

年金の請求手続きのご案内

年金を受け取るための手続き用紙をお送りします。

61歳用

日本年金機構

61歳になると『特別支給の老齢厚生年金』を受け取る権利が発生します。

同封の「年金請求書（国民年金・厚生年金保険老齢給付）」（以下「年金請求書」）により、年金を受け取るための手続きを行ってください。

*老齢厚生年金を受け取る権利は原則65歳から発生しますが、厚生年金保険の加入期間が1年以上あるなどの要件を満たす方には、61歳から「特別支給の老齢厚生年金」が支払われます。

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。また、時効により年金が受け取れなくなる場合がありますのでお早目の請求手続きをお願いします。

⚠️ 61歳（誕生日の前日）から、「年金請求書」の受付が可能です。

*年金を受けられるようになったときから5年を過ぎると、法律に基づき、**5年を過ぎた分については時効により受け取れなくなります**ので、早めにご提出ください。

年金を受け取るための手続きの流れ

「年金請求書」のご確認と必要事項のご記入

- ・「年金請求書」の黄色部分に必要事項をご記入ください。
 - ・黒インクのボールペンで記入してください。鉛筆や、摩擦に伴う温度変化等により消色するインクを用いたペンまたはボールペンは、使用しないでください。
 - ・年金請求書の住所欄は、原則として、住民票住所を記入して下さい。ただし、住民票住所と異なる居所を通知書等送付先とする場合には、例外的に、年金請求書の住所欄に通知書等送付先を記入した上で、別途、「住民基本台帳による住所の更新停止・解除申出書」が必要になりますので、最寄りの年金事務所へお問い合わせしてください。
 - ・年金加入記録に「もれ」や「誤り」がある場合は、事前にお近くの年金事務所までお問い合わせください。
- *共済組合等の加入期間について「もれ」や「誤り」がある場合は、それぞれの共済組合等へお問い合わせください。

添付書類のご用意

- ・このパンフレットの2～5ページをご覧のうえ、年金請求に必要な添付書類をご用意ください。

「年金請求書」のご提出

- ・「年金請求書」は、61歳（誕生日の前日）を迎えてから、添付書類とともに年金事務所へ郵送いただくか、年金事務所や「街角の年金相談センター」の窓口へご持参ください。
- *共済組合等の加入期間がある方についても、年金事務所に年金請求書を提出することで、共済組合等に加入していた期間の年金を請求することが可能です。
- *日本年金機構で管理している年金個人情報の交付を希望する場合は、運転免許証などの身分を証明する書類が必要です。
- *本人以外の方が手続きする場合には、委任状と代理人ご自身の身分を証明する書類が必要です。

◎窓口での手続きには、**予約相談**をご利用ください。お申し込みは「予約受付専用電話」へ！

年金の受け取りが始まります

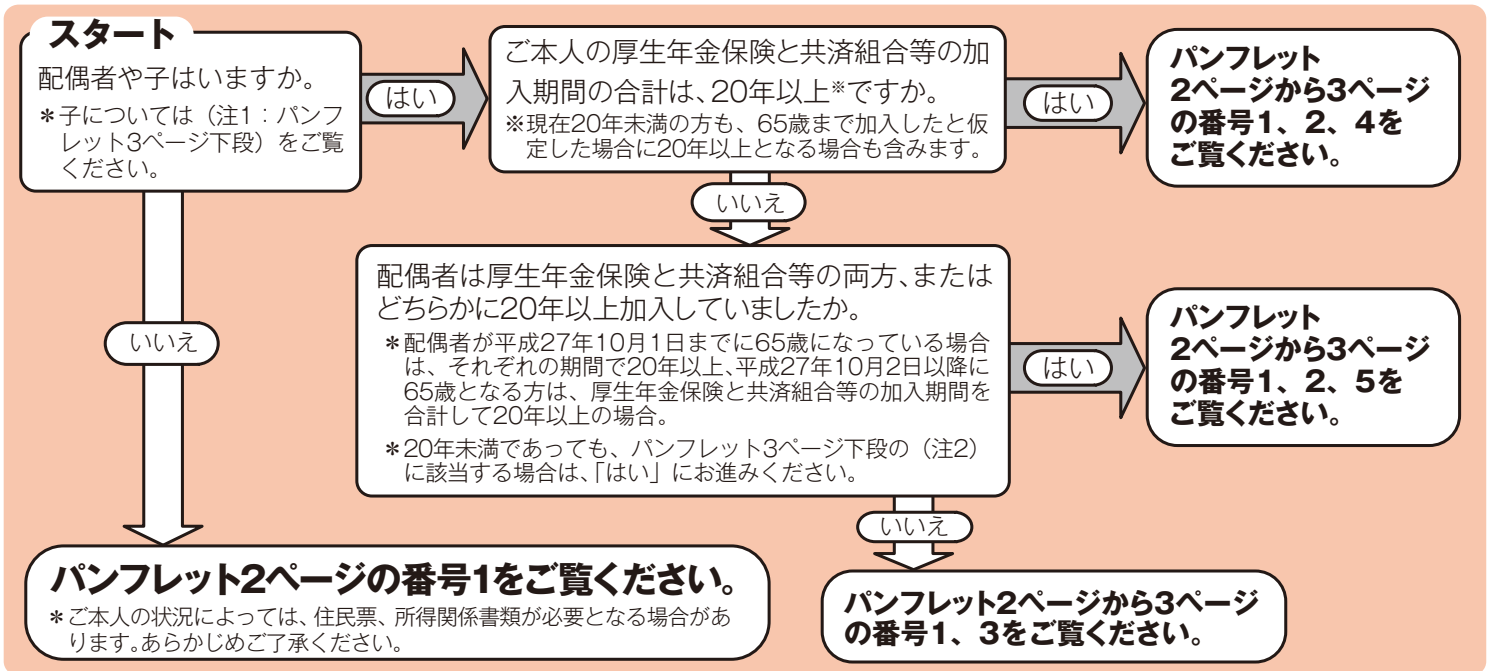
- ・日本年金機構が、「年金請求書」を提出した方の受給権（年金を受け取る権利）を確認してから1～2カ月後に、「年金証書・年金決定通知書」をお送りします。
- ・「年金証書・年金決定通知書」が届いてから1～2カ月後に、年金のお支払いのご案内（年金振込通知書、年金支払通知書または年金送金通知書）をお送りし、年金の受け取りが始まります。

年金請求に必要な添付書類

「年金請求書」を提出される前に、添付書類をご確認ください。

戸籍、住民票、所得関係書類

「戸籍、住民票、所得関係書類」の確認方法



住民票と所得証明書は、ご本人のマイナンバー(個人番号)が登録済の場合や、請求書にマイナンバーをご記入いただいたときは、添付を省略できます。詳しくは、備考欄をご覧ください。

- *添付書類は「コピー可」と記載されている以外は、原本を添付してください。
- *市区町村で発行した戸籍・住民票を添付される場合は、61歳(誕生日の前日)以降に交付されたもの(年金請求書提出日の6カ月以内に交付されたものに限る)をご用意ください。
- *戸籍、住民票等(年金請求等に用いることを目的として交付されたものを除きます。)の原本については、原本を提出したお客様から原本返却のお申出があった場合、職員がそのコピーをとらせていただいた上で、お返しいたします。(第三者の証明書、医師または歯科医師の診断書等、原本返却できない書類もあります。)

年金請求書を提出するすべての方

(パンフレット2~3ページ、5ページにおいて、「添付する書類」が重複した場合は、1部を添付してください。)

番号	年金請求書の該当ページ	該当する方	添付する書類等	備考欄	チェック欄
1	-	すべての方	①ご本人の生年月日を明らかにできる書類 ・ 戸籍の抄本(戸籍の一部事項証明書) ・ 戸籍の謄本(戸籍の全部事項証明書) ・ 住民票 ・ 住民票の記載事項証明書 ②受取先金融機関の通帳等(本人名義) カナ氏名、金融機関名、支店番号、口座番号が記載された部分を含む預金通帳またはキャッシュカード(コピー可) 年金請求書に金融機関の証明を受けた場合は不要です。 ③印鑑(認印可)	いずれかの書類 「年金請求書」14ページ1(2)において ・「マイナンバーが登録済の方:1」は、ご本人の生年月日を明らかにできる書類の添付を原則省略できます。 ・「マイナンバーが未登録の方:0」又は「空欄」の方は、1(3)にマイナンバーを記入した場合に、ご本人の生年月日を明らかにできる書類の添付を省略できます。 ※ただし、「年金請求書」を共済組合等に提出される場合には、別途、住民票等の添付書類が必要になる場合があります。	

ご注意ください

- *配偶者または子(パンフレット3ページ下段に該当する子)のいる方は、パンフレット3ページの番号2の書類が必要になります。
- *単身の方で、パンフレット5ページの『その他「年金請求書」の記入内容によって必要な書類』や『雇用保険関係書類』が不要な場合は、添付書類はパンフレット2ページの番号1の書類(またはマイナンバーの記入)のみです。
- *外国人の方で、マイナンバーをお持ちの場合は、「年金請求書」の14ページにマイナンバーをご記入ください。また、「年金請求書」の1ページの氏名が印字されている横の余白にアルファベット氏名を大文字で記入のうえ、在留カードのコピー、住民票(コピー可)のうち、いずれかの書類を添付してください。

配偶者または18歳未満の子（注1）がいる方

番号	年金請求書の該当ページ	該当する方	添付する書類	備考欄	チェック欄
2	8ページ 5. (1) (2)	配偶者がいる方	配偶者とご本人の身分関係を明らかにできる①から③の書類 ①・ご本人の戸籍の抄本（戸籍の一部事項証明書） } いずれかの書類 ・ご本人の戸籍の謄本（戸籍の全部事項証明書） } ②世帯全員の住民票 *ご本人の戸籍の抄本（戸籍の一部事項証明書）を添付する方は、住民票に筆頭者欄の記載があるもの ③・配偶者の年金手帳 } いずれかの書類 ・配偶者の基礎年金番号通知書 } *コピー可 ・配偶者の厚生年金保険被保険者証 }	・「年金請求書」の8ページで配偶者および子のマイナンバーを記入した場合は、番号2②の添付は不要です。 ・「年金請求書」の8ページで配偶者のマイナンバーを記入した場合は、番号2③の添付は不要です。 ・同一世帯でない場合は、このパンフレットの4ページの「同一世帯でない場合の生計同一に関する書類」も併せてご用意ください。 ・戸籍・住民票については、年金請求書提出日の6カ月以内に交付されたものに限りします。	
		子がいる方	子とご本人の身分関係を明らかにできる①及び②の書類 ①・子とご本人それぞれの戸籍の抄本（戸籍の一部事項証明書） } いずれかの書類 ・ご本人の戸籍の謄本（戸籍の全部事項証明書） } ②世帯全員の住民票		
3	8ページ 5. (1)	配偶者がいる方	配偶者とご本人の身分関係を明らかにできる次の①または②の書類及び③の書類 ①・ご本人の戸籍の抄本（戸籍の一部事項証明書） } いずれかの書類 ・ご本人の戸籍の謄本（戸籍の全部事項証明書） } ②世帯全員の住民票 ③・配偶者の年金手帳 ・配偶者の基礎年金番号通知書	・「年金請求書」の8ページで配偶者のマイナンバーを記入した場合は、番号3②および番号3③の添付は不要です。 ・戸籍・住民票については、年金請求書提出日の6カ月以内に交付されたものに限りします。	
4	10ページ 6. (1) (2)	(1)で「はい」と答えた方	配偶者または子にかかる、請求する年の前年の収入か所得が確認できる書類 ①・所得証明書 } いずれかの書類 ・課税（非課税）証明書 } ・源泉徴収票 など }	・「年金請求書」の8ページで配偶者および子のマイナンバーを記入した場合は、番号4①の添付は不要です。 ・「年金請求書」の14ページにおいてマイナンバーが登録済の方やマイナンバーを記入した方は、番号5①の添付は不要です。 ・収入か所得がない場合であってもそのことを確認できる書類（非課税証明書等）が必要です。	
		(2)で「はい」と答えた方	配偶者または子の収入が、ご本人の年金の受給権（年金を受け取る権利）が発生したときから、おおむね5年以内に850万円未満となることを証明できる次の①及び②の書類 ①・所得証明書 } いずれかの書類 ・課税（非課税）証明書 } ・源泉徴収票 など } ②退職年齢を明らかにできる勤務先の就業規則等（コピー可）		
5	16ページ 3. (1) (2)	(1)で「はい」と答えた方	ご本人の請求する年の前年の収入か所得を確認できる書類 ①・所得証明書 } いずれかの書類 ・課税（非課税）証明書 } ・源泉徴収票 など }	・左記に掲げた書類の他、このパンフレットの4ページの「収入に関する認定書類」のいずれかの書類でも代用できます。 なお、義務教育終了前の子については、添付は不要です。 ・複数の収入か所得がある場合（例えば、給与と不動産収入等）は、すべての収入が確認できる書類（所得証明書等）を添付してください。	
		(2)で「はい」と答えた方	ご本人の収入が年金の受給権（年金を受け取る権利）が発生したときから、おおむね5年以内に850万円未満となることを証明できる次の①及び②の書類 ①・所得証明書 } いずれかの書類 ・課税（非課税）証明書 } ・源泉徴収票 など } ②退職年齢を明らかにできる勤務先の就業規則等（コピー可）		

ご確認ください

(注1) 子の年齢要件は、①18歳になった後の最初の3月31日まで ②国民年金法施行令別表に定める障害等級1級・2級の障害の状態にある場合は20歳未満のいずれかとなります。

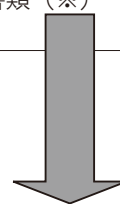
(注2) 男性40歳（女性35歳）以降の厚生年金保険の加入期間が次の表に該当する場合も含まれます。

生年月日	期間	生年月日	期間
昭和22.4.1以前生まれ	15年	昭和24.4.2～25.4.1	18年
昭和22.4.2～23.4.1	16年	昭和25.4.2～26.4.1	19年
昭和23.4.2～24.4.1	17年		

同一世帯でない場合の生計同一に関する書類（このパンフレットの3ページの番号2）

認定対象者の状況区分	提出書類
住民票上世帯を別にしているが、住所が住民票上同一であるとき	別世帯となっていることについての理由書
住所が住民票上異なっているが、現に日常生活を共にし、かつ生活上の家計を一つにしているとき	<ul style="list-style-type: none"> 同居についての申立書 別世帯となっていることについての理由書 生計を同じくしていた事情をご存じの民生委員や町内会長等第三者の証明書またはそれに代わる書類（※）
単身赴任、就学または病気療養等のやむを得ない事情により住所が住民票上異なっているが、その事情が消滅したときは、日常生活を共にし、生活上の家計を一つにするとき 例) ①生活費、療養費等の経済的な援助がある場合 ②定期的に音信、訪問が行われている場合	<ul style="list-style-type: none"> 別居していることについての理由書 生活費等経済的な援助が行われていることについての申立書 生計を同じくしていた事情をご存じの民生委員や町内会長等第三者の証明書またはそれに代わる書類（※）

（※）第三者の証明書に代わる書類について
（次のいずれかの書類をご用意ください。）



事 項	提出書類（コピー可）
健康保険等の被扶養者になっている場合 （国民健康保険は該当しません）	被扶養者であることを明らかにすることのできる健康保険被保険者証または組合員証等
給与計算上、扶養手当等の対象になっている場合	給与明細または賃金台帳等
税法上の扶養親族になっている場合	源泉徴収票または課税（非課税）証明書等
定期的に送金がある場合	定期的に送金されていたことわかる現金書留の封筒または預貯金通帳等

収入に関する認定書類（このパンフレットの3ページの番号4、5）

（請求する年の前年の収入か所得が確認できる書類は、次のいずれかで代用できます。）

認定対象者	認定対象者の状況	提示（提出）書類（コピー可）
ご本人 または 配偶者	健康保険等の被扶養者 （国民健康保険は該当しません）	健康保険または共済組合等の被扶養者であることを明らかにすることのできる健康保険被保険者証または組合員証等
	国民年金第3号被保険者	第3号被保険者認定通知書（第3号被保険者資格該当通知書） または 年金手帳（第3号被保険者である旨の記載があるものに限る）
	公的年金の加給年金額対象者または加算額対象者	年金証書および決定通知書（裁定通知書）
	国民年金保険料免除者	国民年金保険料免除該当通知書または国民年金保険料免除申請承認通知書
	生活保護受給者	保護開始決定通知書
子	健康保険等の被扶養者 （国民健康保険は該当しません）	健康保険または共済組合等の被扶養者であることを明らかにすることのできる健康保険被保険者証または組合員証等
	高等学校等在学中の者	在学証明書または学生証
	公的年金の加給年金額対象者または加算額対象者	年金証書および決定通知書（裁定通知書）
	義務教育終了前の者	書類は不要

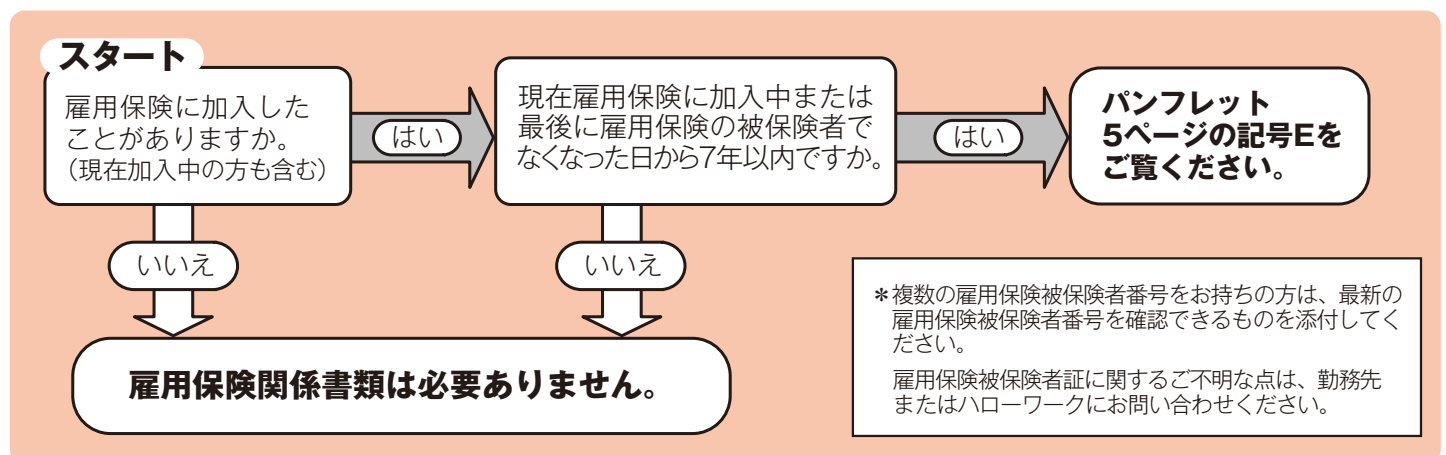
その他「年金請求書」の記入内容によって必要な書類

記号	年金請求書の該当ページ	該当する方	添付する書類	備考欄	チェック欄
A	6ページ 4. (1) ①	「受けている」と答えた方	<ul style="list-style-type: none"> 年金証書 恩給証書 年金額決定（裁定）通知 遺族給与金証書 	受けている給付ごとにそれぞれの書類 ＊コピー可	配偶者の年金に加算されている配偶者加給年金額は、加算対象となる方の年金が未請求であると、過払いとなり返納していただく場合があります。
	8ページ 5. (1) ③				
B	8ページ 5. (2)	障害の状態にある子がいる方	①医師または歯科医師の診断書 <small>＊診断書の用紙は年金事務所等に用意してあります。</small> ②レントゲンフィルム 障害の状態にある子の傷病が次の傷病に該当する場合 ・呼吸器系結核 ・肺化のう症 ・けい肺（これに類似するじん肺症を含む） ③その他認定または審査に際し必要と認められるもの		子が特別児童扶養手当の支給対象者であり、特別児童扶養手当の直近の診断書（コピー可）を提出できる場合は、左の①を省略できることがあります。詳しくは年金事務所にお問い合わせください。
C	14ページ 1. (1) 2.	手帳記号番号を記入した方	<ul style="list-style-type: none"> 年金手帳 基礎年金番号通知書 厚生年金保険被保険者証 	お持ちの方のみ添付	年金請求書の1ページに印字された基礎年金番号（配偶者は8ページに記載）と異なる手帳記号番号が記載されたものがある場合に添付してください。
D	14ページ 1. (4)	2 「はい」と答えた方	当時沖縄に住んでいた住所を明らかにできる書類 <ul style="list-style-type: none"> 戸籍 住民票 	いずれかの書類	沖縄特例措置の手続きがお済みの場合や、生年月日によって添付の必要がない場合があります。詳しくはお近くの年金事務所にお問い合わせください。

- * 個人の状況によって、記載された書類の添付が必要ない場合があります。ご自身に必要な書類等については、「ねんきんダイヤル」またはお近くの年金事務所にお問い合わせください。
- * 審査の過程で、添付していただいた書類以外の書類が必要となる場合がありますので、あらかじめご了承ください。
- * 保険料納付済期間・保険料免除期間を合算して25年未満の方は、合算対象期間を確認するための書類が必要となる場合がありますので、あらかじめご了承ください。

雇用保険関係書類

「雇用保険関係書類」の確認方法



記号	年金請求書の該当ページ	該当する方	添付する書類	備考欄	チェック欄
E	6ページ 4. (2) ①	雇用保険被保険者番号を記入した方	雇用保険被保険者番号を明らかにできる書類 <ul style="list-style-type: none"> 雇用保険被保険者証 雇用保険受給資格者証（顔写真付き） 船員失業保証証 高年齢雇用継続給付支給（不支給）決定通知書 	いずれかの書類 ＊コピー可	「雇用保険被保険者証」を紛失した方は、ハローワークで「再発行」のうえ、ご記入ください。

年金の受け取りについて

○65歳になった時は

・65歳になると老齢厚生年金・老齢基礎年金が受け取れるようになります。特別支給の老齢厚生年金の手続きをされた方には、65歳の誕生月の直前にあらためてご案内をします。この時、66歳以降に受取開始時期を繰り下げて年金を増額させることができます。ご自身の生活設計に合わせて選択ください。

○年金額の一部あるいは全額が受け取れない場合があります。

・厚生年金保険に加入中の方は勤務先からの報酬により年金の一部または全部が受け取れない場合があります。
・雇用保険の基本手当、高年齢雇用継続給付金を受けている方は、年金の一部または全部が受け取れません。
年金の全額が受け取れない場合は、支払いのご案内は送付しません。

○65歳から受け取る老齢基礎年金を、65歳までの間に繰り上げて受け取ることができます。

繰上げ請求の年金は請求を行った月の翌月分から受け取れます（別途、請求の手続きが必要となります）。
なお、受け取る年金額は、請求した月に応じて減額になります。

○障害をお持ちの方・長期加入者の方は、定額部分支給開始年齢の特例があります。

特別支給の老齢厚生年金（報酬比例部分のみ）を受けるようになったとき、次のいずれかに該当し、さらに、退職している方は、報酬比例部分と定額部分を合わせた年金が受け取れます※。

①厚生年金保険法に定める障害等級1級から3級の状態にある場合

「年金請求書」とは別に「障害者特例請求」の手続きを行う必要があります。障害の特例に該当した場合、手続きの翌月から年金額が改定されます（障害年金受給者の方は、障害状態にあると判断される時に遡って年金額が改定されます）。

②厚生年金保険の加入期間（各制度単独で）が44年以上ある場合（長期加入者）

該当したときに被保険者である場合は、退職した月の翌月から年金額が改定されます。

※加給年金額の加算要件（「年金請求書」の9ページ）に該当する場合は、定額部分に加給年金額が加算になります。

※この特例の期間中に、厚生年金保険の被保険者として再就職した場合は、特例による定額部分（加給年金額を含む）は受け取れません。

○共済組合等の請求手続きを併せて行う場合は、金融機関によって送金できないことがあります。

年金の送金が可能な金融機関については、お近くの年金事務所または各共済組合等にご相談ください。

ご自身やご家族の年金加入記録に「もれ」や「誤り」はありませんか

お勤めされた期間が短期間であっても、その期間が年金の受給に結び付くことがあります。
特に、次のような方はぜひご確認ください。

・転職が多い ・姓（名字）が変わったことがある ・いろいろな名前の読み方がある

※ご家族（亡くなられた方も含みます）の記録の判明により、老齢年金や遺族年金等の受給に結び付くことがあります。

年金のお問い合わせは『ねんきんダイヤル』へ！

『ねんきんダイヤル』



0570-05-1165

●050から始まる電話でおかけになる場合は、
(東京) 03-6700-1165

<受付時間>

月曜日 午前 8:30～午後 7:00

火～金曜日 午前 8:30～午後 5:15

第2土曜日 午前 9:30～午後 4:00

※月曜日が祝日の場合は、翌開所日は午後7:00まで。

※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。

来訪相談のご予約は『予約受付専用電話』へ！

『予約受付専用電話』



0570-05-4890

●050から始まる電話でおかけになる場合は、
(東京) 03-6631-7521

●年金事務所等の窓口で年金請求の手続きや、
受給している年金についての相談を希望される方は、ぜひ、予約相談をご利用ください。

<受付時間>

月～金曜日(平日) 午前 8:30～午後 5:15

※土日祝日、12月29日～1月3日はご利用いただけません。

お問い合わせ、ご予約の際は、基礎年金番号がわかるものをご用意ください。

○代理人(二親等以内)の方からお問い合わせいただく場合は、ご本人の基礎年金番号または照会番号に加え、代理人の方の基礎年金番号も必要です。
○おかけ間違いにご注意ください。

ホームページに、「年金請求書」に関するQ & Aや年金に関する届け出、
手続き案内などを掲載していますので、ご利用ください。

日本年金機構

検索