

# 年金の

知らないうちに損しているかも...

# もらい忘れ、ありませんか？

年金受給中の方は、6月に届く  
「年金振込通知書」を要チェック！

年金や、年金に加算されるさまざまなお金を受け取るには、手続きが必要です。きちんと受け取るため、漏れがないか確認しましょう。監修 / 社会保険労務士 望月厚子



## ポイント1

### 老齢年金は忘れずに自分で請求しましょう

#### ◎初めて年金を受け取れる年齢になった方

誕生日の3か月前になると、A4サイズの封筒に入った年金請求書が届きます。請求可能な日が来たらなるべく早く手続きを済ませましょう。

#### ◎すでに特別支給の老齢厚生年金を受け取っている方

65歳からの老齢基礎年金と老齢厚生年金を受け取るには、別途手続きが必要です。65歳になる誕生月の初め頃(1日生まれの方は前月の初め頃)に届くリーフレットとはがきを確認して、はがきに必要事項を記入のうえ、返送しましょう。なお、老齢基礎年金と老齢厚生年金の両方の繰下げ受給を希望するときは、はがきの返送は不要です。

## 年金 NEWS

### 在職老齢年金の支給停止調整額が引き上げに

企業で働きながら老齢厚生年金(特別支給の老齢厚生年金)を受給する場合、その額と収入の合計が一定額を超えると、年金の一部または全額が支給停止になる在職老齢年金制度。その支給停止の基準となる「支給停止調整額」が令和6年4月(6月振込分)から月額50万円に引き上げられます。これにより、これまで全額が支給停止になっていた方も、年金を受け取れるようになる可能性があります。

老齢厚生年金が1円でも受け取れる場合、加給年金額が全額加算されますから、老齢厚生年金を受け取る資格のある方や加給年金額の加算対象者がいる方などは「減額されるから」と諦めずに年金請求の手続きをしておきましょう。

## ポイント2

# 加給年金の申請漏れがないか確認しましょう

加給年金とは、老齢厚生年金に加算される家族手当のようなものです。老齢厚生年金の受給者で、以下の条件すべてを満たす方が受け取れます。

※「夫」と「妻」の立場を入れ替えても適用されます。

- 夫の厚生年金保険の被保険者期間が20年以上ある
- 夫が65歳以上
- 生計を同じくし、前年の収入が850万円未満または所得655万5千円未満の、妻または子<sup>\*</sup>がいる

※未婚で18歳に到達する年度の末日まで、1級・2級の障害状態にある場合は20歳未満。

## 自分から手続きする必要があるのは こんなケース

- ➔ 年金請求の際に加算対象者の確認ができなかった
- ➔ 65歳を過ぎてから夫の被保険者期間が20年に達した
- ➔ 夫の被保険者期間が20年に達したあとも、対象となる年齢の子がいる

65歳の時点で加給年金を受け取れる条件を満たす方は、年金請求の手続きの際に必要な書類を提出しておけばそのまま加給年金が加算されます。

ただし、年金請求の際に戸籍謄本が提出できなかった方で、加算対象者が確認できなかった方、厚生年金の加入期間が65歳を過ぎてから20年以上となった方は、加給年金を受け取るために自分で手続きする必要があります。とくに加算対象者となる子がいる場合は忘れがちですから、注意しましょう。



## 必要書類

- 「老齢厚生年金・退職共済年金 加給年金額加算開始事由該当届(様式229号)」
- 夫の戸籍抄本または戸籍謄本(夫婦関係または親子関係がわかるもの)
- 世帯全員の住民票の写し(続柄・筆頭者が記載されているもの) ※個人番号(マイナンバー)を記入した場合は省略可能です。
- 妻や子の所得証明書、非課税証明書のうちいずれかひとつ

(注) 配偶者の加給年金について、対象となる配偶者が厚生年金加入期間20年以上のときや、障害年金を受けられるときは支給停止となります。

## ポイント3

# 振替加算の加算が漏れていませんか？

妻が年上の場合、夫の老齢厚生年金に加給年金が加算される機会がありません。ただし、以下の条件を両方も満たすと、妻の老齢基礎年金に振替加算がつくようになります。当てはまるようになったら、「国民年金 老齢基礎年金額加算開始事由該当届(様式222号)」を年金事務所等に必要書類を添付して提出しましょう。

※「夫」と「妻」の立場を入れ替えても適用されます。

- 妻が65歳になった
- 夫が厚生年金の加入期間が20年となり、老齢年金を受けられるようになった

## ポイント4

# 亡くなった方が受け取っていない年金がないか確認しましょう

故人がまだ受け取っていない年金は「未支給年金」として遺族が受け取れます。受け取れる遺族は3親等(甥や姪など)内の親族のいずれか1人で、故人の入院費や葬儀費を負担し、生計を同じくしていたことが条件となります。未支給年金の時効は5年なので早めに年金事務所等で手続きをしましょう。

## 年金 NEWS

### 未支給年金・遺族年金の請求手続きの相談もインターネットからの予約が可能

これまで、年金事務所等での予約相談は、老齢年金に関する相談のみが対象でした。今年1月4日からは、障害年金や遺族年金、未支給年金の請求の相談についても、インターネット経由で予約が取れるようになりました。スムーズな手続きのために、事前予約をおすすめします。



## ポイント5

### 遺族基礎年金が 受給できない方は 寡婦年金か死亡一時金を 請求できる場合があります

故人が国民年金の第1号被保険者で公的年金を受け取っていない場合、遺族は次のいずれかを受け取れる可能性があります(保険料納付要件等あり)。市区町村役場や年金事務所等で手続きをおこなひましょう。

#### 寡婦年金

故人と生計を同じくする妻が、60歳から65歳になるまでの間、受け取れます。

#### 死亡一時金

遺族年金を受け取る資格のある親族がいなかった場合に、生計を同じくしていた遺族(①配偶者、②子、③父母、④孫、⑤祖父母、⑥兄弟姉妹のうち優先順位の高い方)が受け取れます。

#### ●年金はさかのぼって請求できます

未支給年金などの年金を受け取れる時効は5年です。「以前、亡くなった親族に未支給年金があったのでは」といった場合は、諦めずに年金事務所等に問い合わせましょう。なお、死亡一時金の時効は短く、2年です。早めに問い合わせましょう。



加入していた  
期間は  
ありませんか?  
忘れずに  
確認&請求を

#### 厚生年金基金

- 概要…老齢厚生年金の一部を国に代わって支給するとともに、企業が独自の上乘せをおこなうというものです。公的年金以外に受け取ることができます。
- 手続き…厚生年金基金に加入していたかどうかは、年金請求などの際に年金事務所等で教えてもらえます。ただし、基金に加入していた期間の年金の請求は、別途、加入していた基金(基金が解散していた場合や短期間で退職した方は企業年金連合会)でおこなうことになります。

#### 企業型確定拠出年金(企業型DC)

- 概要…勤め先が掛金を毎月積み立て(拠出)、運用方法は従業員が自分で決めます。将来受け取る金額はその運用成績によって変わります。規約の定めがあれば加入者も拠出可能です(マッチング拠出)。
- 受け取りの手続き…運営管理機関に確認します。運営管理機関がわからない場合は勤め先にたずねましょう。
- 転職する場合…転職先に企業型DCがあれば、そちらへ移換(ポータビリティ)の手続きをおこなひます。ない場合は、「脱退一時金の受給(条件あり)」もしくは「iDeCo(個人型確定拠出年金)への移換」のどちらかを選びます。手続き期限に注意しましょう。

#### 個人型確定拠出年金(iDeCo)

- 概要…自分が拠出した掛金を、自分で運用し、老後のための資産を形成する年金制度です。
- 受け取りの手続き…給付金の請求は、記録関連運営管理機関でおこなひます。連絡先は、定期的に送られてくる「年金資産の残高の通知」や各種お知らせ等に記載されているので、詳細はそちらに問い合わせましょう。

他にも  
こんな  
手続き漏れが  
ないか  
要チェック



## 扶養親族がいなくても 「扶養親族等申告書」を 提出しましょう

- 概要…年金から源泉徴収される所得税と復興特別所得税について、配偶者控除や障害者控除などを受けるために必要な書類です。期限までに書類を返送しましょう。出し忘れると、控除が適用されず、多めに税金が源泉徴収されることになります。
- 出し忘れていたら…速やかに提出してください。控除の適用が間に合わない場合は、確定申告をすれば、納めすぎた税金を取り戻せます。

※所得税が源泉徴収されない方には扶養親族等申告書は届きません。提出は不要です。

## 「第1号被保険者」への 切り替えを 忘れずにおこなきましょう

会社員家庭の専業主婦などの「第3号被保険者」は、国民年金保険料の納付は不要です。しかし、以下の場合は「第1号被保険者」となり、以降は国民年金保険料の納付が必要になります。夫の退職などの日から14日以内に市区町村役場で種別変更の手続きをしましょう。忘れていた場合は、後日「勧奨通知書(催告状)」が届きます。

※「夫」と「妻」の立場を入れ替えても適用されます。

- 夫が退職し、妻が60歳未満の場合
- 夫が会社勤めを続けていても、夫が65歳超になり、妻が60歳未満の場合
- 夫と離婚、または夫が死亡した場合

## 「年金生活者支援給付金」の 対象になっていませんか？

### [概要]

以下の支給要件をすべて満たす方が受け取れます。

- 65歳以上の老齢基礎年金の受給者である
- 同一世帯の全員が市町村民税非課税である
- 前年の公的年金等の収入金額とその他の所得との合計額が87万8900円以下である

### [手続き]

- 65歳で初めて年金を請求するとき…「年金生活者支援給付金請求書」に必要な事項を記入し、年金の請求書とともに年金事務所に提出します。
- 特別支給の老齢厚生年金を受給している方が65歳になったとき…自宅に届いた「年金請求書 兼 年金生活者支援給付金請求書(はがき型)」に必要な事項を記入し、切手を貼ってポストへ投函します。
- 収入や世帯の状況が変化して、支援金の要件を満たすようになったとき、あるいは満たさなくなったときは、給付金専用ダイヤル(0570-05-4092)または年金事務所等にお問い合わせください。

## 2つ以上の年金を 受け取れるように なったときの手続きを忘れずに

公的年金は原則として1種類のみ受け取ることができません。配偶者が亡くなって遺族厚生年金を受け取っていた方が、老齢年金を受け取れるようになったときなど、2つ以上の年金を受けられるようになったときは、本人の選択により、どちらの年金を受け取るか選び、「年金受給選択申出書」を提出します。65歳以後は、特例的に2つ以上の年金が受けられることもあります。

なお、どちらを受け取ったほうが有利になるかは、年金事務所等で相談することができます。