

ゆとりある生活を十八親和銀行が応援します。

年金ガイドブック 2022 ▶ 2023

はじめての方でもわかりやすい年金に関するQ&A



よくわかる年金の仕組み

【目次】		【頁】
Q.1	年金はもらえますか？	P.3
Q.2	厚生年金はいつからもらえますか？	P.5
Q.3	国民年金はいつからもらえますか？	P.7
Q.4	受給開始年齢より早く年金を受け取ることができますか？	P.9
Q.5	「ねんきん定期便」「ねんきんネット」の内容が知りたい。	P.10
Q.6	退職後、雇用保険の失業給付を受給すると 厚生年金はどうなりますか？	P.11
Q.7	60歳以降働く場合、厚生年金はどうなりますか？	P.13
Q.8	サラリーマン夫婦の年金は、どのようになるのですか？	P.17
Q.9	退職後の健康保険はどうすればいいのですか？	P.19
Q.10	セカンドライフにかかる税金について教えてください。	P.20
Q.11	年金の手続きはどうすればいいのですか？	P.21
資料	①長崎県内・佐賀県内の年金事務所等一覧	P.27
	②長崎県内のハローワーク（公共職業安定所）一覧	P.30

なお、本冊子の内容については、令和4年4月現在の各法令に基づき作成しております。

はじめに

年金制度は、複雑でわかりにくいとの声をよく聞きます。

本冊子では、実用面を重視しわかりやすく解説しています。

皆さまのセカンドライフの設計に少しでもお役に立てれば幸いです。

【年金制度の仕組み】

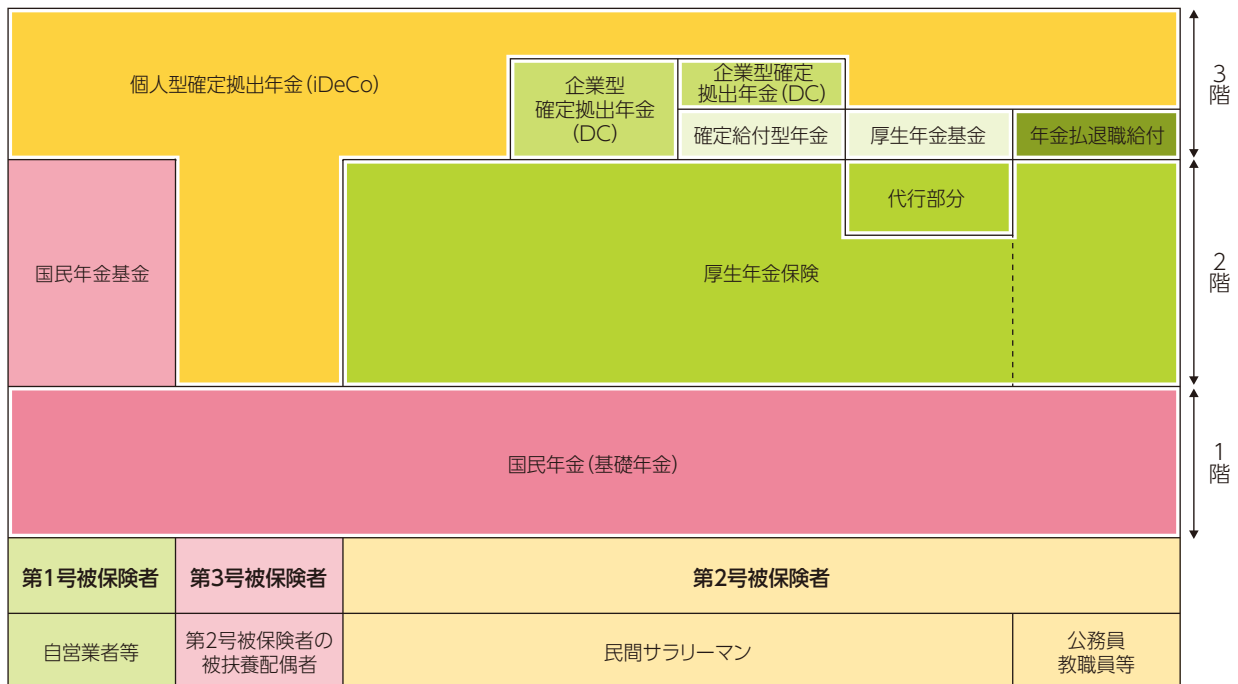
わが国の公的年金制度は、2階建ての年金制度といわれています。

日本に住む20歳以上60歳未満のすべての人が加入する国民年金を1階部分とし、民間の会社にお勤めの方や公務員の方が加入する厚生年金が2階部分となっています。また、公的年金制度に上乘せされる3階部分として厚生年金基金などがあります。

***平成29年1月1日から、個人型確定拠出年金(通称:iDeCo)は自営業者(国民年金第1号被保険者)、サラリーマンや公務員(国民年金第2号被保険者)、専業主婦(国民年金第3号被保険者)が、任意で加入することができるようになりました。**

〈公的年金制度の体系〉

平成29年1月1日～



*平成27年10月1日からは「被用者年金一元化法」により、公務員および私立学校教職員も厚生年金に加入することになり、年金の2階部分は厚生年金に統一されました。

1.各種別ごとの年金業務を担当する実施機関は一元化前と同じです。

- 第1号厚生年金被保険者(会社員) ————— 日本年金機構
- 第2号厚生年金被保険者(国家公務員) ————— 国家公務員共済組合連合会等
- 第3号厚生年金被保険者(地方公務員) ————— 地方公務員共済組合連合会等
- 第4号厚生年金被保険者(私学教職員) ————— 日本私立学校振興・共済事業団

2.上記の各実施機関では、従来と同じく「被保険者の資格管理・保険料の徴収・年金の決定・年金証書の発行・年金の支払等」の事務を行います。

Q.1 年金はもらえますか？

A.1

年金のお受け取りには、必要加入年数を満たす必要があります。受給してみましょう。

加入した年金制度	加入例
厚生年金(共済年金)のみ Q.2へ	民間の会社員・公務員等
国民年金のみ Q.3へ	自営業・無職・フリーター・ 学生・農業等の方
	お勤め経験のない専業主婦の方 (夫が民間の会社員、公務員等の方)
国民年金と 厚生年金(共済年金) Q.2、Q.3へ	お勤め(民間の会社員、公務員等)と 自営業(または専業主婦)の両方を 経験された方

国民年金の加入期間の種類

- (※1) 保険料納付済期間：実際に国民年金保険料を納めた期間。
- (※2) 保険料免除期間：法定免除または申請免除によって、保険料納付の免除を受けられた期間。
- (※3) 第3号被保険者期間：昭和61年4月から、サラリーマンの奥さま(20歳～60歳未満に限る)などは、届出をしていれば第3号被保険者として保険料を納めなくても国民年金に加入している扱いになり、年金額に反映します。

資格を満たしているか、また何歳からどのように受給できるかを下の表でチェック

※必要加入年数は、平成29年7月まで「25年以上」でした。

必要加入年数	受給開始年齢と請求手続き時期
10年以上必要 (厚生年金+共済年金の合計でも可)	原則65歳から ① 60歳代前半より受給が開始され段階的に65歳に引き上げられます(P.5)。 ② 雇用保険の失業給付受給中は、厚生年金は全額支給停止となります(P.11)。 ③ 60歳以降お勤めされている間は、給与と賞与により厚生年金は一部、または全額支給停止となる場合があります(P.13)。 * 一度年金請求手続きをしておけば、②、③の終了後には、自動的に厚生年金を受給できます。
10年以上必要 (保険料を納付した期間※1)と (免除を受けた期間※2)の合計で)	原則65歳から (希望により、60歳～64歳の間に繰上げて減額した年金を、 また、66歳～75歳の間に繰下げて増額した年金を受け取る こともできます(P.7)。
10年以上必要 (保険料を納付した期間※1)、(免除を受けた期間※2)、 (第3号被保険者期間※3)、(カラ期間※4)の合計で)	厚生年金(共済年金)は 原則65歳から 国民年金は 原則65歳から ① 60歳代前半に請求手続きを行うと、60歳代前半から厚生年金(共済年金)が受給でき、65歳からは、あわせて国民年金を受給できます。 ② ただし厚生年金(共済年金)の加入期間が1年以上ない方は、国民年金と同様に65歳からの受給となります。

(※4)カラ期間：サラリーマンの奥さまなどで入籍後、昭和36年4月～昭和61年3月までの20歳～60歳になるまでの間、国民年金に任意加入していなかった期間を、加入期間に加えることができます。ただし、カラ期間の部分は年金額には反映されません。

※この他にも、海外在住者や厚生年金の一時金を受け取られた方などカラ期間を利用できる方がいらっしゃいますので、詳しくは最寄りの年金事務所でご確認ください。(P.27～28参照)

Q.2

厚生年金はいつからもらえますか？

A.2

厚生年金は今後、生年月日により受給開始年齢が引き上げられていき

1 厚生年金の受給開始年齢

厚生年金被保険者期間（共済組合加入分も含む）が1年以上ある方には当分の間、65歳になるまで「特別支給の老齢厚生年金」が支給されます。受給開始年齢は生年月日により異なります。
この「特別支給の老齢厚生年金」は請求を遅らせても、増額することはありません。

生年月日		特別支給の老齢厚生年金						本来支給の老齢厚生年金
		60歳	61歳	62歳	63歳	64歳	65歳	
男性	昭和16年4月1日以前	報酬比例部分の年金						老齢厚生年金
女性	昭和21年4月1日以前	定額部分の年金						老齢基礎年金
男性	昭和16年4月2日～昭和18年4月1日							
女性	昭和21年4月2日～昭和23年4月1日							
男性	昭和18年4月2日～昭和20年4月1日							
女性	昭和23年4月2日～昭和25年4月1日							
男性	昭和20年4月2日～昭和22年4月1日							
女性	昭和25年4月2日～昭和27年4月1日							
男性	昭和22年4月2日～昭和24年4月1日							
女性	昭和27年4月2日～昭和29年4月1日							
男性	昭和24年4月2日～昭和28年4月1日							
女性	昭和29年4月2日～昭和33年4月1日							
男性	昭和28年4月2日～昭和30年4月1日							
女性	昭和33年4月2日～昭和35年4月1日							
男性	昭和30年4月2日～昭和32年4月1日							
女性	昭和35年4月2日～昭和37年4月1日							
男性	昭和32年4月2日～昭和34年4月1日							
女性	昭和37年4月2日～昭和39年4月1日							
男性	昭和34年4月2日～昭和36年4月1日							
女性	昭和39年4月2日～昭和41年4月1日							
男性	昭和36年4月2日以後							老齢厚生年金
女性	昭和41年4月2日以後							老齢基礎年金

*共済年金に加入した方の受給開始年齢は、性別を問わず厚生年金に加入した男性と同様になります。

◎障がいをお持ちの方・長期加入者の方の特例について

次のいずれかに該当する場合は、特例として本来の受給開始年齢から報酬比例部分と定額部分をあわせた特別支給の老齢厚生年金が受給できます。ただし、被保険者資格を喪失している場合に限りません。

①厚生年金保険の被保険者期間*が44年(528月)以上の方

②障がいの状態(障害厚生年金の1級から3級に該当する障がいの程度)にあることを申し出た方

*厚生年金の被保険者期間には、日本年金機構が管理する厚生年金期間、共済組合が管理する被保険者期間、私学共済が管理する被保険者期間、それぞれで44年以上ある場合に限りません。

ます。報酬比例部分の年金が受け取れる年齢になりましたら、お手続きが必要です。

2 厚生年金の年金額

年金見込み額は、毎年日本年金機構から誕生月に送られて来る「ねんきん定期便」で確認できます。
令和4年度の定期便では、35歳・45歳・59歳以外の人には圧着式ハガキで送付されます。

■ 令和4年度 定期便「50歳以上 節目年齢以外」 表面(掲載例) 節目年齢…35歳・45歳・59歳

2. これまでの年金加入期間 (老齢年金の受け取りには、原則として120月以上の受給資格期間が必要です)						
国民年金 (a)			船員保険 (c)	年金加入期間 合計 (未納月数を除く) (a + b + c)	合算対象期間等 (d)	受給資格期間 (a + b + c + d)
第1号被保険者 (未納月数を除く)	第3号被保険者	国民年金 計 (未納月数を除く)				
60 月	0 月	60 月	0 月			
厚生年金保険 (b)				480 月	0 月	480 月
一般厚生年金	公務員厚生年金	私学共済厚生年金	厚生年金保険 計			
420 月	0 月	0 月	420 月			

3. 老齢年金の種類と見込額 (年額) (現在の加入条件が60歳まで継続すると仮定して見込額を計算しています)				
受給開始年齢	** 歳 ~	** 歳 ~	64 歳 ~	65 歳 ~
(1) 基礎年金				老齢基礎年金 777,800 円
(2) 厚生年金	特別支給の老齢厚生年金	特別支給の老齢厚生年金	特別支給の老齢厚生年金	老齢厚生年金
一般厚生年金期間		(報酬比例部分) ***** 円 (定額部分) ***** 円	(報酬比例部分) 907,632 円 (定額部分) ***** 円	(報酬比例部分) 907,632 円 (経過の加算部分) 245 円
公務員厚生年金期間	(報酬比例部分) ***** 円 (定額部分) ***** 円 (経過の職域加算額 (共済年金)) ***** 円	(報酬比例部分) ***** 円 (定額部分) ***** 円 (経過の職域加算額 (共済年金)) ***** 円	(報酬比例部分) ***** 円 (定額部分) ***** 円 (経過の職域加算額 (共済年金)) ***** 円	(報酬比例部分) ***** 円 (経過の加算部分) ***** 円 (経過の職域加算額 (共済年金)) ***** 円
私学共済厚生年金期間	(報酬比例部分) ***** 円 (定額部分) ***** 円 (経過の職域加算額 (共済年金)) ***** 円	(報酬比例部分) ***** 円 (定額部分) ***** 円 (経過の職域加算額 (共済年金)) ***** 円	(報酬比例部分) ***** 円 (定額部分) ***** 円 (経過の職域加算額 (共済年金)) ***** 円	(報酬比例部分) ***** 円 (経過の加算部分) ***** 円 (経過の職域加算額 (共済年金)) ***** 円
(1) と (2) の合計	***** 円	***** 円	907,632 円	1,685,677 円

※一般厚生年金期間の報酬比例部分には、厚生年金基金の代行部分を含んでいます。
※年金見込額は今後の加入状況や経済動向などによって変わります。あくまで「目安」としてください。

64歳から65歳になるまでは、
907,632円(年間) 受け取る見込みです。

65歳からは、
1,685,677円(年間) 受け取る見込みです。

1. 60歳未満の方は現在の制度に60歳まで継続して加入したと仮定しての見込み額を表示します。
2. 60歳以上65歳未満の方は「ねんきん定期便」の作成時点の加入実績に応じて受け取れる見込み額を表示します。
3. 「加給年金」「振替加算」(P.17参照)は含まれていません。

正確な年金額は
年金事務所で!
(P.27~28参照)

正確な年金額は、最寄りの年金事務所で算出してもらうことをおすすめします。

Q.3

国民年金はいつからもらえますか？

A.3

原則は65歳からです。ご希望により早く(繰上げて)もらったり遅らせて(繰下げて)もらったりすることができます。

1 国民年金(老齢基礎年金)の受給開始年齢と受給率(令和4年4月1日より改正)

国民年金(老齢基礎年金)の受給開始年齢は、最高65歳です。

ただし、希望により金額が少なくても早く受け取りたい方は、最高60歳まで繰上げて受給できます。

また逆に、遅くなくても金額を増やしたい方は、最高75歳まで繰下げて受給できます。

この繰下げ受給ができる年齢が、令和4年4月1日に70歳から75歳までに延長されました。

※昭和37年4月2日以降生まれの方から、繰上げ減額率が、**1ヵ月あたり0.4%**(最大24%)に改正されます。

※昭和37年4月1日以前生まれの方の、減額率は改正前の1ヵ月あたり0.5%(最大30%)のままです。

※繰下げ受給が、75歳まで延長されましたが、延長できるのは昭和27年4月2日以降生まれの方です。

改正前

	繰上げ受給					原則	繰下げ受給				
受給開始年齢	60歳	61歳	62歳	63歳	64歳	65歳	66歳	67歳	68歳	69歳	70歳
(0ヵ月)	70.0%	76.0%	82.0%	88.0%	94.0%	100.0%	108.4%	116.8%	125.2%	133.6%	142.0%
(1ヵ月)	70.5%	76.5%	82.5%	88.5%	94.5%	//	109.1%	117.5%	125.9%	134.3%	//
(2ヵ月)	71.0%	77.0%	83.0%	89.0%	95.0%	//	109.8%	118.2%	126.6%	135.0%	//
:	:	:	:	:	:	//	:	:	:	:	//
(11ヵ月)	75.5%	81.5%	87.5%	93.5%	99.5%	//	116.1%	124.5%	132.9%	141.3%	//
	← 1ヵ月ごとに0.5%減額 →						← 1ヵ月ごとに0.7%増額(142%上限) →				
分岐点(*)	77歳頃	78歳頃	79歳頃	80歳頃	81歳頃	—	78歳頃	79歳頃	80歳頃	81歳頃	82歳頃

*「分岐点」とは、繰上げまたは繰下げ受給をした場合に、原則どおり65歳から受給する方と受取累計額がほぼ同額となる年齢のことです。

改正後(令和4年4月1日～)

	繰上げ受給					原則	繰下げ受給									
受給開始年齢	60歳	61歳	62歳	63歳	64歳	65歳	66歳	67歳	68歳	69歳	70歳	71歳	72歳	73歳	74歳	75歳
(0ヵ月)	76.0%	80.8%	85.6%	90.4%	95.2%	100.0%	108.4%	116.8%	125.2%	133.6%	142.0%	150.4%	158.8%	167.2%	175.6%	184.0%
(1ヵ月)	76.4%	81.2%	86.0%	90.8%	95.6%	//	109.1%	117.5%	125.9%	134.3%	142.7%	151.1%	159.5%	167.9%	176.3%	//
(2ヵ月)	76.8%	81.6%	86.4%	91.2%	96.0%	//	109.8%	118.2%	126.6%	135.0%	143.4%	151.8%	160.2%	168.6%	177.0%	//
:	:	:	:	:	:	//	:	:	:	:	:	:	:	:	:	//
(11ヵ月)	80.4%	85.2%	90.0%	94.8%	99.6%	//	116.1%	124.5%	132.9%	141.3%	149.7%	158.1%	166.5%	174.9%	183.3%	//
	← 1ヵ月ごとに0.4%減額 →						← 1ヵ月ごとに0.7%増額(184%上限) →									
分岐点(*)	81歳頃	82歳頃	83歳頃	84歳頃	85歳頃	—	78歳頃	79歳頃	80歳頃	81歳頃	82歳頃	83歳頃	84歳頃	85歳頃	86歳頃	87歳頃

※繰上げ受給をした時から、20年10ヵ月後に65歳受給と同額になります。

※繰下げ受給した時と通常に65歳から受給した場合とで、受給総額が逆転するのは繰下げ受給した時から11年11ヵ月後です。(加給年金や振替加算が受給できる場合は、逆転がさらに遅くなります。)

2 繰上げ受給の注意点

国民年金(老齢基礎年金)の繰上げには次のようなデメリットがあります!!

- ◎繰上げた場合の支給率は生涯変わりません。また、一度繰上げると取り消しや変更はできません。
- ◎国民年金に任意加入中は、繰上げ受給できません。繰上げ受給後の国民年金任意加入(4 国民年金の年金額を増やす方法参照)や国民年金保険料の追納もできなくなります。
- ◎繰上げ受給を開始した後、一定の障がい状態になっても、障害基礎年金は受給できないことがあります。
- ◎遺族厚生年金を受け取る場合、65歳になるまではどちらか一方を選択しなければなりません。

3 国民年金(老齢基礎年金)の年金額

令和4年度の満額は、777,800円(年額)です(物価の変動により毎年見直されます)。これは、原則どおり20歳から60歳になるまでの40年間すべて国民年金の保険料を納付した方が、65歳から受け取る1年間の金額です。お一人おひとりの年金額は次の計算式で求められます。

■ 国民年金の計算式

$$\begin{aligned} & 777,800\text{円} \times \frac{\textcircled{1} + \textcircled{2} (\text{平成21年3月までの免除月数}) + \textcircled{3} (\text{平成21年4月以降の免除月数})}{\text{加入可能年数} \times 12\text{ヵ月}} \\ & = \boxed{\text{A年額}} \text{円} \quad \boxed{\text{A年額} \div 12\text{ヵ月}} = (\text{月額} \quad \text{円}) \end{aligned}$$

① … 保険料納付月数

② … 全額免除月数 $\times \frac{1}{3}$ + $\frac{3}{4}$ 免除月数 $\times \frac{1}{2}$ + 半額免除月数 $\times \frac{2}{3}$ + $\frac{1}{4}$ 免除月数 $\times \frac{5}{6}$

③ … 全額免除月数 $\times \frac{1}{2}$ + $\frac{3}{4}$ 免除月数 $\times \frac{5}{8}$ + 半額免除月数 $\times \frac{3}{4}$ + $\frac{1}{4}$ 免除月数 $\times \frac{7}{8}$

*加入可能年数は、昭和16年4月2日以降生まれの方から、40年です。

※サラリーマンの奥さまなど、通常65歳より振替加算が加算される場合があります。(P.17参照)
(ただし、生年月日が昭和41年4月1日以前生まれの方に加算)

4 国民年金の年金額を増やす方法

■ 国民年金の任意加入 令和4年度

60歳から65歳になるまでの間、加入期間40年を満たすまで、国民年金に任意加入することができます。

(事例) 1年間、任意加入した場合

保険料総額: 16,590円 $\times$ 12ヵ月 = 199,080円

増加年金額: 777,800円 $\times$ 12ヵ月 / 480月 = 19,445円

*65歳から受給すれば10年3ヵ月(75歳3ヵ月)で受給額が納付額を上回ります。

■ 付加年金

65歳になるまで任意加入で国民年金を納付している間、付加年金に任意加入することができます。

(事例) 1年間、付加年金を納付した場合

保険料総額: 400円 $\times$ 12ヵ月 = 4,800円

増加年金額: 200円 $\times$ 12ヵ月 = 2,400円

*付加保険料をあわせて納付すると9年4ヵ月(74歳4ヵ月)で受給額が納付額を上回ります。

◎ どちらも手続きは年金手帳と印鑑を持参のうえ、市区町村役場で行います。

Q.4

受給開始年齢より早く 年金を受け取ることができますか？

A.4

昭和28年(女性は昭和33年)4月2日以降に生まれた方の特別支給の老齢厚生年金は61歳以後に支給開始となりますが、希望すれば60歳から受給開始年齢前の前月までの間に繰上げて受け取ることができます。当初の年金額が多くなるというメリットもありますが、いくつかのデメリットもあります。(下記注意点およびP.8参照)

例) 昭和34年5月生まれ
A男さんの場合

厚生年金35年(平成15年3月まで、20年、平均標準報酬月額30万円)
(平成15年4月以降、15年、平均標準報酬額40万円)
国民年金5年

※配偶者がいることで加算される加給年金額を除いた場合の金額の目安です。

		64歳	65歳
		報酬比例 部分の年金 <907,632円>	老齢厚生年金 <907,632円>
			差額加算 <245円>
			老齢基礎年金 <777,800円>
通常受給		907,632円	1,685,677円
年 齢	64歳~65歳 60歳~65歳		65歳以降
繰上げ受給	1,234,431円		1,234,431円
	60歳	65歳	
		繰上げによる減額	
		繰上げ受給の老齢厚生年金 <689,726円>	
		差額加算 <245円>	
		繰上げ支給の老齢基礎年金 <544,460円>	
		繰上げによる減額	

76歳8カ月で、受取累計額は
ほぼ同額となります。
※厚生年金と国民年金の加入期間によって同額となる年齢は異なるため、あくまで一例としてご参考になさってください。

※報酬比例部分開始年齢以降は厚生年金の繰上げ受給はできませんが、希望するといつでも国民年金(老齢基礎年金)の繰上げ受給をすることができます。(P.7参照)

■繰上げ受給の老齢厚生年金を請求する際の注意点

- ◎報酬比例部分の年金のみの繰上げ請求はできず、必ず国民年金(老齢基礎年金)と併せて繰上げ請求する必要があります。よって国民年金を繰上げた場合のデメリット(P.8参照)も十分に考慮ください。
- ◎繰上げた報酬比例部分の年金は、雇用保険(失業給付)を受給すると停止となります。(P.11参照)
- ◎繰上げた報酬比例部分の年金は、厚生年金に加入して働いた場合、在職老齢年金として調整の対象となります。(P.13参照)

◎老齢基礎年金・老齢厚生年金の繰下げ支給制度について

65歳から老齢年金を受け取ることができる方が、65歳から受け取らずに66歳以降75歳までの間に支給の繰下げ申し出をした場合は、申し出した翌月分から増額された老齢年金を受け取ることができます。(P.7参照)

※昭和17年4月2日以降生まれの方は、「老齢基礎年金」「老齢厚生年金」の両方共、あるいは別々に繰下げすることができます。

Q.5

「ねんきん定期便」「ねんきんネット」の内容が知りたい。

A.5

毎年、日本年金機構から誕生月に厚生年金・国民年金現役加入者に送られてくる「ねんきん定期便」では、加入記録や年金見込み額などが確認できます。さらに「ねんきんネット」では24時間いつでもご自宅のパソコンやスマートフォンで自分の年金記録を確認できます。

1 「ねんきん定期便」で、お名前やご住所、年金の加入記録などに漏れや誤りがないかどうかチェックしましょう。

35歳、45歳、59歳の節目年齢に届く「ねんきん定期便」

それまでの加入記録に加え、すべての納付状況の詳細が通知されます。

令和4年度の「ねんきん定期便」

お客様への大切な情報

- 最初に送付されるのは、必ずお名前・ご住所・生年月日・性別・年金加入記録が正しいかどうかを確認するための「ねんきん定期便」です。
- 次に送付されるのは、必ずお名前・ご住所・生年月日・性別・年金加入記録が正しいかどうかを確認するための「ねんきん定期便」です。
- 年金加入記録が正しいかどうかを確認するための「ねんきん定期便」です。
- 年金加入記録が正しいかどうかを確認するための「ねんきん定期便」です。

必ずご確認ください

日本年金機構

直近一年分の納付状況などが通知されます。

それ以外の方へ届くハガキ版「ねんきん定期便」

▼50歳以上 節目年齢以外

※お問い合わせの際は、照会番号をお知らせください。

お客様へのお知らせ

最近の月別状況です

下記の月別状況や欄の年金加入期間に「もれ」や「誤り」があると思われる方、特に、転勤・転居が多い場合、姓（名字）が変わったことがある場合などは、お近くの年金事務所にお問い合わせください。

年月 (和暦)	国民年金 (第1号・第3号) 納付状況	加入区分	厚生年金保険 標準報酬月額 (千円)	標準報酬 納付額 (千円)	保険料 納付額
00年 01	納付済				
00年 02	納付済				
00年 03	納付済				
00年 04	納付済				
00年 05	納付済				
00年 06	納付済				
00年 07	納付済				
00年 08	納付済				
00年 09	納付済				
00年 10	納付済				
00年 11	納付済				
00年 12	未納				

2 「ねんきんネット」のご利用方法

- ご利用にはユーザー IDの取得が必要です。

登録はこちら！「ねんきんネット」サービス

詳しくは「ねんきんネット」で検索

ねんきんネット

検索

- ご自身の基礎年金番号がわかるものを準備
- 登録画面に必要事項を入力
⇒お申し込み後、ユーザー IDをお知らせするハガキが郵送(5日間程度かかります)

3 「ねんきんネット」のサービス

- 最新の年金加入記録の確認
- 持ち主不明の年金記録検索
- ライフプランにあわせた年金見込み額の試算
- 「年金振込通知書」等の確認
- 電子版「ねんきん定期便」の配信
- 追納、後納等可能月数と金額の確認

ねんきん定期便・ねんきんネットについてのお問い合わせは

TEL 0570-058-555 (ナビダイヤル)

050で始まる電話でおかけになる場合は、TEL 03-6700-1144 (一般電話)

受付時間

平 日(原則月曜日以外) / 8:30~17:15
月曜日(休日明けの初日) / 8:30~19:00
第 2 土 曜 日 / 9:30~16:00

※祝日(第2土曜日を除く)、12月29日~1月3日はご利用いただけません。

Q.6

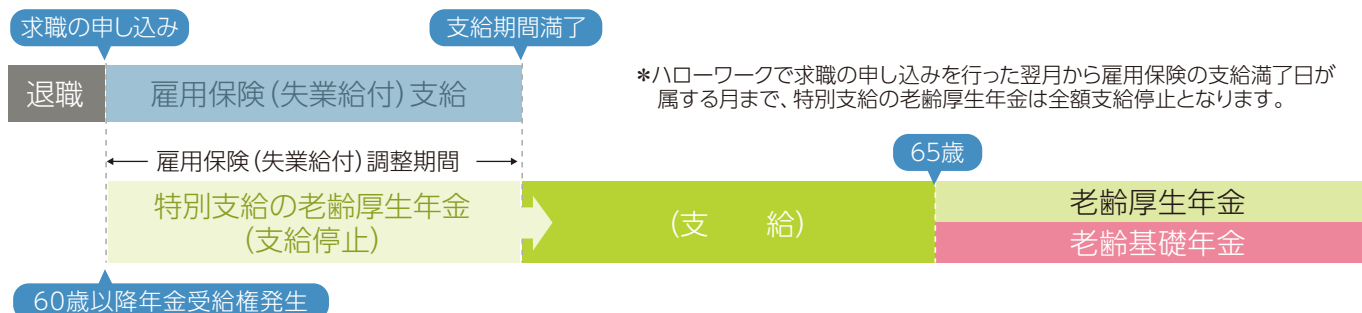
退職後、雇用保険の失業給付を受給すると厚生

A.6

厚生年金は全額支給停止になります。失業給付が終了すれば、厚生年金

1 失業給付と厚生年金の関係

雇用保険の失業給付を受給している間、厚生年金は支給停止になりますが、雇用保険の手続き時期に年金のご請求時期も到来している場合、年金請求手続きを済ませておくことで、年金をスムーズにお受け取りになれます。



2 退職後に受け取る失業給付(離職時の年齢:60歳～)

雇用保険の失業給付の金額は、離職日前6ヵ月の賃金総額から算出した賃金日額をもとに1日あたりの給付額(基本手当日額)が決定されます。(失業給付は非課税です。)雇用保険は再就職が決まるまでの生活設計のつなぎ資金です。どの程度受け取れるか、おおよその目安をつかんでおきましょう。次に説明する①～③を参考にしてください。

①〈賃金日額〉

離職日前6ヵ月間の賃金総額÷180日=賃金日額

②〈基本手当日額〉…1日いくら給付額となるのか?

(令和3年8月～令和4年7月)

賃金日額	2,577円未満	2,577円以上4,970円未満	4,970円以上11,000円以下	11,000円超15,770円以下	15,770円超
給付率	—	80%	80%～45%	45%	—
基本手当日額	2,061円(下限額)	2,061円～3,975円	3,976円～4,950円	4,950円～7,096円	7,096円(上限額)

*毎年8月に見直しがあります。

③〈所定給付日数〉…もらえる日数

(令和3年8月 現在)

被保険者期間 退職年齢	1年未満	1年以上5年未満	5年以上10年未満	10年以上20年未満	20年以上
60歳～64歳	90日(90日)	90日(150日)	90日(180日)	120日(210日)	150日(240日)
65歳以上	30日分	50日分			

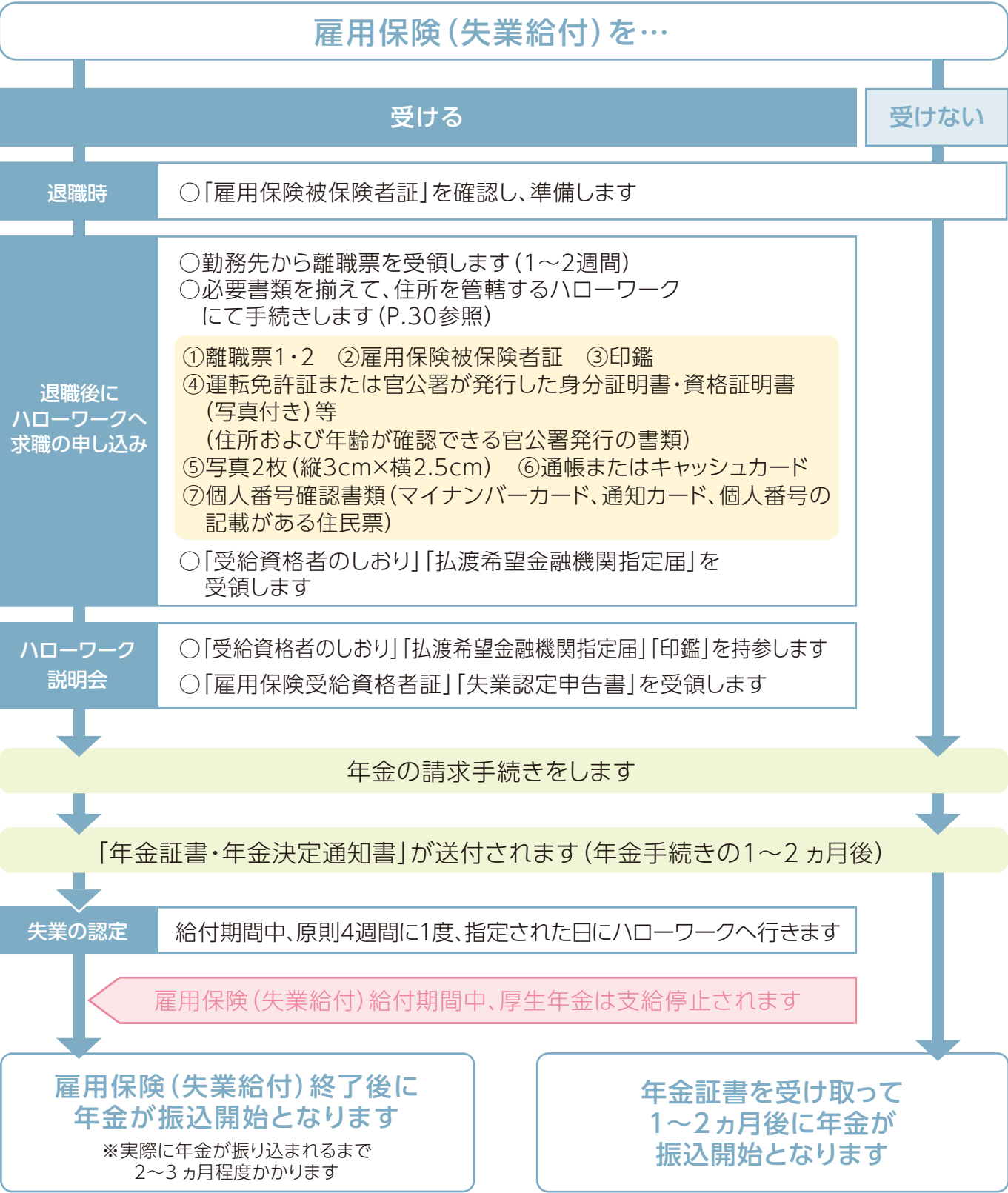
*()内は会社都合による退職の場合

*65歳以上で退職したときは一時金で支給(高年齢求職者給付)

年金はどうなりますか？

は受給できます。

3 失業給付の手続きと年金請求までの流れ



Q.7

60歳以降働く場合、厚生年金はどうなりますか？

A.7

引き続き厚生年金に加入した場合、給与と賞与と、年金の月額に応じ一部

1 在職老齢年金の仕組み

在職老齢年金は、1ヵ月あたりの収入（総報酬月額相当額と基本年金月額の合計）が一定の額を超えると、年金の一部または全部が支給停止になります。支給停止となる一定の額を「基準額」といいます。

「基準額」は、令和4年4月から65歳未満の基準額が65歳以上と同額の47万円となりました。

令和4年3月まで：28万円



令和4年4月から：47万円

■在職老齢年金の支給停止額（月額）

$$\text{総報酬月額相当額} = \text{その月の標準報酬月額} + \frac{\text{その月以前1年間の標準賞与額の合計額}}{12\text{ヵ月}}$$

*標準賞与額とは賞与の1,000円未満の端数を切り捨てた額をいいます。（1回の賞与につき、150万円を上限とします。）

$$\text{基本月額} = \frac{\text{特別支給の老齢厚生年金額 または 老齢厚生年金の報酬比例部分年金額}}{12\text{ヵ月}}$$

総報酬月額相当額 + 基本月額 = 47万円以下の場合



支給停止額0円
(年金は全額支給)

総報酬月額相当額 + 基本月額 = 47万円を超える場合



超えた金額の $\frac{1}{2}$ が
支給停止

*老齢厚生年金に加給年金が加算されている場合、加給年金額を除いて計算します。

*加給年金は、報酬比例部分が一部でも支給される場合に加算されます。

※60歳以降、厚生年金に未加入で働く等勤務形態によっては年金の支給制限を受けないこともあります。

■厚生年金加入のメリット

- ◎加入期間が増えることで、退職後の年金額も増額します。
- ◎同時に健康保険に加入することになります。
- ◎65歳になるまでは、60歳未満の被扶養配偶者が60歳になるまでの間は、配偶者は国民年金第3号被保険者となり、国民年金保険料を納付する必要はありません。

または全額支給停止となることがあります。これを「在職老齢年金」といいます。

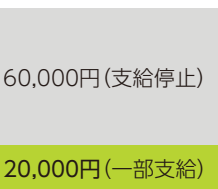
2 年金額を算出してみましょう

65歳未満（特別支給の老齢厚生年金）の計算例

特別支給の老齢厚生年金額96万円、標準報酬月額26万円、賞与が過去1年間に72万円支給されている場合

令和4年3月まで

- 総報酬月額相当額 $260,000円 + 60,000円 = 320,000円$
- 基本月額 $960,000円 \div 12ヵ月 = 80,000円$
 - 支給停止額 …… $(320,000円 + 80,000円 - 280,000円) \times \frac{1}{2} = 60,000円$
 - 年金支給額 …… $80,000円 - 60,000円 = 20,000円$



令和4年4月以降

- 総報酬月額相当額 $260,000円 + 60,000円 = 320,000円$
- 基本月額 $960,000円 \div 12ヵ月 = 80,000円$
 - 支給停止額 …… $(320,000円 + 80,000円) < 470,000円$: 支給停止額 0円
 - 年金支給額 …… 全額支給: 80,000円



※今まで、在職老齢年金で一部支給停止となっていた方も、全額支給される場合があります。

65歳以上（老齢厚生年金）の計算例

老齢厚生年金額132万円、老齢基礎年金額72万円、標準報酬月額32万円、賞与が過去1年間に60万円支給されている場合

- 総報酬月額相当額 $320,000円 + 50,000円 = 370,000円$
- 基本月額(老齢厚生年金) $1,320,000円 \div 12ヵ月 = 110,000円$
 - 支給停止額 …… $(370,000円 + 110,000円 - 470,000円) \times \frac{1}{2} = 5,000円$
 - 年金支給額 …… $110,000円 - 5,000円 = 105,000円$
- 老齢基礎年金額 $720,000円 \div 12ヵ月 = 60,000円$

※年金支給総額(月額) : 老齢厚生年金 + 老齢基礎年金
 $= 105,000円 + 60,000円 = 165,000円$



*老齢基礎年金は在職による支給停止の対象となりません。

3 60歳以上65歳未満の在職者に「高年齢雇用継続基本給付金」

60歳以降、再雇用・継続雇用でお勤めされる場合、給与は大幅ダウンすることがよくあります。こんな時に利用したいのが「高年齢雇用継続基本給付金」です。

次の要件を満たすと、
60歳から65歳になるまでの間
給付金が支給されます。

- ① 雇用保険に5年以上加入している
- ② 60歳以降も勤務し、雇用保険に加入している
- ③ 被保険者が60歳～64歳である
- ④ 給与が、60歳時と比べ75%未満に低下している

支給額は

給与が61%以下に低下したとき

低下後の給与の15%相当額

給与が75%未満61%超のとき

低下割合に応じて減額

ただし、給付金と低下後の給与との合計「**360,584円**」が給付金の限度となります。
(令和3年8月～令和4年7月)

在職老齢年金
との調整

高年齢雇用継続基本給付金が支給されると、在職老齢年金の支給停止に加えて、年金が支給停止されます。

61%以下に低下したとき

標準報酬月額 × 6%が支給停止

75%未満61%超のとき

標準報酬月額 × 下表の支給停止率

手続きは ➡ 事業所を管轄するハローワーク(公共職業安定所)(P.30参照)で、2ヵ月ごとの手続きとなります。

給与の低下割合による給付金の支給率と年金の停止率

給与割合	支給率	停止率	給与割合	支給率	停止率	給与割合	支給率	停止率
75.00%以上	0.00%	0.00%	70.00%	4.67%	1.87%	65.00%	10.05%	4.02%
74.00%	0.88%	0.35%	69.00%	5.68%	2.27%	64.00%	11.23%	4.49%
73.00%	1.79%	0.72%	68.00%	6.73%	2.69%	63.00%	12.45%	4.98%
72.00%	2.72%	1.09%	67.00%	7.80%	3.12%	62.00%	13.70%	5.48%
71.00%	3.68%	1.47%	66.00%	8.91%	3.56%	61.00%以下	15.00%	6.00%

特別支給の老齢厚生年金額96万円、標準報酬月額26万円、賞与が過去1年間に72万円
60歳時の給与44万円と比較して大幅に低下したため高年齢雇用継続基本給付金を受ける場合

- 総報酬月額相当額 $260,000円 + 60,000円 = 320,000円$
- 基本月額 $960,000円 \div 12ヵ月 = 80,000円$
 - 支給停止額 …… $(320,000円 + 80,000円) < 470,000円$: 支給停止額 0円
 - 年金支給額 …… 全額支給: 80,000円
- 高年齢雇用継続基本給付金 $260,000円 \times 15\% = 39,000円$
 - 支給停止額 …… $260,000円 \times 6\% = 15,600円$
 - 年金支給額 …… $80,000円 - 15,600円 = 64,400円$

64,400円
(一部支給)

15,600円(停止)

高年齢雇用継続
基本給付金
39,000円

特別
支給の
老齢
厚生
年金

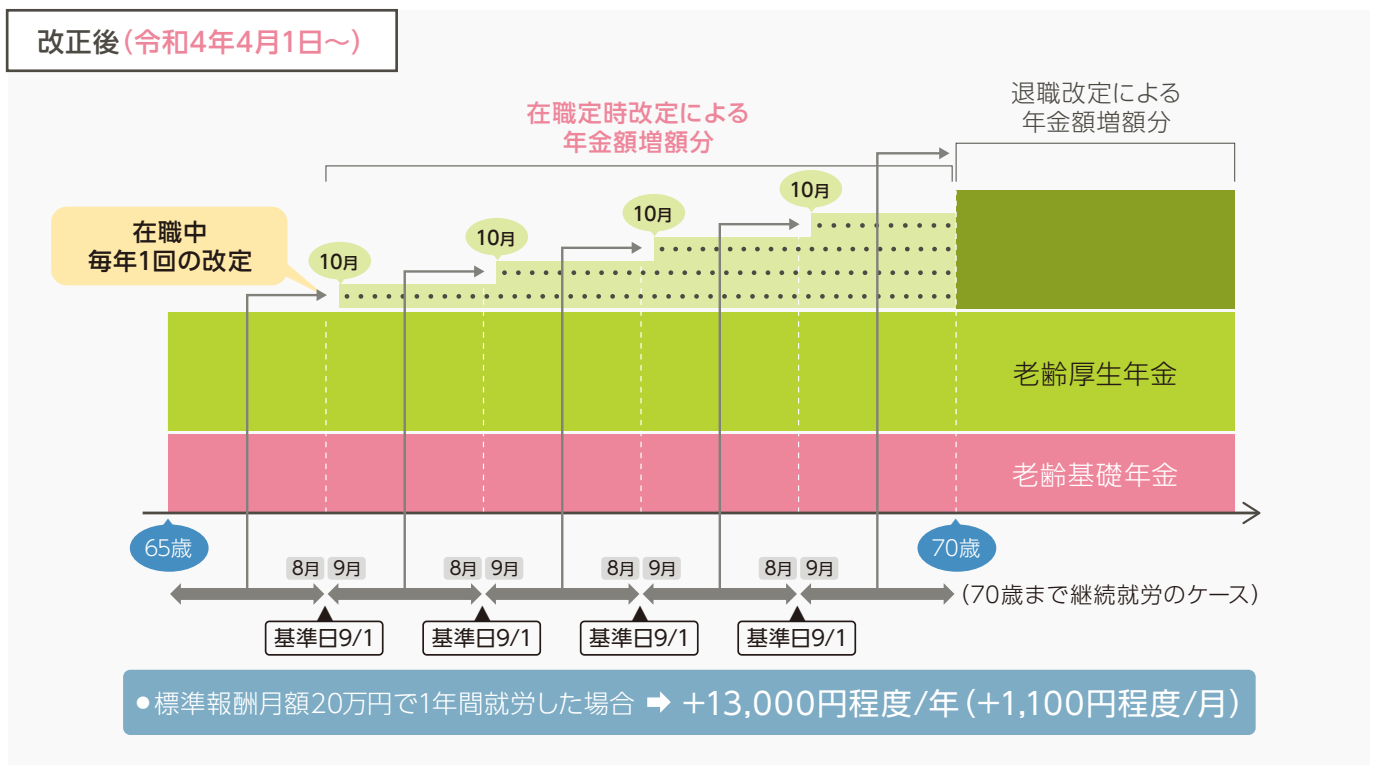
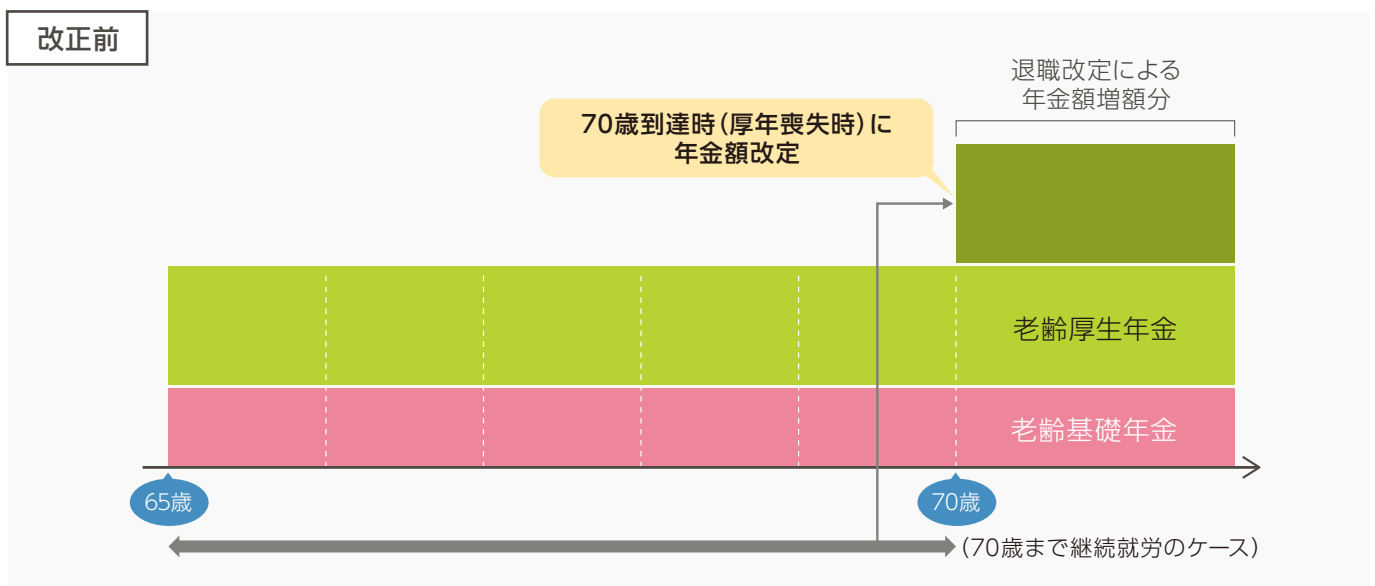
4 65歳以上70歳未満の在職者に「在職定時改定」

従来、65歳以上の在職者で厚生年金に加入している場合、老齢厚生年金の年金額が再計算されるのは、「退職した時」または「70歳に到達した時」でした。(退職改定)

「**在職定時改定**」は、65歳以上で仕事を継続しながら厚生年金に加入している場合に、毎年1回、決まった時期に年金額が改定される仕組みです。(令和4年4月1日より導入)

毎年9月1日(基準日)の時点で、厚生年金の被保険者である場合、前月の8月までの加入実績に応じて10月分から年金額が改定されます。

実際には、10月分の年金額は、12月に支払われます。



出典:年金制度改正法(令和2年法律第40号)が成立しました(厚生労働省) (https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000147284_00006.html)、日本年金機構「老齢年金ガイド」(<https://www.nenkin.go.jp/service/pamphlet/kyufu.files/LK03.pdf>)を参考に作成。

Q.8

サラリーマン夫婦の年金は、どのようになるので

A.8

妻が65歳になったとき、夫の加給年金が妻の年金に振り替えられる振替

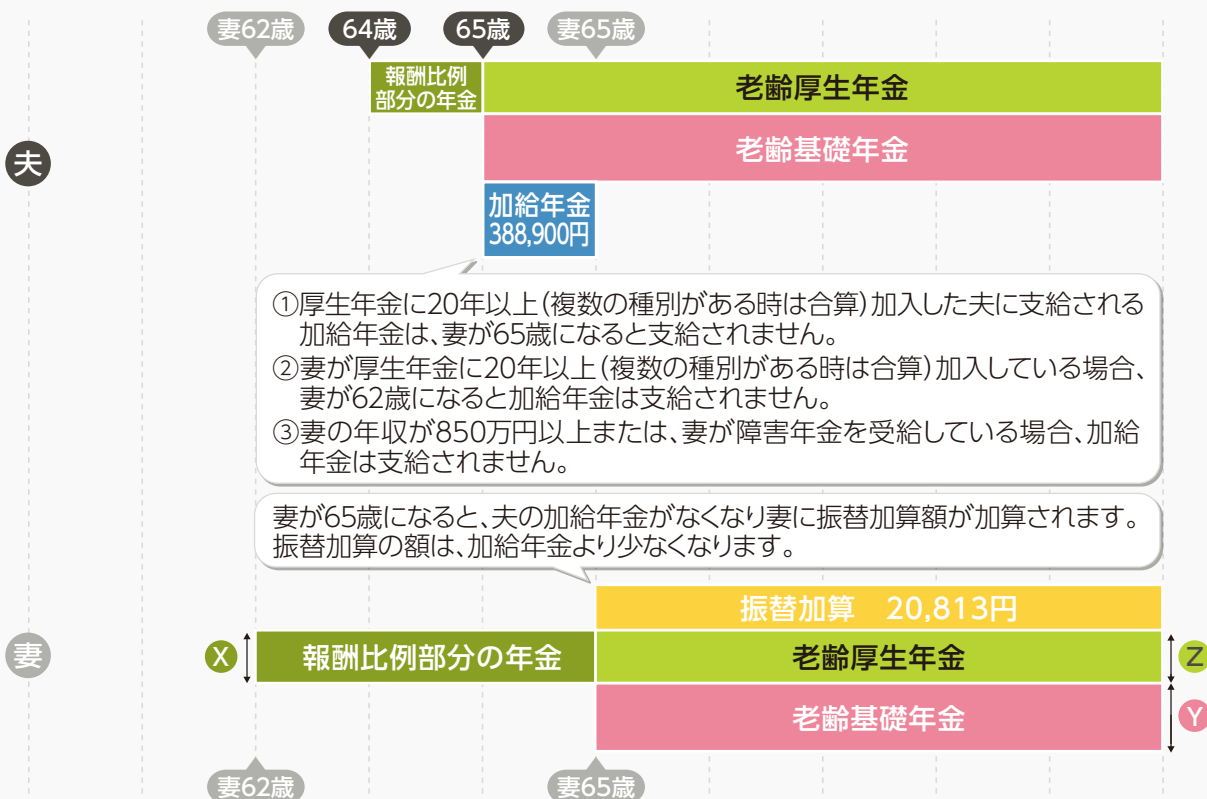
1 「加給年金」と「振替加算」

加給年金は扶養手当のようなものです。だれにでも支給されるわけではなく、夫婦の年金加入期間の長短、年齢などで決まります。

例

夫 昭和34年5月生まれ、
厚生年金に20年以上加入、妻より1歳年上。

妻 昭和35年5月生まれ、
国民年金と厚生年金（20年未満）加入。



配偶者がいる場合の加給年金額 加給年金223,800円+特別加算165,100円

受給権者の生年月日	年 額
昭和18年4月2日以降	388,900円

*加給年金は配偶者の他に、子に対する加給年金があります。（子とは18歳になった後の最初の3月31日までの子、障がい状態にある20歳未満の子をいいます）

振替加算額 振替加算の金額は次のとおりです。（一部抜粋）

生年月日	振替加算額	生年月日	振替加算額
昭和25年4月2日～昭和26年4月1日	80,568円	昭和31年4月2日～昭和32年4月1日	44,760円
昭和26年4月2日～昭和27年4月1日	74,525円	昭和32年4月2日～昭和33年4月1日	38,717円
昭和27年4月2日～昭和28年4月1日	68,707円	昭和33年4月2日～昭和34年4月1日	32,899円
昭和28年4月2日～昭和29年4月1日	62,664円	昭和34年4月2日～昭和35年4月1日	26,856円
昭和29年4月2日～昭和30年4月1日	56,621円	昭和35年4月2日～昭和36年4月1日	20,813円
昭和30年4月2日～昭和31年4月1日	50,803円	昭和36年4月2日～昭和41年4月1日	14,995円

*昭和41年4月2日以降生まれの方には支給されません。

すか？

加算や、夫に先立たれた場合に受け取れる遺族年金などがあります。

2 万が一、夫が死亡した場合の遺族年金

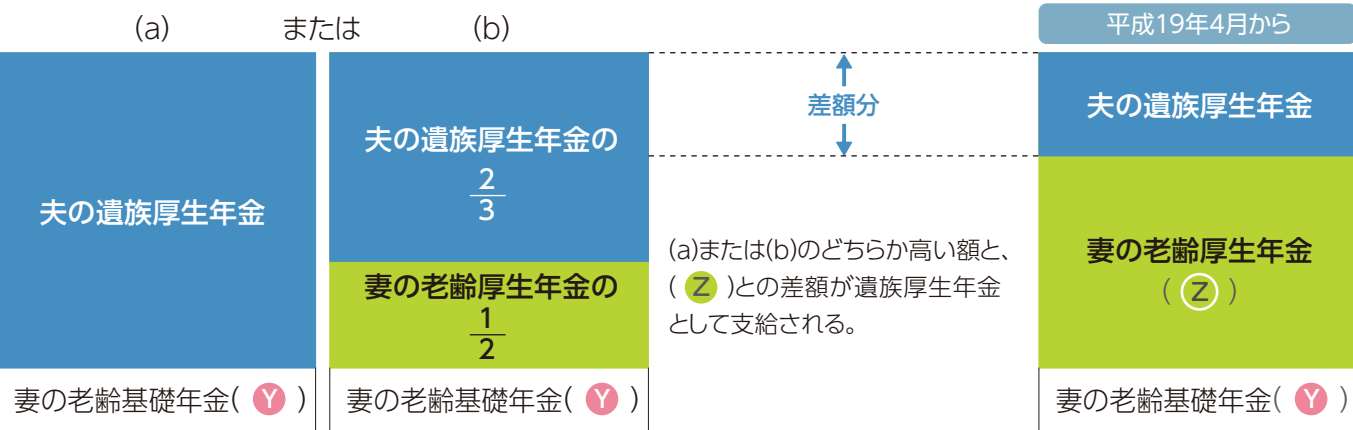
万が一、夫に先立たれた場合は、妻に遺族年金が支給されます。中高齢寡婦加算（支給要件あり）が加算される妻が65歳になると、経過的寡婦加算に変わりますが、昭和31年4月2日以降生まれの妻には支給されません。



(注) 中高齢寡婦加算は、支給要件に該当する40歳以上65歳未満で子のいない妻に支給されます。

厚生年金を受給している夫(原則25年以上被保険者期間がある方)やサラリーマン(厚生年金加入中)の夫が死亡した場合、一定範囲の遺族(妻がいれば妻)に遺族厚生年金が支給されます。妻が遺族厚生年金(上記 遺)を受給できる場合、妻自身の年金(左頁 妻)との関係は、次のとおりです。

妻が65歳未満	遺族厚生年金(A)または、妻自身の特別支給の老齢厚生年金(左頁 X)どちらか一方を選択します。
妻が65歳以上	①妻自身の老齢基礎年金(Y)は必ず支給されます。 ②妻自身の老齢厚生年金(Z)が(a)または(b)より少ない場合、差額分が遺族厚生年金として支給されます。



*平成19年4月1日前に遺族厚生年金の受給権を取得している昭和17年4月1日以前生まれの方は、制度変更の対象になりません。

正確な年金額は
年金事務所で!
(P.27~28参照)

正確な年金額は、最寄りの年金事務所で算出してもらうことをおすすめします。

Q.9

退職後の健康保険はどうすればいいのですか？

A.9

主に3つの方法のうち、いずれかをご自分で選択することになります。
保険料を十分確認されたうえでの手続きが必要です。

● 退職後の健康保険

健康保険の種類には、お勤め時に加入していた健康保険（共済組合）の任意継続制度に加入する方法や、一般の国民健康保険に加入する方法、ご家族が加入している健康保険の被扶養者になる方法などがあります。

■健康保険の選択肢と手続き

（令和4年4月 現在）

種 類	健康保険の任意継続		国民健康保険	ご家族の健康保険の被扶養者															
	組合健保	協会けんぽ	一 般	ご家族加入の健康保険															
加 入 資 格	退職前に継続して2ヵ月以上(共済組合は1年以上)加入期間があること		国内に住所のある方	年収が130万円(60歳以上は180万円)未満であること															
加 入 期 間	最長2年間		――	――															
手 続 き 期 限	退職日の翌日から20日以内 (ただし、共済組合は退職日から20日以内)		健康保険が終了した日の翌日から14日以内	原則、退職日の翌日から5日以内															
保 険 料	退職時の保険料を全額自己負担する。 ただし、上限があります。 (協会けんぽは、都道府県で異なります) (協会けんぽ：上限月額) <table><tr><td></td><td>64歳まで</td><td>65歳以降</td></tr><tr><td>長崎県</td><td>36,330円</td><td>31,410円</td></tr><tr><td>佐賀県</td><td>37,920円</td><td>33,000円</td></tr><tr><td>福岡県</td><td>35,550円</td><td>30,630円</td></tr><tr><td>熊本県</td><td>36,270円</td><td>31,350円</td></tr></table>			64歳まで	65歳以降	長崎県	36,330円	31,410円	佐賀県	37,920円	33,000円	福岡県	35,550円	30,630円	熊本県	36,270円	31,350円	全額自己負担 主に前年の所得に基づいて算出 (各市町村で上限額が定められています)	自己負担はありません
	64歳まで	65歳以降																	
長崎県	36,330円	31,410円																	
佐賀県	37,920円	33,000円																	
福岡県	35,550円	30,630円																	
熊本県	36,270円	31,350円																	
医 療 費 の 自己負担割合	70歳未満は3割 70歳以上75歳未満は2割 ^(※) 75歳以上は1割 ^(※) (※)現役並みの所得者は3割																		
手 続 き 場 所	健康保険組合	全国健康保険協会支部 (協会けんぽ)	市区町村役場	ご家族の勤務先															

Q.10

セカンドライフにかかる
税金について教えてください。

A.10

年金は、所得税法の規定により「雑所得」として所得税がかかります。退職金にも、「退職所得」として所得税がかかってきます。

1 年金にかかる税金

年間に受け取る年金額が一定額以上の方については、各支払期に支払われる年金額から所得税法の規定により「雑所得」として税率5.105%が源泉徴収されます。ただし年金にかかる所得税には各種の控除がありますので、各種控除を受けたうえで一定額に満たない場合は源泉徴収されません。

■ 収入が年金だけの場合の非課税範囲

年 齢	税金のかからない年金額	
	単身者	控除対象配偶者有り
65歳未満	年額 108万円未満	年額 156万円未満
65歳以上	年額 158万円未満	年額 201万円未満

*各種控除を受けるためには、毎年10月下旬に日本年金機構から送付される『公的年金等の受給者の扶養親族等申告書』を提出していただく必要があります。返送されない場合は各種控除が受けられず、ご提出いただいた場合と比べて多くの所得税が源泉徴収される場合がありますのでご注意ください。各種控除に該当しない場合は、提出されない場合でも源泉徴収税額に差はありません。

【注意】障がいまたは死亡により支給される障害年金や遺族年金は非課税となっています。

2 退職金にかかる税金

退職金にかかる税金は、長年の慰労金といったことへの配慮もあり、その他の所得とは区別され税率は優遇されます。一時金で受け取る場合、退職金への税金は退職時に『退職所得の受給に関する申告書』を会社に提出していれば支払時に源泉徴収され完了します。しかし、提出していない場合は一律20.42%で源泉徴収されるため確定申告で精算することになります。また、退職所得控除額の最低額は80万円です。

〈退職所得金額の計算〉

$$\left(\text{一般退職手当等の収入金額} - \text{退職所得控除額} \right) \times \frac{1}{2}$$

勤続年数	退職所得控除額
20年以下	40万円×勤続年数(下限額80万円)
20年超	70万円×(勤続年数－20年) + 800万円

* 勤続年数に1年未満の端数がある場合は、1年に切り上げて計算します。

〈退職金にかかる税金の目安〉(所得税・住民税合算)

退職金額 勤続年数	1,000万円	1,500万円	2,000万円	2,500万円
20年	151,000円	628,200円	1,388,700円	2,196,600円
22年	45,300円	466,300円	1,175,700円	1,962,300円
24年	0円	324,800円	962,800円	1,727,900円
26年	0円	211,400円	749,900円	1,510,400円
28年	0円	105,700円	547,100円	1,297,400円
30年	0円	0円	405,700円	1,084,500円
40年	0円	0円	0円	226,500円

Q.11

年金の手続きはどうすればいいのですか？

A.11

受給開始年齢の3ヵ月前になると、実施機関(日本年金機構・各共済組合)

1 年金の手続きに関する案内

厚生年金に加入された方

厚生年金の加入期間が1年以上ある方

受給開始年齢の3ヵ月前に
手続き用紙となる「年金請求書」など、
手続きに関する案内が送られてきます。

受給開始年齢を迎えたら、同封されている
手続き用紙などに必要事項を記入し添付
書類を添えてご自分で請求手続きを行い
ます。

国民年金のみに加入された方

または厚生年金の加入期間が1年未満の方

60歳になる3ヵ月前に年金に関する
「お知らせ(ハガキ)」が送られてきます。

国民年金のお受け取り年齢は原則65歳と
なるため、手続きも65歳になってからとな
ります。(手続き用紙も65歳になる3ヵ月前
に送られてきます)

年金の請求手続きはお誕生日の前日からできます。

請求手続きの ポイント

- 年金の請求手続きには年金請求書(P.23～25参照)が必要です。
これを提出しないと年金は受け取れません。
- 年金の請求手続きは、一日仕事。事前の準備を忘れずに。
また年金事務所の受付時間等は事前にご確認ください。(P.27～28参照)

から、手続き用紙など、年金の手続きに関する案内が送られてきます。

2 年金の請求手続きに必要なもの

添付書類は、必要に応じて様々です。
手続き間近になって慌てることのないよう、前もって確認されておくと安心です。

* 戸籍謄本・住民票は、年金請求時期のお誕生日の前日以降、かつ、年金請求書提出日の6ヵ月前以降に交付されたものをご用意ください。

必要なもの (ただし、○は必要に応じて添付)

● 年金請求書

○ 戸籍謄本

● 年金手帳 (ご夫婦とも必要)

○ 雇用保険被保険者証写し

○ 雇用保険受給資格者証

● 個人番号カード (マイナンバーカード) またはマイナンバー通知カード

● 身分証明書 (運転免許証・パスポートなど写真付のもの)

○ 住民票・ご家族全員記載のもの (できるだけ個人番号の記載があるもの)

○ 所得証明書 (本人・配偶者)

○ 年金証書 (本人・配偶者)

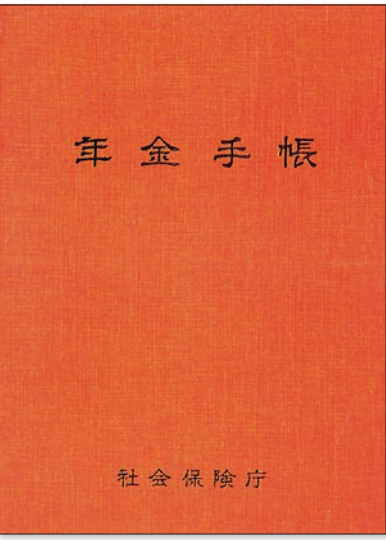
○ 受取先金融機関の通帳またはキャッシュカード

○ 年金手帳 (平成9年以降)

など

■ 年金請求に関する書類の一例

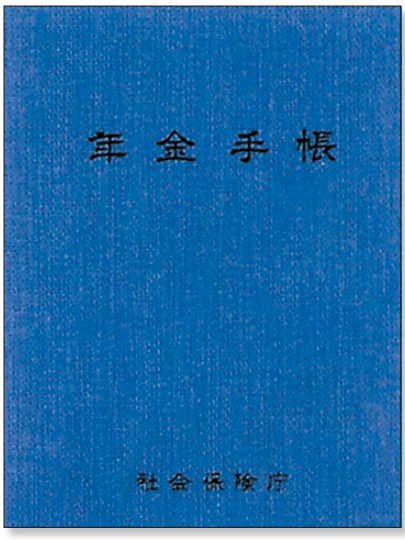
■ 国民年金・厚生年金共通の年金手帳



■ 基礎年金番号通知書



■ 新年金手帳 (平成9年以降)



■ 雇用保険被保険者証



■ 厚生年金基金加入員証 (一例)



■ 雇用保険受給資格者証 (表面)



■ 雇用保険受給資格者証 (裏面)



■ 年金証書 (一例)



※平成29年4月より、年金請求書にご本人さまの個人番号(マイナンバー)を記入していただくことになりました。
また、記入された際に、併せて本人確認書類(運転免許証等)の提示が必要になります。

6. 加給年金額に関する生計維持の申し立てについてご記入ください。

8ページで記入した配偶者または子と生計を同じくしていることを申し立てる。

請求者
氏名

十八親和 太郎

【生計維持とは】

以下の2つの要件を満たしていること、「生計維持されている」といいます。

- ① 主計同一施設にあること
例：同居家族、同一世帯等。
・専事赴任、就学、病気療養中等、住所が住所票上とは異なるが、生活費を共にしている。
- ② 配偶者または子が収入要件を満たしていること
年収850万円(所得55.5万円)を目安にわたって有しなくてはならないと認められる。

ご本人(年金を受ける方)によって、生計維持されている配偶者または子がいる場合

(1) 該当するものを○で囲んでください(3人目以降の子については、余白を使用してご記入ください)。

配偶者または子の年収は、850万円未満ですか。	生計維持
配偶者について	はい・いいえ () 印
子(あ)について	はい・いいえ () 印
子(か)について	はい・いいえ () 印

「はい」を○で囲んだ方は、添付書類について、年金の請求手続きのご案内の3ページの番号4をご覧ください。

(2) (1)で配偶者または子の年収について「いいえ」と答えられた方は、配偶者または子の年収がこの年金の受給額(年金を受け取る権利)が発生したときから、おおむね5年以内(1:850万円(所得55.5万円)未満となる見込みがあります。該当するものを○で囲んでください)。

はい・いいえ 生計維持 () 印

「はい」を○で囲んだ方は、添付書類が必要です。年金の請求手続きのご案内の3ページの番号4をご覧ください。

令和 ○ 年 △ 月 □ 日 提出

偶、子(18歳になっ
後の最初の3月31日
で、ならびに20歳
満の1級・2級の障が
状態にある子)とい

10

配偶者、子(18歳になった後の最初の3月31日まで)、ならびに20歳未満の1級・2級の障がい状態にある子について記入してください。

(10ページ)

3. 振替加算に関する生計維持の申し立てについて

ご本人(年金を受ける方)
配偶者によって生計を
されている場合は、記入
ください。

8ページで記入した配偶者と生計を同じくしていることを申し立てる。

請求者
氏名

【生計維持とは】

以下の2つの要件を満たしているとき、「生計維持されている」といいます。

①生計同一関係があること

(例) 住居共上。同一部屋である。

・専ら赴任、留学、疾病療養等で、住所が住民票上とは異なっているが、生活費を共にしている。

②ご本人(年金を受ける方)が収入要件を満たしていること

年10850万円/所得655.5万円を得たにわたって有しないことが認められる。

ご本人(年金を受ける方)が配偶者によって生計維持されている場合

該当するものを○で囲んでください。

(1) ご本人(年金を受ける方)の年収は850万円(所得655.5万円)未満です。

はい ・ いいえ

捺印確認 () 印

「はい」を○で囲んだ方は、追加書類について、年金の請求手続きのご案内の3ページの番号5をご覧ください。

(2) 「はい・いいえ」を○で囲んだ方は、ご本人の年収がご本人の年金の受給額(年金を受ける権利)が発生したときから、おおむね5年以内に850万円(所得655.5万円)未満となる見込みがあります。

はい ・ いいえ

捺印確認 () 印

「はい」を○で囲んだ方は、追加書類が必要です。年金の請求手続きのご案内の3ページの番号5をご覧ください。

年金事務所等の確認事項

ア. 健保等被扶養者(第3号被扶養者) イ. 妻が扶養されている
イ. 加齢等または収入が年金の受給額を超える
ウ. 国民年金保険料未納等 ヲ. 妻が年金の受給者である
エ. 妻が年金の受給者である
オ. 妻が年金の受給者である
カ. 妻が年金の受給者である
キ. 妻が年金の受給者である
ク. 国民年金保険料未納等

令和 年 月 日 提出

16

ご本人(年金を受ける方)が
配偶者によって生計を維持
されている場合は、記入して
ください。

(16ページ)

機構独自項目

入力処理コード	年金コード	作成年度	通 達 号
4 2 0 0 0 1	1 1 5 0	● 01	

①、ご本人(年金を受ける方)について、ご記入ください。

(1)印字されている基礎年金番号と異なる記号番号の年金手帳等をお持ちの場合は、その年金手帳の記号番号をご記入ください。否则事項については、**年度の請求手続きのご案内**の8ページの**記号C**をご覧ください。

国・県・市町村 の 基礎年金番号																				
	-																			

(2)個人番号(マイナンバー)の登録の有無について
下の表示において、「1」となっている方は、すでに日本年金機構でマイナンバーの登録がされています。

マイナンバーが登録済の方 : 1	1
マイナンバーが未登録の方 : 0 または 空欄	

(3)2において「0」または空欄となっている方は、個人番号(マイナンバー)をご記入ください。(2Aには必須ではありません)。マイナンバーをご記入いただくことにより、生年月日に関する書類(住民票等)の添付が不要になります。
(同封の**年度の請求手続きのご案内**の2ページをご覧ください。)

年金を受ける方の個人 番号(マイナンバー)	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
--------------------------	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---

(4)次の項目に該当しますか。「はい」または「いいえ」を○で願ってください。

1	国民年金、厚生年金保険、または共済組合等の障害給付の受給権者で国民年金の任意加入をした方は、その期間について特別一時金を受けたことがありますか。	はい ○ いいえ ●
---	--	------------

②、配偶者についてご記入ください。

配偶者について、基礎年金番号と異なる記号番号の年金手帳等をお持ちの場合は、その年金手帳の記号番号を
請求手続きのご案内の8ページの**記号C**をご覧ください。

	-																			

ページに印字されている基礎年金番号と異なる年金手帳等をお持ちの方は、その年金手帳の記号番号を記入してください。

1ページに印字されている基礎年金番号と異なる年金手帳等をお持ちの方は、その年金手帳の記号番号を記入してください。

(14ページ)

印字が異なっている場合は二重線を引いて訂正してください。

国民年金の請求だけのときは、この申告書は記入する必要はありません。

[illegible]

扶養親族の状況を記入してください。

(18ページ)

※第1号厚生年金の方の年金請求書は、
19ページ(裏表紙)までです。

※旧共済年金(第2号、第3号、第4号厚生年金)の期間がある方の年金請求書は27ページ(裏表紙)までです。

(20ページ)

(22ページ)

(24°—30°)

(26ページ)

4 請求手続き窓口

平成27年10月1日以降に受給権が発生する方の手続きは、原則「ワンストップサービス」の対象となりました。(障害年金を除く)

「ワンストップサービス」

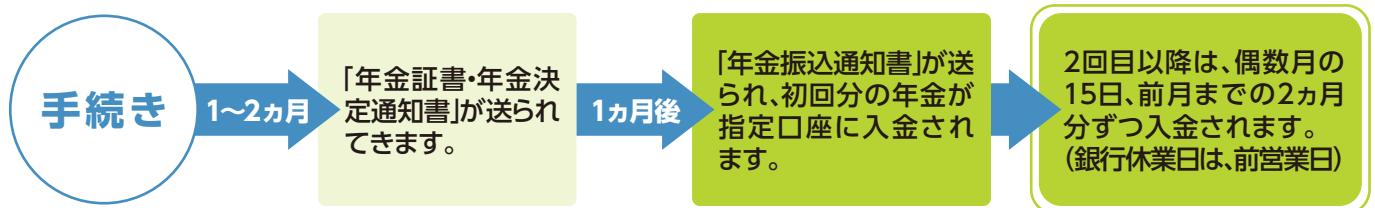
種別が複数の加入期間をお持ちの方は、1つの実施機関の手続きのみで大丈夫です。(受取金融機関を、別々に指定することも可能です) すべての窓口(年金事務所・街角年金相談センター・共済組合等)で手続きが可能になりました。

厚生年金の加入期間がある場合		年金事務所
厚生年金 + 共済年金 + 国民年金の加入期間がある場合		すべての窓口
共済年金のみの加入期間がある場合(ワンストップサービスの対象外)		共済組合
国民年金のみの 加入期間がある場合	第1号被保険者期間のみ	市区町村窓口
	第3号被保険者期間がある場合	年金事務所
厚生年金基金の加入期間がある場合	10年以上加入	加入していた厚生年金基金
	10年未満加入	企業年金連合会(P.29参照)

*厚生年金基金から、通常請求用紙が郵送されてきます。基金への届出住所が違っている方は届きませんので、ご自身で連絡する必要があります。

5 年金の振込時期

請求手続きが完了して、年金が入金されるまで約2～3ヵ月かかります。



6 年金を受け取る金融機関を変更するとき

年金を受け取る金融機関を変更する場合は、「年金受給権者受取機関変更届」に必要事項をご記入のうえ、年金事務所、年金相談センター、もしくは十八親和銀行にご提出ください。(P.27～28参照)

年金受給権者 受取機関変更届
(兼年金生活者支援給付金 受取機関変更届)

令和 0 年 00 月 00 日提出

①基礎年金番号(10桁)で届出する場合は左詰めでご記入ください。

②生年月日

③個人番号(または基礎年金番号)

④(フリガナ) ナカサキ

⑤郵便番号

⑥(フリガナ) ナカサキ

⑦(フリガナ) ナカサキ

⑧(フリガナ) ナカサキ

⑨(フリガナ) ナカサキ

⑩(フリガナ) ナカサキ

⑪(フリガナ) ナカサキ

⑫(フリガナ) ナカサキ

⑬(フリガナ) ナカサキ

⑭(フリガナ) ナカサキ

⑮(フリガナ) ナカサキ

⑯(フリガナ) ナカサキ

⑰(フリガナ) ナカサキ

⑱(フリガナ) ナカサキ

⑲(フリガナ) ナカサキ

⑳(フリガナ) ナカサキ

㉑(フリガナ) ナカサキ

㉒(フリガナ) ナカサキ

㉓(フリガナ) ナカサキ

㉔(フリガナ) ナカサキ

㉕(フリガナ) ナカサキ

㉖(フリガナ) ナカサキ

㉗(フリガナ) ナカサキ

㉘(フリガナ) ナカサキ

㉙(フリガナ) ナカサキ

㉚(フリガナ) ナカサキ

㉛(フリガナ) ナカサキ

㉜(フリガナ) ナカサキ

㉝(フリガナ) ナカサキ

㉞(フリガナ) ナカサキ

㉟(フリガナ) ナカサキ

㊱(フリガナ) ナカサキ

㊲(フリガナ) ナカサキ

㊳(フリガナ) ナカサキ

㊴(フリガナ) ナカサキ

㊵(フリガナ) ナカサキ

㊶(フリガナ) ナカサキ

㊷(フリガナ) ナカサキ

㊸(フリガナ) ナカサキ

㊹(フリガナ) ナカサキ

㊺(フリガナ) ナカサキ

㊻(フリガナ) ナカサキ

㊼(フリガナ) ナカサキ

㊽(フリガナ) ナカサキ

㊾(フリガナ) ナカサキ

㊿(フリガナ) ナカサキ

①金融機関

②支店名

③支店コード

④金融機関コード

⑤金融機関の住所

⑥金融機関の電話番号

⑦金融機関の代表者氏名

⑧金融機関の代表者住所

⑨金融機関の代表者電話番号

⑩金融機関の代表者氏名

⑪金融機関の代表者住所

⑫金融機関の代表者電話番号

⑬金融機関の代表者氏名

⑭金融機関の代表者住所

⑮金融機関の代表者電話番号

⑯金融機関の代表者氏名

⑰金融機関の代表者住所

⑱金融機関の代表者電話番号

⑲金融機関の代表者氏名

⑳金融機関の代表者住所

㉑金融機関の代表者電話番号

㉒金融機関の代表者氏名

㉓金融機関の代表者住所

㉔金融機関の代表者電話番号

㉕金融機関の代表者氏名

㉖金融機関の代表者住所

㉗金融機関の代表者電話番号

㉘金融機関の代表者氏名

㉙金融機関の代表者住所

㉚金融機関の代表者電話番号

㉛金融機関の代表者氏名

㉜金融機関の代表者住所

㉝金融機関の代表者電話番号

㉞金融機関の代表者氏名

㉟金融機関の代表者住所

㊱金融機関の代表者電話番号

㊲金融機関の代表者氏名

㊳金融機関の代表者住所

㊴金融機関の代表者電話番号

㊵金融機関の代表者氏名

㊶金融機関の代表者住所

㊷金融機関の代表者電話番号

㊸金融機関の代表者氏名

㊹金融機関の代表者住所

㊺金融機関の代表者電話番号

㊻金融機関の代表者氏名

㊼金融機関の代表者住所

㊽金融機関の代表者電話番号

㊾金融機関の代表者氏名

㊿金融機関の代表者住所

年金を受け取る金融機関を変更するときは金融機関の証明を受けてください。

*共済年金受給者の方は、それぞれの共済組合でのお手続きとなりますので各共済組合に直接お問い合わせください。

● 資料①

■ 長崎県内・佐賀県内の年金事務所一覧

【受付時間】 平 日 (原則月曜日以外) / 8:30~17:15
 月曜日 (休日明けの初日) / 8:30~19:00
 第 2 土 曜 日 / 9:30~16:00

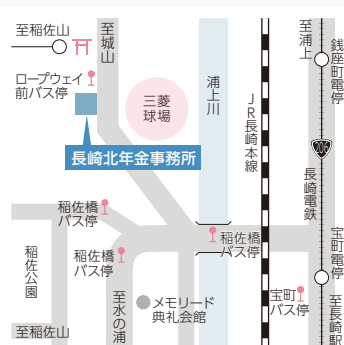
各年金事務所では、予約制による年金相談を実施しています。

*年金のご相談・請求手続きは管轄区域を問わず、どこの年金事務所でも行うことができます。

長崎北年金事務所

〒852-8502 長崎市稲佐町4-22

お客さま相談室 ☎095-861-1354



管轄地域

【健康保険・厚生年金保険】
 長崎南年金事務所が管轄する区域の健康保険・厚生年金保険に関する届書の受付、相談を行います。

【国民年金】
 長崎南年金事務所が管轄する区域の国民年金に関する届書の受付、相談を行います。

長崎南年金事務所

〒850-8533 長崎市金屋町3-1

お客さま相談室 ☎095-825-8701



管轄地域

【健康保険・厚生年金保険】
 長崎市・対馬市・杵岐市・五島市・西海市・西彼杵郡・南松浦郡

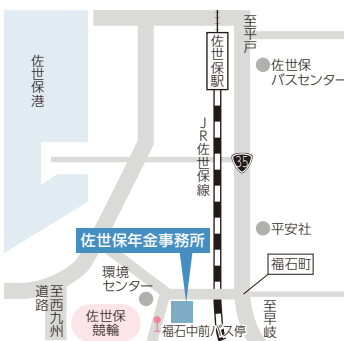
【国民年金】
 同上

【船員保険】
 長崎県 (佐世保年金事務所管内の地域を除く)

佐世保年金事務所

〒857-8571 佐世保市稲荷町2-37

お客さま相談室 ☎0956-34-1189



管轄地域

佐世保市・平戸市・松浦市・北松浦郡

諫早年金事務所

〒854-8540 諫早市栄田町47-39

お客さま相談室 ☎0957-25-1662



管轄地域

諫早市・島原市・大村市・雲仙市・南島原市・東彼杵郡

武雄年金事務所

〒843-8588 武雄市武雄町大字昭和43-6

管轄地域

武雄市・鹿島市・嬉野市・西松浦郡・杵島郡・藤津郡

お客さま相談室 ☎0954-23-0121



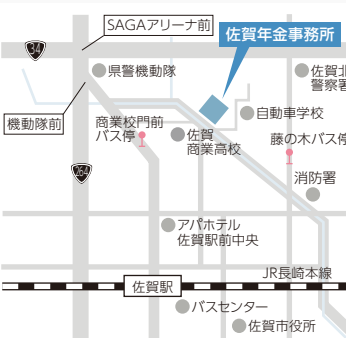
佐賀年金事務所

〒849-8503 佐賀市八丁畷町1-32

管轄地域

【健康保険・厚生年金保険・国民年金】
 佐賀市・鳥栖市・多久市・小城市・神埼市・神埼郡・三養基郡
 【船員保険】 佐賀県

お客さま相談室 ☎0952-31-4191



唐津年金事務所

〒847-8501 唐津市千代田町2565

管轄地域

唐津市・伊万里市・東松浦郡

お客さま相談室 ☎0955-72-5161



■ その他の年金相談・請求手続き窓口

街角の年金相談センター長崎(オフィス)

〒852-8135 長崎県長崎市千歳町2-6
いわさきビル5階

※お電話による年金相談および窓口の電話予約は
受け付けていません。

お問い合わせ先 ☎095-842-5121



予約受付専用電話

ゴ ヨ ヤ ク ラ
TEL 0570-05-4890
(ナビダイヤル)

050で始まる電話でおかけになる場合は
TEL 03-6631-7521 (一般電話)

[受付時間] 月～金曜日(平日) / 8:30～17:15
※土日祝日、12月29日～1月3日はご利用いただけません。

一般の年金相談は
「ねんきんダイヤル」へ

TEL 0570-05-1165
(ナビダイヤル)

一部IP電話からは、TEL 03-6700-1165

[受付時間] 平 日 (原則月曜日以外) / 8:30～17:15
月曜日 (休日明けの初日) / 8:30～19:00
第 2 土 曜 日 / 9:30～16:00

※土日祝日、12月29日～1月3日はご利用いただけません。

〈ご利用にあたってご留意いただきたいこと〉

- ナビダイヤルの通話料金は、一般固定電話の場合、接続先にかかわらず市内通話料金でご利用いただけます。但し、携帯電話の場合は全額発信者負担となります。
- IP電話(03-6700-1165)の通話料金は、全額発信者負担となります。
- 休日明けなどは大変電話が混み合い、つながりにくい場合がありますのでご了承ください。
- 「0570」の最初の「0」を省略したり、市外局番を付けて間違い電話になっているケースが発生していますので、おかけ間違いのないようご注意ください。
- お電話をいただく際には、基礎年金番号または年金証書番号をお知らせください。

■各共済組合お問い合わせ先一覧 (年金相談窓口)

国家公務員共済組合連合会	〒102-8082 東京都千代田区九段南1-1-10 九段合同庁舎	TEL 03-3265-8155
地方職員共済組合	〒102-8601 東京都千代田区平河町2-4-9 地共済センタービル	TEL 03-3261-9850
全国市町村職員共済組合連合会	〒102-0084 東京都千代田区二番町2番地	TEL 03-5210-4608
公立学校共済組合	〒101-0062 東京都千代田区神田駿河台2-9-5	TEL 03-5259-1122
警察共済組合	〒102-8588 東京都千代田区三番町6-8	TEL 03-5213-7570
日本私立学校振興・共済事業団	〒113-8441 東京都文京区湯島1-7-5	TEL 03-3813-5321
農林漁業団体職員共済組合	〒110-8580 東京都台東区秋葉原2-3 日本農業新聞本社ビル	TEL 03-6260-7800
日本鉄道共済組合	〒231-8315 神奈川県横浜市中区本町6-50-1 横浜アイランドタワー	TEL 045-222-9512
NTT企業年金基金事務センター	〒101-0047 東京都千代田区内神田3-6-2 アーバンネット神田ビル	フリーダイヤル 0120-372-547
日本たばこ産業共済組合	〒105-0021 東京都港区東新橋2-14-1 NBFコモディオ汐留 6F	TEL 03-6634-3120

■年金基金

企業年金連合会	〒105-0011 東京都港区芝公園2-4-1 芝パークビルB館10階	TEL 0570-02-2666 ※IP電話からは、TEL 03-5777-2666
全国国民年金基金長崎支部	〒850-0031 長崎市桜町4-1 長崎商工会館ビル1階	フリーダイヤル 0120-65-4192
全国国民年金基金佐賀支部	〒840-0826 佐賀市白山2-1-12 佐賀商工ビル4階	フリーダイヤル 0120-65-4192

● 資料②

■ 長崎県内のハローワーク(公共職業安定所)一覧

ハローワーク長崎	〒852-8522 長崎市宝栄町4-25	TEL 095-862-8609	管轄地域: 長崎市、 西彼杵郡(時津町、長与町)
ハローワーク 西海出張所	〒857-2303 西海市大瀬戸町瀬戸西浜郷412	TEL 0959-22-0033	管轄地域: 西海市
ハローワーク佐世保	〒857-0851 佐世保市稲荷町2-30	TEL 0956-34-8609	管轄地域: 佐世保市 (江迎町、鹿町町を除く) 北松浦郡
ハローワーク諫早	〒854-0022 諫早市幸町4-8	TEL 0957-21-8609	管轄地域: 諫早市、 雲仙市
ハローワーク大村	〒856-8609 大村市松並1-213-9	TEL 0957-52-8609	管轄地域: 大村市、 東彼杵郡
ハローワーク島原	〒855-0042 島原市片町633	TEL 0957-63-8609	管轄地域: 島原市、 南島原市
ハローワーク江迎	〒859-6101 佐世保市江迎町長坂182-4	TEL 0956-66-3131	管轄地域: 佐世保市のうち 江迎町、鹿町町、 平戸市、松浦市
ハローワーク五島	〒853-0007 五島市福江町7-3	TEL 0959-72-3105	管轄地域: 五島市、 南松浦郡
ハローワーク対馬	〒817-0013 対馬市厳原町中村642-2	TEL 0920-52-8609	管轄地域: 対馬市、 壱岐市
ハローワーク 壱岐出張所	〒811-5133 壱岐市郷ノ浦町本村舩620-4	TEL 0920-47-0054	管轄地域: 壱岐市

■お問い合わせは、十八親和銀行年金相談デスクまで

 **0120-886-631** [受付時間] 月・水・金曜日 9:00～17:00
但し、銀行休業日は除きます。

携帯からも
OK! 