

読者の皆様の疑問を スッキリ解決!

63歳 男性

年金を受給し始める前に、自分の年金記録を確認したい。どうすれば?

確認方法は何種類かあります。
自分に合った方法を選んで



先生

1 年金事務所・街角の年金相談センター(オフィス)

- 窓口でスタッフと一緒に年金記録を確認できます。
- 空白期間があったら、当時勤務していた会社名や旧姓、読み違いされやすい名前などを聞き、その場で検索してもらえます。すぐに見つからない場合は、「年金記録照会申出書」を提出し、後日文書で結果を送ってまいります。

電話で予約するのがおすすめです

予約せずに行くと、混雑により数時間待つことも。

「予約受付専用電話」

0570-05-4890(ナビダイヤル)

(050で始まる電話からかける場合は**03-6631-7521**)

受付時間：月曜日から金曜日(平日) 8:30~17:15

2 誕生日に届くねんきん定期便

● 35歳、45歳、59歳の場合

封書で届き、これまでのすべての記録が記載されています。年金加入記録に漏れや誤りがある場合は、同封されている「年金加入記録回答票」に必要事項を記入し、同封の返信用封筒で返送します。

● 上記以外の年齢の場合

直近13か月分の年金加入記録が確認できます。不明点があれば右ページの専用ダイヤルに問い合わせを。

年金Q&A

読者の皆様から寄せられた、年金に関する手続きや書類に関する疑問の数々。望月厚子先生に聞いてみました!

監修/社会保険労務士 望月厚子

3 ねんきんネット

- 24時間いつでもどこでも、パソコンやスマートフォンから自分の年金情報を確認できます。

たとえば…

- 公的年金制度(国民年金、厚生年金保険、船員保険)の加入履歴の一覧
- 各月の公的年金制度の加入状況
- 各月の国民年金保険料と付加保険料の納付状況
- 各月の厚生年金保険または船員保険の標準報酬月額と標準賞与額
- 1年間の保険料納付額、これまでの保険料納付額

- 利用には登録が必要。マイナポータルとの連携またはユーザIDの取得をおこないます。

「ねんきん定期便」の見方や、「ねんきんネット」の操作方法が知りたいときは

0570-058-555(ナビダイヤル)

(050で始まる電話からかける場合は**03-6700-1144**)

受付時間

月曜日 8:30~19:00 火曜日から金曜日 8:30~17:15

第2土曜日 9:30~16:00

※月曜日が祝日の場合は、翌日以降の開所日初日に19:00まで相談受付。

※休日、祝日(第2土曜日を除く)、12月29日から1月3日は利用できません。

漏れや誤りに気がついたときは

加入記録に漏れや誤りがある場合は、予約のうえ年金事務所まで相談しましょう。街角の年金相談センターでは一部できない手続きもあります。

〈番外編〉年金見込額が気になるときは

将来受け取る年金見込額は、50歳以上なら①~③で確認できます。収入が変わった場合の試算などは③「ねんきんネット」でもできますが、加給年金額なども含めたより詳しい試算をしたい場合は①の窓口を利用しましょう。



58歳 女性

年金受給に向けて60～65歳でやるべきことを教えてください

受給開始の時期を検討のうえ、年金請求の手続きをしましょう



A 先生

私たちももうすぐ60代ね!

何か年金関係でやることはあるのかしら?

年金請求の手続きについて、しっかり確認しておきましょう!



60歳

繰上げ受給の検討

老齢年金は繰り上げて受給することができ、最大で60歳0か月から受け取ることができます。繰上げ受給の手続きは、老齢基礎年金と老齢厚生年金をセットで、原則として同時におこないます。

なお、繰上げ受給をすると、早めた期間に応じて年金額が減額され、その減額率は一生変わりません。繰上げ受給を検討する際は、事前に年金事務所等で年金見込額や注意点、手続き方法を確認しておきましょう。

65歳

年金請求の手続き

- ① 特別支給の老齢厚生年金をすでに受け取っている方
65歳から老齢基礎年金と老齢厚生年金を受給するために、「年金請求書(国民年金・厚生年金保険老齢給付)」の提出が必要です。はがき大の「年金請求書」が送られてきたら、期日までに必ず提出しましょう。届出が遅れると、年金の支払いが一時保留されることがあります。なお、老齢基礎年金と老齢厚生年金の両方の繰り下げを希望する場合は、年金請求書の提出は不要です。

② 初めて年金を受け取る方

65歳の誕生日の3か月前になると、年金請求の手続きのための書類一式が届きます。書き方がわからない場合は、**ねんきんダイヤル(0570-05-1165)**、または050で始まる電話からかける場合は**03-6700-1165**で確認しておきましょう。

年金請求手続きは65歳の誕生日の前日から可能です。それまでに必要書類を確認し、年金請求書に記入を済ませておきましょう。



特別支給の老齢厚生年金の受給手続き

会社勤めなどの経験があり、厚生年金保険の加入期間が12か月以上ある方は、生年月日と性別によっては65歳より前に特別支給の老齢厚生年金を受給することができます。受給開始年齢の誕生日の3か月前になると、年金請求の手続きのための書類一式が届きます。請求手続きは誕生日の前日以降にできます。それまでに必要書類などを確認しておきましょう。



72歳 男性

毎年6月頃に届く年金振込通知書の見方を教えてください

天引きされる税金、社会保険料の金額や控除後の振込金額を把握して



先生



63歳 女性

離婚時の年金分割とはなんですか？

婚姻期間中の厚生年金記録を分け合う制度で、2種類あります



先生

年金の制度・種類		年金			振込先 ※1
基礎年金番号・年金コード		受給権者氏名			
各支払明の支払額、年金から特別徴収（控除）する額および控除後振込額 ※3					
	令和 年 月 の 各期支払額	令和 年 月 の 支払額	令和 年 月 の 支払額	参考：前回支払額 (令和 年 月の 支払額)	
年金支払額	円	円	円	円	円
介護保険料額 ※2	円	円	円	円	円
所得税額および復興特別所得税額 ※2	円	円	円	円	円
個人住民税額 ※2	円	円	円	円	円
控除後振込額	円	円	円	円	円

※1 支店には、支店のほか支所、営業所、出張所等が含まれます。（ゆうちょ銀行除く。）

※2 2月以降の年金から特別徴収する保険料等（下面参照）の決定額は、6月と同じ額を仮に記載しています。

※画像は日本年金機構 HP より

① 社会保険料※

- 上側は年金から特別徴収（天引き）される介護保険料額、下側は国民健康保険料（税）または後期高齢者医療保険料です。これらの欄には、社会保険料が天引きされる場合のみその額が表示されます。
- 金額などに不明点がある場合…介護保険料と国民健康保険料（税）については市区町村役場、後期高齢者医療保険料については都道府県の広域連合にお問い合わせください。

② 税金

- 所得税額および復興特別所得税額…今年の年金額と前年に提出した「扶養親族等申告書」の内容をもとに決まります。不明点がある場合は所轄の税務署にお問い合わせください。
- 個人住民税額…前年の所得金額をもとに計算されます。不明点がある場合は市区町村役場にお問い合わせください。

③ 控除後振込額

年金額から、天引きされる社会保険料、所得税額および復興特別所得税額、個人住民税額を差し引いた後の振込金額です。

① 3号分割制度

会社員や公務員の妻で専業主婦の場合など、国民年金の第3号被保険者だった方が対象です。平成20年5月1日以後に離婚した第3号被保険者だった方が請求すれば、平成20年4月1日以後の第3号被保険者期間中の、相手の厚生年金記録の2分の1を受け取ることができます。この場合、相手の同意は不要です。

② 合意分割制度

平成19年4月1日以後に離婚等をして、一定の条件を満たせば、婚姻期間中の厚生年金記録を当事者間で分けること（分割）ができます。

《条件》

- 婚姻期間中の厚生年金記録があること。
- 当事者の話し合いによる合意または裁判手続きにより、分ける割合を定めること。話し合いがまとまらない場合は、裁判所に配分を定めてもらうことができます（割合の上限は50%）。
- 合意分割の請求がおこなわれた場合、婚姻期間中に3号分割の対象となる期間が含まれるときは、合意分割と同時に3号分割の請求があったとみなされます。

注意点

離婚時の年金分割の請求期限は、原則として離婚等をした日の翌日から2年以内です。





52歳 男性

年金受給後も働くつもりですが、年金が減るって本当ですか

在職老齢年金制度の条件を満たすと、年金が支給停止になることも



A 先生

厚生年金保険に加入しながら働く場合は注意。下の表のとおり、収入と年金額の合計が一定額を超えると、年金が一部または全額が支給停止になります。

令和5年度 在職老齢年金の早見表 (60歳以上)

		年金受給額(年金額)					
		15	17	19	21	23	25
収入(総報酬月額相当額)	16	15	17	19	21	23	25
	20	15	17	19	21	23	25
	24	15	17	19	21	23	24.5
	28	15	17	19	20.5	21.5	22.5
	32	15	16.5	17.5	18.5	19.5	20.5
	36	13.5	14.5	15.5	16.5	17.5	18.5
	40	11.5	12.5	13.5	14.5	15.5	16.5
44	9.5	10.5	11.5	12.5	13.5	14.5	
48	7.5	8.5	9.5	10.5	11.5	12.5	

(単位:万円)

年金受給額と収入の合計が48万円以下ならカットされない

■は年金が一部カットされた金額です。

縦軸の収入と横軸の年金受給額が交った部分の数字が、在職老齢年金制度の適用により、実際に支給できる年金額となります。

パート労働者でも厚生年金保険に加入する可能性があります

以下の条件をすべて満たす方が対象です。

- 従業員数101人以上の勤め先 (令和6年10月以降は51人以上)
- 週の所定労働時間が20時間以上
- 月額賃金が8.8万円以上
- 雇用の見込みが2か月を超える
- 学生ではない



64歳 女性

公金受取口座を年金の受取口座に設定するメリットは?

年金請求の手続きの際に、通帳やカードの持参が不要になります



A 先生

登録方法

公的な給付金などを受け取るための口座として登録する「公金受取口座」。これを年金の受取口座として指定することができます。年金請求書の「公金受取口座として登録済の口座を指定」という欄をチェックしてください。通帳のコピーやキャッシュカードの持参が不要になります。

注意点

- 公金受取口座の登録方法…スマートフォンやパソコンからマイナポータルでおこなう、確定申告の際に申請する、金融機関を通じて申請する(令和6年度以降開始予定)のいずれか。
- 公金受取口座であっても、一部のインターネット専門銀行など、年金受取口座に設定できない金融機関があります。
- 公金受取口座の登録をしても、自動的に年金受取口座が設定されるわけではありません。年金請求時に所定欄にチェックしましょう。

