災者のみなさまの希望(都道府県別/住居施設の有無/稲作や酪農といった業務形態 など)にあわせて求人情報を提供し、農業関係職への就労を斡旋しています。東日本大震災の被災者を積極的に採用したい農業法人などを募集した求人情報をホームページでもご紹介しています。 TEL 03-6910-1126 (平日 9:30~17:00)



水産業のこと

被災地の水産業者のみなさまと話し合い、復興プロジェクトの策定・実施を支援すべく、専門家チームを現地に派遣しますので、ご相談ください。

■水産庁水産業復興プロジェクト支援チーム

TEL 03-6744-0508 (平日 9:00~19:00)

沿岸漁業を営む個人や法人が、漁業経営や操業状況の改善を図るための資金を借りることができる制度として、沿岸漁業改善資金があります。利用限度額は一漁業者あたり5,000万円ですが、貸付内容(エンジン、漁ろう機器など)により限度額は異なります。また貸付利子はすべて無利子です。詳しくは所属している漁協や都道府県の水産事務所、または下記窓口にご相談ください。

■水産庁増殖推進部研究指導課 TEL 03-6744-2374 (平日 9:30~19:00)

中小企業の経営者の方へ

働く方の雇用維持のため、さまざまな支援がございます。

各種助成金による支援

雇用調整助成金

震災に伴う経済上の理由※により事業活動の縮小を余儀なくされた事業主のみならず、休業などの措置により社員の方々の雇用を維持した場合、その手当ての一部を助成します。

被災した9県(青森県、岩手県、宮城県、福島県、茨城県、栃木県、千葉県、長野県、新潟県)の災害救助法適用地域の事業所に対しては、

- ①事業活動縮小の確認期間の短縮
- ②事業活動の縮小の見込みでも申請可能
- ③休業計画の届出の事後提出が可能

などの特例措置を設けています。また、申請手続きについても、被災地の状況に応じた柔軟な対応をおこなっております。

※例えば、「交通手段の途絶により、従業員が出勤できない」「原材料の入手や製品の搬出ができない」「来客がない」など。

ご存知ですか! やむなく休業した場合は雇用保険の特例が受けられます。

職場が震災被害を受けたことで、休業や一時的に離職をし、休業手当などの賃金が支払われない方々は、特例的に失業給付を受けることができます。同様に、福島原子力発電所の影響で避難指示や屋内退避指示を受けた地域で働く方も対象となります。また、書類がない場合も、ご本人のお申し出により手続きができます。

■お問い合わせ先…お近くのハローワーク

中小企業向けの金融支援

資金繰りのご相談は、以下の窓口にお電話ください。

■日本政策金融公庫 ☎0120-154-505 (平日)

中小企業事業 0120-327-790 (土日祝日) 国民生活事業 0120-220-353 (土日祝日)

■商工組合中央金庫

☎0120-079-366 (平日 9:00~19:00) 0120-542-711 (土日祝日 9:00~17:00)

■信用保証協会 受付時間は協会ごとに異なります。

岩手県 019-654-1505 宮城県 022-225-5230 福島県 024-526-1530

福島原発のこと

福島原子力発電所に関する最新情報をお届けしています。

ラジオ番組

ラジオ番組「守ります！ 福島～政府原子力被災者生活支援チームQ&A～」

以下の番組で、福島原発に関する不安や、避難・屋内退避されているみなさまの生活支援に関する疑問にお答えしています。

ラジオ福島 (月～金 14:20～14:30 ± 17:15～17:25 日 18:20～18:30)

ふくしまFM (月～木 17:10～17:20 金 18:30～18:40 土日 14:55～15:00)

※放送内容は、ラジオ福島(<http://www.rfc.jp>)、ふくしまFM(<http://www.fmf.co.jp/>)のホームページでもご聴取いただけます。

現地対策本部からのニュースレター

政府原子力災害現地対策本部が、ニュースレターを発行しています。被災地域で生活されているみなさまに、原発事故に関連するわかりにくい問題をできるだけわかりやすく整理して情報をお届けします。各自治体を通じて避難所等への掲示をお願いしているほか、以下のホームページでもご覧いただけます。

<http://www.meti.go.jp/earthquake/nuclear/kinkyu.html>

「福島県双葉郡支援センター」の開設

福島県では、福島原発により避難しているみなさまに、避難前にお住まいになっていた市町村への、現在の所在地・連絡先などをお知らせいただくようお願いしています。今後、各町村から「り災・被災証明」「国民健康保険証」「義援金の支払い」などの大切な手続きについてお知らせいたしますので、お早めにご連絡ください。

■双葉郡支援センター

☎0120-006-865 (月～日 8:00～10:00)

モニタリングデータ

各地における放射線量の観測をおこない、随時その数値を公開しています。詳しくは、文部科学省のホームページ(<http://www.mext.go.jp/>)をご覧ください。

※原子力に関する質問にお答えします

首相官邸災害対策ページの「福島原発・放射能関連情報」のページに、「よくあるご質問」のコーナーがあります。みなさまの疑問に応じて、今後も充実させてまいります。

<http://www.kantei.go.jp/saigai/faq/index.html>

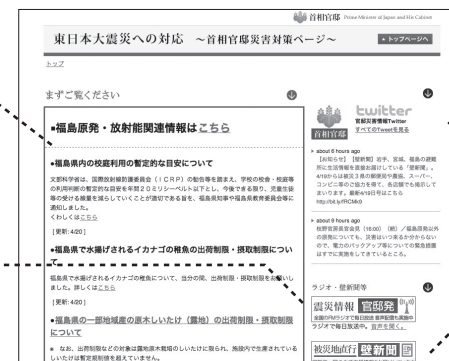
たいせつな行政情報

官邸からの最新情報を毎日お届けしています

首相官邸災害対策ページでは、東日本大震災に関する大切な最新の情報を随時掲載しております。またツイッターにおいても、官房長官の会見の要旨や、その日のトピックスなどを紹介しています。各避難所などで配布している「壁新聞」などとともに、ご活用ください。

<http://www.kantei.go.jp/saigai/>

大切なトピックスを紹介しています。



ツイッターで新しい情報を発信しています。

震災情報 官邸発 毎日放送しているラジオ番組「震災情報 官邸発」を聴取できます。

被災地直行 壁新聞 避難所へ国の生活支援情報をお届けしています。避難所などで配布している「壁新聞」が、ご覧いただけます。

戸籍について

戸籍は、市町村で戸籍の正本を備え付け、管轄法務局で戸籍の副本及び届書を保存しており、戸籍の正本が滅失した場合には、管轄法務局で保存している戸籍の副本などに基づき戸籍を再製することができます。ご不明な点がございましたら、以下の番号にお問い合わせください。

仙台法務局 022-225-5734 盛岡地方法務局 019-624-9856

福島地方法務局 024-534-1933

その他のお問い合わせは

総務省では、被災者のみなさまからの「どのような支援策があるのか知りたい」「どこに相談したらよいかわからない」などの各種相談、問い合わせをフリーダイヤルでお受けしております。

東北管区(宮城県) ☎0120-511-556 岩手事務所 ☎0120-711-815

福島事務所 ☎0120-815-681

(土日祝日を含め 8:30～17:15 ※ただし、東北管区は17:30まで)