

# 全国地域婦人団体連絡協議会 全国女性団体連絡協議会

2026  
いま、かがやいて活動している  
女性たち  
ぐっとアップ!  
NO.577  
編集・発行 全国女性団体連絡協議会 〒150-0002 東京都渋谷区渋谷1-17-14  
電話 03-3407-4303(代) <https://zenjo-kai.jp>  
共催: 全国女性会館

プロジェクトの趣旨に賛同し、野菜の消費拡大に取り組みます。

野菜を食べようプロジェクト

検索



食品ロス削減国民運動のロゴマーク  
「るすのん」  
NO-FOODLOSS PROJECT  
我々はこの運動を推進します!

アースエコ

プラスチック資源の削減、リサイクルの促進でCO<sup>2</sup>排出を減らし、地球環境保全に努めます。



## 社会教育団体の 次世代リーダー研修(40代 50代) 「最新研究から学ぶ社会共創」

**趣旨** 次世代リーダー研修会は、これからの女性会の活動を担っていく40代、50代の女性たちを対象とした研修会です。女性たちがこれからの時代に対応した知識を取得し、スキルアップすることで自信を高め、リーダーシップを持つことの重要性を認識するとともに、今後の活動に生かしていくことができるよう実施するものです。

昨年度まで筑波大学でしたが、今年度は、九州大学で行います。普段では聞けないような講師並びに講義内容です。参加をお待ちしています。

**開催場所** 福岡県福岡市西区元岡 九州大学伊都キャンパス椎木講堂

**日程** 8月8日(土)～8月9日(日) 9月5日(土)～9月6日(日)  
第1回、第2回の開会時に、全女会会長櫻井のあいさつがあります。

第1回(泊2日)	8/8(土)	14:00-15:20	15:40-17:00
		石橋 達郎 総長 ● Vision2030、社会共創 ● 視力が低下する病気とその治療	元村 有希子 理事 ● 一般市民による科学研究活動
8/9(日)	9:00-10:20	10:40-12:00	
	太田 耕平 先生(農学研究院) ● 新しい水産養殖のテクノロジー	伊藤 浩史 先生(芸術工学研究院) ● 生物学 体内時計について	
第2回(泊2日)	9/5(土)	14:00-15:20	15:40-17:00
		工藤 孔梨子 先生(病院) ● 新しい医療 遠隔医療、医療・芸工分野融合	木下 寛子 先生(人間環境学研究院) ● 子供の教育及び教育環境
	9/6(日)	9:00-10:20	10:40-12:00
櫻井 よう子 会長(全国女性団体連絡協議会) ● これまでの女性会、これからの女性会 お笑い芸人 友近(ともちか) ● 笑い気づきでひらく未来 —女性リーダーに必要なしなやかな強さ—	中村 真子 先生(副理事・農学研究院) ● 鶏肉による食糧不足の解消		

**参加人数** 150名(定員になり次第締め切り)

修了証:全日程のプログラムに参加した受講者に、受講修了書が授与されます。

**参加費用** 旅費・宿泊費・懇親会費等は、全女会が負担します。但し、受講料を1回につき5千円負担願います。

**参加締切** 5月15日(金)(先着順、定員になり次第締め切り)

### お申し込み

全国女性団体連絡協議会のホームページから申し込みください。

<https://zenjo-kai.jp>

全国女性団体連絡協議会  
東京都渋谷区渋谷1-17-14  
電話 03-3407-4303

九州大学  
福岡県福岡市西区元岡744  
電話 092-802-2122

# 今年度は九州大学で開催! 次世代リーダー研修

2024年に開始した次世代リーダー研修も今回で3回目となります。過去に参加してくださった皆さんは、確実に地域でその力を発揮しています。今回は特別に九州大学のご協力を得ての開催となります。深く感謝いたします。全国のやる気溢れる女性の皆さん、ぜひご参加ください。そして、研修後はさらに大きく地域で活躍してください。九州で会えることを楽しみにしています。

全国女性団体連絡協議会  
会長 櫻井よう子



# 2025年度リーダー研修参加者は大きく羽ばたいています

## 学びなおしの原点へ

青森県 岡本 由紀

学ぶことやリーダーシップは若い世代のもの、あるいは男性中心のものとして捉えられがちだと感じます。その中で本研修は、人生経験を積んできた女性が、あらためて学び、考え、次の社会を担う存在として力を発揮していくことを正面から位置づけた機会であったと受け止めました。当事者たる女性団体としてこのテーマに取り組んでいる点は、大きな意義があると感じています。

私は一度社会に出て働く中で、現場の違和感や社会課題に向き合う経験を重ねました。その延長線上で、40歳のときに国立大学医学部保健学科へ再入学し、育児を続けながら4年間学び、医療従事者として現場に立つようになりました。社会に出た後の学びは、単なる知識の習得ではなく、自身の経験や問題意識と結びつきながら深まっていくものだと実感しました。

今回、筑波大学での講義に触れ、そのときの感覚が改めて呼び起こされました。研究や理論を、自分自身の経験と重ねながら考えることで、学びが個人の理解にとどまらず、社会の中でどう生かせるのかという視点へと広がっていきました。最先端の学問や技術の研究とは、単なる利便性の追求ではなく、得た知見をいかに社会へ開き、還元していくことを使命としているという点に強い影響を受けました。また、全国から集った多くの女性たちと共に学べたことも、この研修ならではの大きな魅力でした。それぞれ異なる立場や経験を持ちながらも、社会や地域にどう関わっていくかを真剣に考える姿勢に触れ、大きな刺激を受けました。女性同士だからこそ共有できる視点や問題意識が、確かにあると感じています。

本研修を通して、櫻井会長の「40代からこそ学びなおしを」という言葉が強く印象に残りました。それは私自身の歩みを問い直す契機となり、改めて学び直しに向き合う決意へとつながりました。現在は新たな難関資格への挑戦を本格的に始動させ、生活の余暇時間を学習に充てるスタイルへと切り替え、オンラインの資格予備校で講義を受けながら継続的に学んでいます。この学びを個人の成長にとどめるのではなく、社会に還元できる力へと高めていきたいと考えています。

さらに、この変化を自分だけのものにせず、同世代の仲間と積極的に共有し、40代からの学びなおしを具体的な選択肢として語るようになりました。小さな対話の積み重ねですが、共に挑戦しようとする仲間が生まれ始めています。

本研修を企画・運営してくださった主催者の皆さま、そして本研修を牽引してこられた櫻井会長に、心より感謝申し上げます。



## 社会貢献活動 防災&救急救命

岡山県 濱岡 与子

防災士として、防災キャンプの運営のスタッフとして活動、さらに地域の方が、もしもの時に備え上級救命救急講習を受講いたしました。



## 自分の特権を正しく理解し行動に繋げる

沖縄県 大城 朋恵

この度、著名な先生方の講義を受講する機会をいただき誠にありがとうございます。今回の研修の中で数多くのことを学ばせていただきました。

私の中で一番変わったと感じているのは、山口教授の講義から学んだ「自分の特権が何であるかを正しく理解したうえで、自分に何が出来るのか考え行動に繋げる」ということです。私は平日頃から、成功している方々は「自分のことも他人のことも正しく評価している」という共通点があるように感じていました。男性が中心だった社会の中で、女性が活躍する道を切り拓いてきた山口教授が、ご自身の特権が何であるかをはっきりと示されるのを見て、自分が感じていたことは正しかったのだと分かりました。自分が正しく評価されない場で成功するには、持っている特権を正しく理解し行動に繋げることが必要だと認識したことにより、仕事や日常生活で自分の力をうまく発揮できるようになったと感じています。社会では女性の活躍の場が広がっていますが、まだまだ女性というだけで軽視されることも多い状況です。今まではそういった状況になった場合は適当にあしらうだけで済ませていましたが、今後は女性が活躍する道を切り拓いていけるよう行動していきたいと思っています。

今回の研修で学んだ数多くのことについて友人や仕事仲間と情報共有したところ、ぜひ自分も研修に参加してみたいという声が届いています。私事ですが、次年度は地域の婦人会長を務めることになりましたので、そういった場でも研修で学んだことを周知し、次世代を担う方々に繋げていきたいと思っています。

最後になりますが、素晴らしい研修の機会をくださった櫻井会長、全国女性団体連絡協議会の皆様に心より感謝申し上げます。誠にありがとうございました。



## Well-being 最大化の実現を目指して

大阪府 松岡 美樹

このリーダー研修を通して、私は「自分の想い」を「社会とつながる行動」へと変える大きな一歩を踏み出すことができました。

私が筑波大学のリーダー研修に参加させていただいたのは、大人の女性の学びのサロンを立ち上げたばかりの時期でした。「一人ひとりが自分の人生をやり甲斐をもって生きられるよう、その伴走がしたい」とその想いで始めたサロンでしたが、実際には社会とのつながりを持っていない専業主婦の方も多く、何から始めればよいのか分からず、模索の日々でした。研修で学んだウェルビーイング最大化の考え方は、その迷いに確かな軸を与えてくれました。

「個人の幸せ」と「社会とのつながり」を同時に育むという視点を得たことで、サロンの方向性が明確になり、迷いは行動へと変わりました。仲間とともにウェルビーイングの最大化を目指し、それぞれが自分の強みを活かしながら、幸せを感じて生きていく。その理想を現実にするためには、メンバーが「何を提供でき」「何を求められているのか」を知る必要がありました。そこで再び壁にぶつかった時、助けとなったのがこのリーダー研修で得た「つながり」でした。

研修を通して出会った新しい知人・友人との対話から、サロンと社会を結ぶ具体的なヒントを得ることができ、今、少しずつ実践を始めています。まだ試行錯誤の途中ではありますが、メンバー一人ひとりが成長し、自分の持つものをアウトプットし、社会の中で役立てていける場を育て続けたいと考えています。また、研修で学んだ内容はサロンのメンバーにも共有し、睡眠、姿勢、変わる勇気などのテーマは大変好評でした。何より、学びは「楽しく伝えることができる」という体験そのものが、私にとって大きな学びとなり、今後の活動の指針となっています。

この研修に参加していなければ、私の想いは今もまだ想いのまま、行動には結びついていなかったと思います。このような機会を与えて下さいました全国女性団体連絡協議会の皆様、櫻井会長様に心より感謝申し上げます。

これからも学びを行動に変え、チャレンジを続け、たくさんの方に笑顔をお届けしていきたいと思っています。

本当にありがとうございました。



あなたが輝ける場所へ。

茨城県 人材派遣 労働大臣許可第1号

Environmental Scientific Service Administration  
株式会社つくばESSA

☎029-836-3636 Fax029-838-1301  
305-0062 茨城県つくば市赤塚616-1

オフィススペース空きあります。  
**入居者募集!**



JR・地下鉄銀座線渋谷駅  
(宮益坂口から徒歩5分)

東急田園都市線・東横線渋谷駅・  
地下鉄半蔵門線・副都心線渋谷駅  
(地下出口20aかB1から徒歩3分)

全国女性会館

〒150-0002 渋谷区渋谷1-17-14 TEL:03-3407-4301 FAX:03-3407-4305

### 偶然から始まった気づきと学び

北海道 岡村 香奈

この度の研修は、Instagramで偶然案内を目にしたことがきっかけでした。講座内容に強い興味を持ち、「ぜひ学びたい」と感じたことに加え、筑波大学という学びの場に身を置き、どのような方々との出会いがあるのかという期待にも大きな魅力を感じました。



ちょうど子どもが来年大学受験を控えている時期でもあり、努力する姿を見守る中で、「親としても学び続ける姿勢を大切にしたい」「自分自身ももう一度学びを深めたい」という思いを抱いていた頃でした。そのようなタイミングで今回の研修に出会えたことは、自分自身を高めたいという気持ちを後押ししてくれる、大変貴重な機会となりました。

研修では、分野の異なる多角的な講義を通して、社会課題や健康、教育などについて幅広い視点から学ぶことができ、大変有意義で刺激に満ちた時間となりました。特に印象に残ったのは、柳沢正史教授による睡眠に関する講義です。講義を拝聴する中で、子育てを始めた頃から、自然と睡眠を大切に生活してきたことを思い出しました。講義を聞きながら、「もしかすると当時、どこかで睡眠の大切さについて触れる機会があり、知らず知らずのうちに意識していたのかもしれない」と感じました。わが子が2〜3歳の頃から生活リズムや睡眠環境を大切にしてきましたが、今回の講義を通して、その取り組みが科学的にも理にかなったものであったと知り、これまでの子育てを振り返りながら「答え合わせ」をしているような感覚になりました。続けてきたことは間違いではなかったと実感できたことが、大きな喜びと自信につながりました。

また、講義を受講した直後、高校の「栄養」選択科目に外部講師として伺う機会がありました。その際、「テスト前に徹夜をいませんか」「徹夜明けは酩酊状態と同程度の判断力になる」という研究結果があること、「睡眠不足はパフォーマンス低下につながる」と紹介し、一夜漬けよりも、日頃から計画的に学習し、十分な睡眠をとることが免疫力の維持や学習効率の向上につながることを

伝えました。すると生徒からは、「睡眠がそれほど大切だとは知らなかった」「これからはもっと早く寝よう心がけたい」といった感想が多く寄せられ、科学的根拠に基づいた知識を生活に結び付けて伝えることの大切さと、その影響力を実感することができました。

さらに、鈴木先生によるAIとサイバニクスに関する講義も大変印象に残りました。人工知能や人とテクノロジーが融合していく社会の可能性について、私はこれまで、技術が発達しすぎることに對して漠然とした不安を抱いていました。便利さが追求されるあまり、人として大切なものが失われてしまうのではないかとこの思いをどこかで持っていたように思います。しかし講義の中で、車椅子を利用している方に「やってみよう」と尋ねたところ、「普通に鏡の前に立って歯を磨いてみたい」という希望があったというお話を伺い、その考えが大きく揺さぶられました。何気ない日常こそが、その人にとっては大切な願いであり、生きる尊厳につながるものであると気づかされたからです。さらに、その思いに応えるために研究が進められ、車椅子に乗ったまま人の手を借りずに立つことができる機能を備えた車椅子が開発されたという事例を知り、最先端技術が人の願いに寄り添い、生活を支える力になり得ることを実感しました。それまで抱いていた「技術は人から何かを奪うかもしれない」という不安は、「技術は人の尊厳を支えることもできる」という新たな視点へと変わりました。本来当たり前でできていたことができなくなってしまった方々を支えるための最先端技術は、今後もさらに発展してほしいと強く感じています。同時に、どれだけ技術が進歩しても、人と人とのつながりや支え合いの重要性は変わらないという思いも深まりました。医療や福祉、教育など、AIやサイバニクスが私たちの生活に大きな変化をもたらす分野であることを実感するとともに、地域活動や社会教育に関わる者として、時代の変化を理解しながら学び続けていきたいと感じています。

また、全国女性団体連絡協議会会長のお話も強く心に残っています。「お金を抱えて亡くなることはできない。人のために使いたい」という言葉には、社会貢献への覚悟と温かさを感じました。さらに、団体を次の世代へつないで

端の研究に触れて視野を広げてほしい」というメッセージは、胸に深く響きました。

また、今回の研修は九州大学で開催予定と伺いましたが、今回は参加者が再度参加することは難しいと伺いましたが、もし機会があるのであれば、ぜひ再び参加させていただきたいと思うほど、大変学びの多い研修でした。同時に、このような貴重な機会に、今後はぜひ多くの同年代の方々にも参加していただきたいと感じました。

さらに、研修に参加されていた皆様は大変エネルギー溢れる方が多く、もっと多くの方々と交流したかったという思いも残っています。そのような中で、声をかけてくださった方々や親しくしてくださった皆様には、心より感謝申し上げます。またどこかで再びお会いできる機会があれば、本当に嬉しく思います。

今回の研修を通して、学び続けることの大切さだけでなく、その学びを社会や次の世代へ還元していくことこそが、社会教育に関わる者に求められる姿勢であると強く感じました。今後は、自身の経験と今回得た学びを結び付けながら、地域活動や講座などを通して、科学的根拠に基づいた情報をわかりやすく伝え、多くの方々の健康づくりや生活の質の向上に貢献していきたいと考えております。

### 「次世代リーダー研修」に参加して

福岡県 村口 美香



筑波大学での学びの体験は、どの講義も新鮮で、「次世代リーダー研修」に参加しなければ、感じることはできなかった感覚でした。学ぶこと、知らなかった事を知る喜び、そして知らないままにしている事の恐ろしさも教えていただいたように感じています。時代は大きく動いている事も教えていただきました。お金、睡眠、医療、健康どの分野もこれから生きていく中でどれも大切です。これからの人生も充実し、心も体も健康で行動していけるよう、自分の生活を振り返る機会になりました。

研修を終えてからは、睡眠時間は意識するようになりました。そして何より自身の意欲、好奇心に強い刺激を受けています。経験する事で心の豊かさを感じることに魅力を感じて、少しずつですが行動しています。知識を広げていく喜びを誰かと共有していきたいです。

今回の研修を企画、サポートしてくださった皆さまに感謝申し上げます。ありがとうございました。



いくために活動の間口を広げている姿勢にも、大きな感銘を受けました。

研修期間中には、団体の皆さまが手作りのお昼食を用意してくださるなど、随所に温かいおもてなしの心を感じました。「40代、50代は自分に使える時間やお金が最も少ない世代である」「それでも学びたいと願う人に機会を提供したい」「最先

HABOMAI 北海道産昆布  
全国女性団体連絡協議会公認昆布  
歯舞早煮昆布  
皆さまが支えています  
歯舞早煮昆布は、全女会が北方領土返還運動の一環として、北方領土で採れた貝殻産産前昆布を歯舞漁協で袋詰めしたものをも全女会公認昆布として取扱っております。  
歯舞早煮昆布のご愛用  
地域女性会の活動資金源  
歯舞早煮昆布 200g巻タイプ  
歯舞早煮昆布 200g切タイプ  
歯舞漁業協同組合

生物の持つ働きを人々の暮らしに役立てる  
つくばバイオ株式会社  
〒305-0006 茨城県つくば市赤塚423  
Tel.Fax. 029-838-0298

見つめています。  
未来の豊かな生活環境。  
looking toward a future.

食品ロスを無くそう！  
関東商事グループ  
代表取締役 櫻井よう子  
株式会社 土浦関東商事  
関東商事株式会社 有限会社総合整備 株式会社 つくばESSA

# 守礼の邦から平和を未来につなぐ 第73回 全国女性団体研究大会inおきなわ 結ま〜るの心で支え合う地域の絆 第77回 九州地区地域婦人大会

## 開催報告

開催日:2025年11月25日(火)・26日(水)／開催場所:沖縄コンベンションセンター劇場棟・展示棟



開会行事



歓迎セレモニーは南風原高校、郷土芸能部による民族舞踊



主催者挨拶  
一般社団法人沖縄県女性性連合会  
会長 奥野那覇 信子

終戦後80年の節目の年に本大会を、東シナ海に浮かぶ小さな島「おきなわ」で開催できますことを大変ありがたく、心より感謝申し上げます。全国各地の皆様、ようこそお越しくださいました。心から歓迎いたします。めんそーれ、Welcome。  
さて、大会のテーマとして「守礼の邦から平和を未来につなぐ」を掲げ、平和、福祉、環境の3分科会を示しました。昨今のウクライナや中東そして近隣国の中国、台湾では国際情勢の混迷を極めていきます。沖縄県では80年前、県民を巻き込んだ地上激戦で多くの犠牲者がでたこと、その大戦後の戦跡や本土復帰55年経過後も米軍基地が多く点在していることを鑑み、その課題を取り上げております。この大会を通してさらなる研鑽を積み、時代に応じた活動が展開できることを期待いたします。



特別講演「首里城復興について」  
琉球大学名誉教授 文学博士・琉球史 高良 倉吉 氏

日本文化にルーツを持つ人々が、やがて時間をかけて独自の文化を築き上げていった。その「琉球王国」の拠点としての司令塔が首里城であり、南の島々を統一する王様がいました。450年続いたとされています。その間、中国、アジア、ベトナム、タイ、マレーシア、インドネシア、朝鮮半島など、幅広く交易を重ねていきました。

明治維新で近代国家を作るため、日本政府は琉球王国を廃止し沖縄県として組み入れることにしました。昭和になり、日本は戦争を始めました。米軍は日本上陸前に沖縄を制圧するとし、圧倒的に強い軍力で、軍人、民間人問わず攻撃してきました。当時沖縄県に住んでいた住民の4人に1人が犠牲になった悲惨な出来事です。首里城は、日

本兵が軍事場所として使用し、地下に通路や宿舎や防空壕を増設したため、米軍の総攻撃を受け壊滅に至りました。

戦後、沖縄県は日本から切り離され、米軍統治になりました。時が過ぎ本土復帰を果たした際に、首里城復元の話が持ち上がり、私は復元プロジェクトチームの一員として参加しました。本土復帰20周年の節目に首里城の正殿がよみがえり、一般公開ができるようになりました。その他の全ての建物が2019年2月に完成しほっとしていた矢先、2019年10月31日未明、正殿右側の火元から燃え広がり、首里城は一瞬にして全焼してしまいました。30年かけて復元しただけに絶望はどん底でした。

今度の首里城復元に際し、県外から宮大工、お宝(文物)の復元プロなど沢山の方に関わっていただいているため、「オールジャパン」と称し作業を進めているところです。

現在、正殿屋根の覆いを外し、内部の作業を行っています。全体の完成は10年後としています。首里城復元に際し、多くの皆様に多大なご支援をいただきました。復元できることに感謝しています。



第一分科会テーマ「平和」  
移住の地で、学び、伝える 沖縄戦の事  
講師:平和ガイド 井出 佳代子 氏



第二分科会テーマ「健康と福祉」  
笑顔で介護を続けるために  
講師:お笑いタレント 喜舎場 泉/山田 力也 氏  
おきなわ介護福祉研究所  
代表理事 羽鳥 訓秀 氏



第三分科会テーマ「環境(エネルギー)」  
生活の中で向き合うエネルギー  
講師:琉球大学名誉教授 工学博士  
堤 純一郎 氏



懇親会でも南風原高校の皆さんが元気の出る踊りを披露



櫻井会長による乾杯



参加者全員で民族舞踊を踊り、会場は熱気に包まれました



記念講演「文化のチカラで花咲く感動体験の輪」  
演出家・脚本家 平田 大 氏

南島詩人を名乗っています。平田大です。僕のたった一つの目的は、地域おこし、そして人づくり活動を行い自分が生まれた地域を元気にしていく事。今もこれからも続けていきたいと思っています。そのために文化や芸能芸術を活用し活動をしていきたい。

今日の紹介事例は二つ。一つ目は、平均年齢85歳、最高年齢97歳のご長寿アイドル小浜島おばあちゃん合唱団その名も「KBG84」。「天国が一番近いアイドル」という、ドキッとするようなキャッチコピーを掲げ2015年10月にCDデビューを果たし、島で撮影したプロモーション映像がネットで紹介されるや瞬く間にネットユーザーを中心にホットなニュースと

して世界中を駆け巡りました。様々な難難辛苦を乗り越えて今があるおばあちゃんたちの底抜けの明るさは、世代や地域も包み込む母性愛の塊である。国や文化の違いも変えた、ちゅらさんおばあさんの笑顔が地域観光の文化資源として、あるいは世界を変えるミラクルコンセンサスとして新たな可能性を感じています。

二つ目は沖縄の物語を題材にして沖縄の子どもたちに舞台上で演じてもらい、自分たちの地域に誇りを持ってもらいたく25年余り取り組んできました。現代社会は自己肯定感、自己達成感が低いと言われていています。舞台がもたらすもの、人づくりの種をまく、それは感動体験の種である。種をまくと芽が出ます。花咲くタイミングはそれぞれ違いますが、必ず花咲く時が来ます。種を蒔かなければ可能性はゼロです。種をまき続ければ可能性はあります。

今日お集まりの皆様は、各地におけるあらゆるリーダーでありつつ家庭では一人の親であり保護者であるでしょう。子どもたちは、自分が発揮できない、生きづらい事があると思います。常に人づくりの種をまき続けましょう。



次回開催は北海道



### 郵政民営化前の郵便貯金や簡易生命保険はございませんか？ ご家族にも確認を！

郵政民営化前(2007年9月30日まで)にお預けの定期性の郵便貯金は、満期から20年2か月経つと権利消滅の扱いとなりますので、お早目にご確認・払戻しをお願いします。  
権利消滅の扱いとなった場合でも払戻しのご請求ができますので、窓口にご相談ください。  
【お問い合わせ先】郵便局の貯金窓口・ゆうちょ銀行の窓口または、ゆうちょコールセンター(0120-108-420)

満期を過ぎた簡易生命保険や支払開始となった年金保険のお受け取りもお忘れなく。  
ご自身の簡易生命保険を確認する場合は、窓口またはかんぽコールセンターまでお問い合わせください。  
【お問い合わせ先】郵便局の保険窓口または、かんぽコールセンター(0120-552-950)

郵政管理・支援機構(独立行政法人 郵便貯金簡易生命保険管理・郵便局ネットワーク支援機構)