

国民年金の しおり

令和7年度版



札幌文化芸術劇場hitaru

SAPPORO

こんなときどうするの？

保険料の割引はありますか？

☞前納(前払い)すると割引になります ----- 6、31

保険料を納めるのが経済的に難しいのですが？

☞免除制度の対象になる場合があります ----- 7

自分の年金の記録や、将来いくら年金をもらえるかはどこで確認できますか？

☞日本年金機構の年金事務所やねんきんネットで確認できます ----- 33、34

年金の請求はどこにすればいいですか？

☞年金の加入状況によって請求窓口が異なります ----- 15

老齢基礎年金は65歳になる前でももらえますか？

☞60歳から繰上げ請求することができます ----- 19

障害基礎年金は障がい者になったら誰でももらえますか？

☞年金の加入状況や障がいの程度によります ----- 21

遺族基礎年金は遺族になったら誰でももらえますか？

☞亡くなった方の年金の加入状況や遺族の状況によります ----- 23

年金を受給している人の住所や、受取口座を変えるときの手続きは？

☞年金事務所にご相談ください ----- 16

年金を受給している人が亡くなったときの手続きは？

☞受けていた年金の種類によって手続き先が異なります ----- 16

もらえる年金額を増やす方法がありますか？

☞付加加入 ----- 5、25

☞任意加入 ----- 3

☞国民年金基金 ----- 32



加入の届け出忘れ・国民年金保険料の納め忘れにご注意ください。

も く じ

■ 国民年金の仕組み -----	1
■ 国民年金に加入する方 -----	3
■ こんなときは区役所で手続きを！ -----	4
■ 保険料 -----	5
保険料の納付方法 -----	6
保険料の免除・猶予申請 -----	7
法定免除 -----	9
産前産後免除 -----	10
申請免除 -----	11
納付猶予 -----	11
学生納付特例 -----	11
保険料の追納 -----	13
免除などの所得基準額 -----	14
■ 年金の受給 -----	15
年金を受けるための手続き -----	15
年金受給者の主な手続き -----	16
■ 老齢基礎年金 -----	17
受給の繰上げ・繰下げ -----	19
■ 障害基礎年金 -----	21
■ 遺族基礎年金 -----	23
■ 第1号被保険者のその他の年金など -----	25
付加年金 -----	25
寡婦年金 -----	25
死亡一時金 -----	26
■ 特別障害給付金 -----	27
■ 外国人の国民年金 -----	28
■ 年金生活者支援給付金 -----	29
■ 国民年金基金 -----	32
■ 問い合わせ先 -----	33
日本年金機構 -----	33
主な共済組合 -----	35
厚生年金基金・農業者年金 -----	36
各区役所 -----	裏表紙

国民年金の仕組み

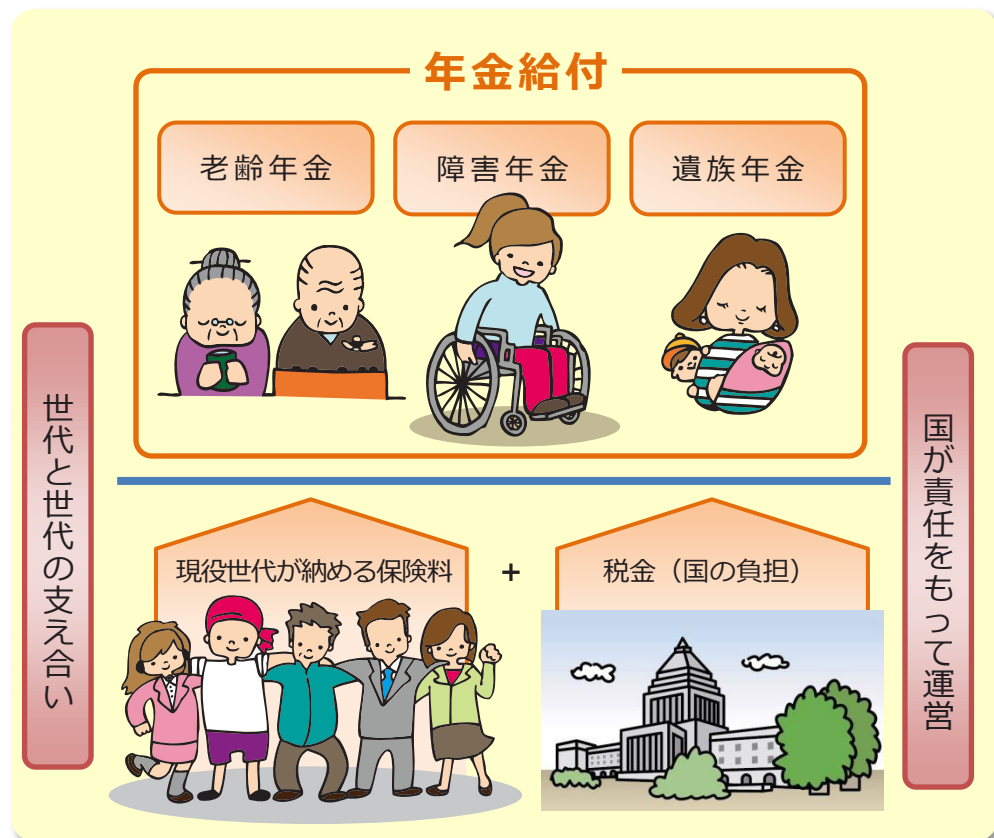
公的年金制度

公的年金制度は、老齢、障がい、死亡によって収入を得ることができなくなったり減少したりしたときに、本人や遺族に年金給付を行い、人々の生活を支える社会保障制度の一つです。

年金の給付費用が、加入者が納める保険料と国の負担(税金)によって賄われる社会保険方式により運営されており、年金受給者の生活を現役世代が支える**世代と世代の支え合い**であるとともに、**国が責任をもって運営する制度**となっています。

なお、社会保険方式とは、高齢や障がい、死亡に備えて、あらかじめ保険料を納め、その保険料を財源として給付が行われる仕組みのことです。

そのため、**保険料を納めていなければ、原則として年金を受け取ることはできません。**



2階建ての年金給付

日本の年金制度は、20歳以上60歳未満の日本に住む全ての方が国民年金の加入者(被保険者)となる**国民皆年金**の制度となっています。

会社員や公務員の方は、厚生年金に加入するとともに、同時に国民年金の加入者にもなっています。

国民年金の加入者は、

①高齢になったときは**老齢基礎年金**、

②障がい者になったときは**障害基礎年金**、

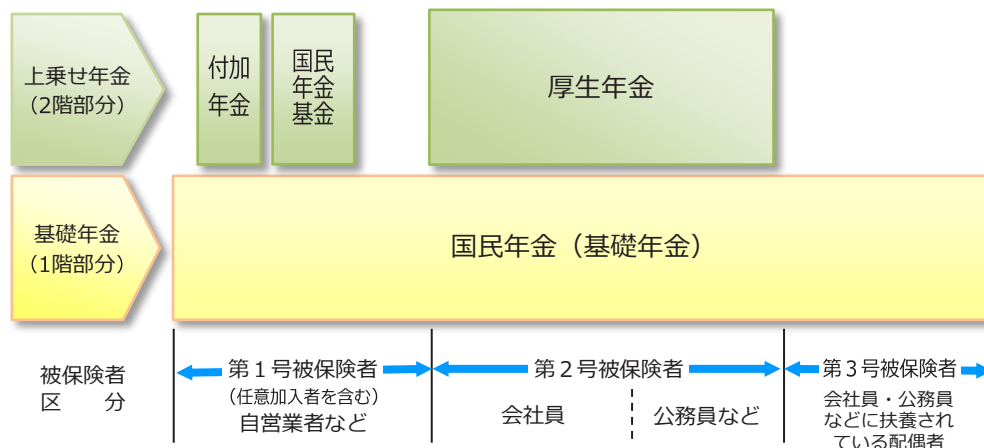
③亡くなったときに生計を同じくしていた一定範囲の遺族の方は**遺族基礎年金**の給付を受けることができますが、このとき、厚生年金の加入期間や共済組合の加入期間があれば、老齢厚生年金・障害厚生年金・遺族厚生年金が、基礎年金に上乗せされて支給されることになり、いわゆる**2階建ての給付**を受ける仕組みとなっています。

(それぞれの受給条件を満たしている必要があります。)

※平成27年10月、共済年金は厚生年金に一元化されました。

今後は、公務員や私立学校教職員の共済組合加入者でも、年金は厚生年金の加入者となります。

平成27年9月以前から共済年金を受給している方は、引き続き共済年金を受給します。



※第1号被保険者および第3号被保険者でも、第2号被保険者期間があった方は、その部分を2階部分としてそれぞれの年金が支給されます。

国民年金に加入する方

こんなときは区役所で手続きを！

加入者(被保険者)は3種類

20歳以上60歳未満で日本国内に住所のある方は、年金に関する協定を結んでいる外国人など一部の方を除き、国民年金に加入することになります。

国民年金の加入者(被保険者)は次の3種類に分かれています。

第1号被保険者

第2号被保険者

第3号被保険者



20歳以上60歳未満で、第2号被保険者・第3号被保険者以外の方

会社員・公務員など厚生年金の加入者(65歳以上は老齢年金などの受給権がない方に限る。)



20歳以上60歳未満で、第2号被保険者に扶養されている配偶者(原則、日本国内に住所を有する方が対象です。)



希望で加入できる方(任意加入被保険者)

次の方は本人の希望で国民年金に加入することができます。

- ①日本国内に住所がある60歳以上65歳未満の方
- ②日本国籍があり、海外に住んでいる20歳以上65歳未満の方
- ③加入期間が不足しているため、老齢基礎年金を受給できない65歳以上70歳未満の方(昭和40年4月1日以前に生まれた方)。ただし、老齢基礎年金の受給資格期間(17ページ)を満たすまでの期間に限ります。

- ※1 ①・②の方は、納付済み月数が40年(480カ月)になり、受け取ることができる年金額が満額(18ページ)になるまでの期間に限ります。
- ※2 老齢基礎年金の繰上げ支給を受けている方は任意加入できません。
- ※3 任意加入期間の保険料は免除の対象になりません。
- ※4 厚生年金、共済組合等に加入している方は任意加入できません。

上記①・③の任意加入被保険者の保険料納付方法は、原則として口座振替となっています(クレジットカード払いも可能)。手続きに必要なものは4ページをご覧ください。

こんなとき	必要なもの
会社を退職したとき (被扶養配偶者の届け出も忘れずに)	・マイナンバーカード、年金手帳または基礎年金番号通知書 ・退職年月日が分かるもの(雇用保険被保険者離職票など)
厚生年金加入配偶者の扶養から外れたとき(離婚したとき、収入が増えたとき、配偶者が離職したとき)	・マイナンバーカード、年金手帳または基礎年金番号通知書 ・扶養から外れた日が分かるもの(被保険者資格喪失証明書など)
配偶者が65歳になったとき (第3号被保険者のみ)	・マイナンバーカード、年金手帳または基礎年金番号通知書
基礎年金番号通知書の再交付を受けたいとき (第1号被保険者のみ)	・マイナンバーカードまたは基礎年金番号が分かるもの ※区役所で手続きをした場合は、再交付まで約1カ月かかります。 お急ぎの場合は年金事務所(34ページ)にご相談ください。
日本国外に住むようになったとき (第1号被保険者のみ)	・マイナンバーカード、年金手帳または基礎年金番号通知書 ※ 国外に転出する前にお手続きをお願いします。
海外に住んでいた方が帰国したとき (任意加入していた方および帰国後は第1号被保険者に該当する方のみ)	・マイナンバーカード、年金手帳または基礎年金番号通知書
任意加入(3ページ)するとき、やめるとき	・マイナンバーカード、年金手帳または基礎年金番号通知書 ・通帳および金融機関届け出印(またはクレジットカード)
付加保険料を納付(5ページ、25ページ)するとき、納付をやめるとき	・マイナンバーカード、年金手帳または基礎年金番号通知書
生活保護を受け始めたとき・廃止になったとき(法定免除の届け出が必要です。)	・マイナンバーカード、年金手帳または基礎年金番号通知書 ・生活保護の開始日または廃止日を証明するものなど(9ページ)
障害基礎年金を受け始めた時(法定免除の届け出が必要です。)	・年金証書など(9ページ)
出産したとき(産前産後免除の届け出が必要です。死産、流産、早産された方を含む。)	・マイナンバーカード、年金手帳または基礎年金番号通知書 ・出産(予定)日を明らかにできる書類など(10ページ)

※第3号被保険者に関する届け出～厚生年金の加入者である配偶者の扶養に入るとき(第3号被保険者に該当するとき)、基礎年金番号通知書の再交付申請を希望するときは配偶者の勤務先を通して年金事務所(34ページ)に届け出を行うことになっています。

※マイナンバーカードの申請に関することは、各区役所戸籍住民課にお問い合わせください。

※令和4年4月以降は、年金手帳に代わり基礎年金番号通知書が交付されています。年金手帳は引き続き使用できます。

保 険 料

第1号被保険者・任意加入被保険者の保険料

国民年金の保険料は、性別・年齢・所得に関係なく定額です。
資格を取得した月の分から、資格を喪失した月の前月の分までを納めます。

定額保険料

被保険者が必ず納める保険料

月額 17,510円

(令和7年度)

(令和8年度は17,920円)



付加保険料

希望により付加保険料の納付を
申し出た場合に納める保険料

月額 400円

定額保険料に加えて400円を納めることにより、老齢基礎年金に**付加年金**(25ページ)が加算されます。

加算される年金額は、200円×納付月数となります。

※納付の申し出が必要です。

※国民年金基金(32ページ)加入者は納付できません。

※納付できるのは、定額保険料を納めている場合のみです。(産前産後免除期間も納付できません。)

保険料の未納にご注意を

- ・各月の保険料は、翌月の末日が納付期限になります。納付期限から2年を経過すると保険料を納めることができなくなりますのでご注意ください。
- ・保険料の未納・滞納があると、年金を受けられなかったり、将来受けられる年金額が少なくなったりする場合があります。
- ・納めるのが難しいときは免除などの利用(7ページ)についてご相談ください。

保険料は所得から控除されます

納めた保険料は、所得税や住民税を計算するときに、課税対象となる所得金額から社会保険料控除として全額が控除されます。年末調整や確定申告の際には、**社会保険料(国民年金保険料)控除証明書**または領収書が必要です。

ご家族の分も対象となりますので、申告の際は忘れないようにしましょう。

※**控除証明書は日本年金機構が発行します**。詳しくは日本年金機構(33ページ)にお問い合わせください。

保険料の納付方法

納付方法	納付場所・手続き先など
現金払い (納付書払い)	金融機関・郵便局・コンビニエンスストアなどで納付書を使って納めます。 納付書は、加入手続きをした後、または毎年4月などに日本年金機構(年金事務所)から送付されます。 ※お手元に納付書がない場合は 年金事務所 (34ページ)にお問い合わせください。
口座振替	年金事務所または金融機関への事前の申し込みが必要です。 ※口座振替割引制度があります。
クレジットカード払い	年金事務所に事前の申し込みが必要です。
電子納付 (インターネットバンキング、 モバイルバンキングなど)	ご利用になる金融機関にお問い合わせください。
スマートフォンアプリ	対象の決済アプリは年金事務所にお問い合わせいただくか、日本年金機構のホームページをご覧ください。

※市役所・区役所、年金事務所の窓口では納めることができません。



保険料は前納(一定期間をまとめて前払い)すると割引になります。

割引額は前納する期間や納付方法によって異なります。前納の方法、割引額などについては日本年金機構(33ページ)にお問い合わせください。

なお、前納した方が途中から厚生年金に加入したときなどは、その月以降の保険料は還付されます。

保険料を納めた記録の確認は

保険料を納めた記録は、**年金事務所(34ページ)**で確認できます。

年金手帳や基礎年金番号通知書など基礎年金番号を確認できるものをお持ちの上ご相談ください。

日本年金機構のホームページ(ねんきんネット)でも、納付記録を確認することができます。※事前に利用登録が必要です(34ページ)。

※市役所・区役所では、保険料の納付記録を確認することはできません。

保険料の免除・猶予申請

出産した方や、障害年金や生活保護を受けている方、収入が少ないか退職したなどの理由により保険料を納めることが難しい方は、保険料の納付が**免除**または**猶予**される制度を利用することができます。

届け出ると受けられる免除

■ 法定免除 (9ページ)

障害年金(1・2級のみ)を受けている方や、生活保護を受けている方などの保険料が免除される制度です。

■ 産前産後免除 (10ページ)

出産前後の一定期間の保険料が免除される制度です。他の免除と異なり、免除期間は保険料を満額納めた期間として扱われます。

※出産とは、妊娠85日(4カ月)以上の出産をいいます。(死産、流産、早産された方を含みます。)

申請して承認されると受けられる免除・猶予

■ 申請免除 (11ページ)

(全額免除、4分の3免除、半額免除、4分の1免除)
本人、配偶者および世帯主の所得が一定以下の場合や失業した場合など納付が困難なときに、保険料の全部または一部が免除される制度です。

■ 納付猶予 (11ページ)

世帯主の方の所得によって申請免除に該当しない50歳未満の方について、保険料の納付が猶予される制度です。

■ 学生納付特例 (11ページ)

学生の方の在学中の保険料の納付が猶予される制度です。

納付が難しいときはご相談を

未納と免除・猶予では、年金の受給資格・受給額に大きな違いがあります。納付が難しいときは、免除・猶予についてご相談ください。

免除・猶予が 承認されると

免除・猶予のメリット

	老齢基礎年金		障害基礎年金・遺族基礎年金を受け取るための条件
	受給資格期間への算入	年金額への反映	
未 納	×	×	×
全額免除	○	8分の4が反映	○
法定免除	○	8分の5が反映	○
4分の3免除	○	8分の6が反映	○
半額免除	○	8分の7が反映	○
4分の1免除	○	8分の7が反映	○
納付猶予	○	×	○
学生納付特例	○	×	○
産前産後免除	○	○	○

免除・猶予承認後の保険料 (令和7年度)

免除などの種類	納付すべき保険料	免除・猶予される保険料
法定免除 全額免除 納付猶予 学生納付特例 産前産後免除	—	17,510円
4分の3免除 (4分の1納付)	4,380円	13,130円
半額免除 (2分の1納付)	8,760円	8,750円
4分の1免除 (4分の3納付)	13,130円	4,380円

- ・一部免除(4分の3免除・半額免除・4分の1免除)の場合は、減額された納付すべき保険料を期限まで(2年以内)に納付しなければ未納と同じ扱いになります。
- ・保険料を追納(13ページ)することにより、年金額は通常の納付と同じになります。
- ・平成21年3月以前の免除は、年金額に反映する割合が異なっています(18ページ)。

法定免除

■該当となる方

- ①障害基礎年金、障害厚生・障害共済年金(原則として1・2級のみ)などを受けているとき
- ②生活保護法(注)による生活扶助を受けているとき
- ③国立保養所など厚生労働大臣の定める施設に入所しているとき
(注) 外国人で生活保護法による保護に準じる保護を受けている方は、法定免除の該当になりません。申請免除の対象となりますのでご注意ください。

■届け出に必要なもの

- ①マイナンバーカード、年金手帳または基礎年金番号通知書
- ②(障害年金を受けているとき) 年金証書
- ③(生活保護を受けているとき) 生活保護の開始日を証明するもの
- ④(生活保護が廃止になったとき) 生活保護の廃止日を証明するもの

■免除期間

- ①障害年金による法定免除
認定された日が属する月の前月の保険料から免除されます。
- ②生活保護による法定免除
生活保護(生活扶助)を受け始めた日が属する月の前月の保険料から免除されます。
- ③施設入所による法定免除
療養が始まった日が属する月の前月の保険料から免除されます。

■届け出について

法定免除となる理由に該当したとき、該当しなくなったときは原則として届け出が必要です。

※該当しなくなった日の属する月まで免除されます。

※障害年金による法定免除については、1・2級の障害年金を受けていた方が3級の状態に該当した場合は、引き続き免除に該当します。3級にも該当しなくなった場合は、その時から3年を経過した時点で非該当となります。

- ・法定免除に該当する場合であっても、申し出により保険料を納付することができます。
- ・保険料の納付を申し出ると、前納割引(6ページ)や付加保険料を納付(5、25ページ)できます。また、国民年金基金(32ページ)に加入できるようになります。

産前産後免除

■該当となる方

出産日が平成31年2月1日以降の方

■届け出に必要なもの

- ①マイナンバーカード、年金手帳または基礎年金番号通知書
- ②母子健康手帳など出産(予定)日を明らかにすることができる書類(出産後に届け出をする場合は、原則として不要ですが、被保険者と子が別世帯の場合や年金事務所に届け出をする場合は、出生証明書など出産日及び親子関係を確認できる書類が必要です。)

■免除期間

出産予定日または出産日が属する月の前月から4カ月間の国民年金保険料が免除されます。

なお、多胎妊娠の場合は、出産予定日または出産日が属する月の3カ月前から6カ月間の国民年金保険料が免除されます。

※出産とは、妊娠85日(4カ月)以上の出産をいいます。(死産、流産、早産された方を含みます。)

※免除の対象となる期間は平成31年4月からとなります。

免除期間は、保険料を納めた期間として扱われます。

他の免除期間と重複する期間については、産前産後免除期間が優先されます。

■届け出について

出産予定日の6カ月前から届け出を行うことができます。

原則として、出産予定日が変更になった場合でも、変更の届け出を行う必要はありません。

ただし、出産予定日で届け出を行った場合でも、出産予定日を基準とした産前産後期間よりも実際の出産日を基準とした産前産後期間の方が長い場合や、単胎として届け出を行いその後多胎であることが判明した場合は、産前産後期間の変更の届け出を行うことができます。



- ・産前産後免除期間は、保険料が免除されますが付加保険料は納付することができます。
- ・他の免除の期間中に、産前産後期間の保険料免除に該当した場合は、産前産後免除期間終了後に、改めて同じ年度分の届け出を行う必要はありません。
- ・産前産後期間中に第1号被保険者の資格を喪失し、再度、第1号被保険者の資格を取得した場合も、改めて産前産後免除の届け出を行う必要はありません。

申請免除（全額免除、4分の3免除、半額免除、4分の1免除）

- 対象となる方
- ①申請者本人とその配偶者および世帯主がそれぞれ以下のいずれかに該当するとき
 - (a)所得が免除の種類によって14ページの表の所得基準額以下であるとき
 - (b)地方税法に定める障害者、寡婦またはひとり親で、所得が135万円以下であるとき
 - (c)失業や天災の被害に遭ったなど特別な事情に該当するとき
 - ②免除申請者本人またはその世帯の方が、生活保護法の生活扶助以外の扶助を受けているとき
 - ③申請者本人が特別障害給付金を受けているとき
- ※DV(配偶者からの暴力)の被害に遭っている方は特例の該当になる場合がありますので、年金事務所(34ページ)にご相談ください。

納付猶予（50歳未満の方）

- 対象となる方
- 50歳未満である申請者本人とその配偶者の所得が、14ページの表の所得基準額以下であるか、申請免除の対象者①(b)または(c)に該当するとき
- ※納付猶予を受けられるのは、50歳になる月の前月までです。

学生納付特例

- 対象となる方
- 学生である申請者本人の所得が14ページの表の所得基準額以下であるか、申請免除の対象者①(b)・(c)、または②に該当するとき
- ※学生の方は、申請免除・納付猶予の申請はできません。

※申請免除、納付猶予、学生納付特例については、将来の年金額への反映が異なります。(7ページ)

申請に必要なもの

- ①マイナンバーカード、年金手帳または基礎年金番号通知書
 - ②学生の方は**学生証**の写しまたは**在学証明書**（学生証の有効期間が裏面に記載されている場合は学生証の裏面の写しが必要です。）
 - ③失業による申請の場合は、離職日が記載された**雇用保険受給資格者証**、**雇用保険受給資格通知**または**雇用保険被保険者離職票**の写しなど、失業したことを確認できる公的機関の証明
 - ④特別障害給付金を受けている方は**受給資格者証**の写し
 - ⑤生活保護に準じる保護を受けている外国人の方は保護の受給を証明するもの
- ※所得の確認は、日本年金機構が1月1日時点で住民票のある市町村に対して行いますので、原則として所得証明書などの提出は必要ありません。

申請後の注意

- ①保険料の口座振替を利用している方は、申請者から年金事務所(34ページ)へ口座振替停止の連絡をしてください。
- ②申請後は日本年金機構において審査が行われ、約2カ月後に承認または却下の通知が文書により送付されます。
- ③免除などの申請は原則として毎年必要ですが、
 - (a)**全額免除**または**納付猶予**が承認された方が、申請時にあらかじめ継続審査を希望していた場合は、翌年度以降は自動的に審査されます。(特例申請により承認された方を除きます。自動的に審査されるのは全額免除と納付猶予のみです。)
 - (b)**学生納付特例**が承認された方は、翌年度以降の在学期間中については、日本年金機構から送付される申請はがきに必要事項を記入し返送することで申請ができますが、学校が変わった場合や在学期間が延びた場合は改めて申請が必要です。

免除などの申請対象期間・審査対象となる所得の期間

- ・申請免除および納付猶予は、7月から翌年6月までを1つのサイクルとして申請を行います（学生納付特例は4月から翌年3月までが1つのサイクルとなります）。
- ・免除などの申請が可能な期間は、申請を行う月から過去25カ月以内の未納月から、申請月を含むサイクルの最後の月までになります。
- ・免除などの承認または却下については、それぞれの申請サイクルごとに、審査対象となる期間の所得や特例への該当の有無によって審査が行われます。

年 月	令和5年												令和6年												令和7年												令和8年						
	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7		
令和7年9月に申請した場合は・・・																																											
25 24 23 22 21 20 19 18 17 16 15 14 13 12 11 10 9 8 7 6 5 4 3 2 1 …ヵ月前																																											
申請免除・ 納付猶予	申請サイクル(7月～6月)					令和5年7月～令和6年6月（令和5年度分）												令和6年7月～令和7年6月（令和6年度分）												令和7年7月～令和8年6月（令和7年度分）													
						この例での申請可能期間																																					
令和5年8月分から 令和8年6月分まで																																											
学生納付特例	申請サイクル(4月～3月)					令和5年4月～令和6年3月（令和5年度分）												令和6年 4月～令和7年3月（令和6年度分）												令和7年4月～令和8年3月（令和7年度分）													
						この例での申請可能期間																																					
令和5年8月分から 令和8年3月分まで																																											
令和5年度所得で審査されるサイクル （令和4年1月～12月の所得）																令和6年度所得で審査されるサイクル （令和5年1月～12月の所得）														令和7年度所得で審査されるサイクル （令和6年1月～12月の所得）													

※それぞれのサイクル内で配偶者の有無や世帯主が変わった場合には、変更の前後で変更後の期間、または変更前の期間についてのみ免除などを申請する場合は、申請それぞれ審査が行われるため、元の配偶者や世帯主の所得の確認が必要になります。しない期間の配偶者や世帯主の所得の確認を省略できます。

保険料の追納

免除や納付猶予、学生納付特例を受けた期間の保険料は、10年前の分までさかのぼって後払い(追納)することができます。

追納すると、老齢基礎年金の年金額を増やすことができます。

追納は、①学生納付特例・納付猶予期間、②法定免除期間・申請免除期間の順に、それぞれの中で古いものから順に納めます。このとき、①の期間よりも前に②の期間がある場合には、どちらかを選択して納めることができます。

なお、追納する保険料の額は、免除などを受けた期間の翌年度から起算して3年度目以降は、当時の保険料に一定の金額が加算された額になります。

※追納を希望する場合は、年金事務所(34ページ)にお問い合わせください。

追納保険料額（令和7年度）

免除などの期間	法定免除、全額免除 納付猶予 学生納付特例	4分の3免除	半額免除	4分の1免除
平成27年度分 (10年度目)	15,930円	11,950円	7,960円	3,990円
平成28年度分 (9年度目)	16,600円	12,450円	8,300円	4,150円
平成29年度分 (8年度目)	16,820円	12,620円	8,400円	4,200円
平成30年度分 (7年度目)	16,650円	12,480円	8,330円	4,160円
令和元年度分 (6年度目)	16,710円	12,530円	8,350円	4,170円
令和2年度分 (5年度目)	16,820円	12,610円	8,410円	4,200円
令和3年度分 (4年度目)	16,860円	12,650円	8,420円	4,210円
令和4年度分 (3年度目)	16,740円	12,550円	8,360円	4,190円
令和5年度分 (2年度目)	16,520円	12,390円	8,260円	4,130円
令和6年度分 (1年度目)	16,980円	12,730円	8,490円	4,240円

免除などの所得基準額

免除などの種類	所得審査の対象となる方	所得基準額（令和7年度）
全額免除	本人/配偶者/世帯主	[単身世帯(扶養親族がいらないとき)] 67万円
納付猶予	本人/配偶者	[扶養親族がいるとき] 67万円 + 35万円 × 扶養人数
4分の3免除	本人/配偶者/世帯主	88万円 + (A) + (B)
半額免除		128万円 + (A) + (B)
4分の1免除		168万円 + (A) + (B)
学生納付特例	本人のみ	128万円 + (A) + (B)

(A): 雑損控除、医療費控除、社会保険料控除、小規模企業共済等掛金控除額、配偶者特別控除額、障がい者1人につき27万円(特別障がい者は40万円)、寡婦27万円、ひとり親35万円、勤労学生27万円、肉用牛の売却による事業所得に係る控除額

(B): 同一生計配偶者のうち70歳以上の者または老人扶養親族1人につき48万円、16歳以上23歳未満の扶養親族1人につき63万円、その他の扶養親族1人につき38万円

参考：免除などとなる所得の目安（令和7年度）

扶養人数	全額免除 納付猶予	4分の3免除	半額免除	4分の1免除
3人 例 [配偶者と子2人 子の1人は16歳 以上 23歳未満]	172万円 (257万円)	227万円 (335万円)	267万円 (388万円)	307万円 (438万円)
2人 例 [配偶者と子1人 子は16歳未満]	137万円 (207万円)	164万円 (245万円)	204万円 (302万円)	244万円 (359万円)
1人 例 配偶者	102万円 (157万円)	126万円 (191万円)	166万円 (248万円)	206万円 (305万円)
なし	67万円 (122万円)	88万円 (143万円)	128万円 (194万円)	168万円 (251万円)

※上記所得基準額の(A)の控除を除いた目安です。()内は給与所得者の収入の目安です。

年金の受給

年金を受けるための手続き

全ての年金は、年金の受給条件を満たしている方が、年金の給付を請求(裁定請求)しなければ受給することができません。

請求手続きの方法や請求に必要なものは、年金の種類、年金加入状況によって異なりますので、下の表によりそれぞれの請求先にご相談ください。

また、区役所での障害基礎年金の申請に関する相談の事前予約ができるようになりました。ご予約いただくと待たずに相談できますので、事前にお住まいの区の区役所年金係へお電話でお申し込みください。

なお、裁定請求の受付後、支給の決定および支給事務は日本年金機構(年金事務所)が行います(共済年金は各共済組合が行います)。

年金の種類	年金加入状況	請求手続き先
老齢基礎年金 (17ページ)	・加入期間が第1号被保険者期間のみの方	区役所または年金事務所
	・厚生年金、共済組合加入期間がある方 ・第3号被保険者期間がある方	年金事務所または加入していた共済組合
障害基礎年金 (21ページ)	・初診日(21ページ)が20歳前にある方(初診日が厚生年金または共済組合加入期間中にある方を除く。) ・初診日が第1号被保険者期間中にある方 ・初診日が60歳から65歳未満の被保険者でない期間中にある方	区役所または年金事務所
	・初診日が厚生年金加入期間中にある方	年金事務所
	・初診日が共済組合加入期間中にある方	加入していた共済組合
	・初診日が第3号被保険者期間中にある方	年金事務所
遺族基礎年金 (23ページ)	・第1号被保険者の方が死亡した場合 ・60歳から65歳未満の期間に死亡した場合	区役所または年金事務所
	・厚生年金または共済組合加入中、または第3号被保険者の方が死亡した場合 ・死亡した方が厚生年金・共済年金の受給資格を満たしていた場合など、遺族厚生年金・遺族共済年金の受給権がある場合	年金事務所または加入していた共済組合
寡婦年金 (25ページ)		区役所または年金事務所
死亡一時金 (26ページ)		区役所または年金事務所

- 厚生年金については年金事務所(34ページ)へお問い合わせください。
- 共済年金については各共済組合(35ページ)へお問い合わせください。

年金を受けられる期間・振込日

年金は、受給権を取得した月の翌月分から、受給権を失った月の分まで支給されます。老齢基礎年金の場合では、通常は、65歳になった月の翌月の分から支給が始まり、亡くなった月の分までを受けられることになります。

年金の支給は年6回、偶数月の15日に、それぞれ前2カ月分が振り込まれます。振込日が土・日・祝日のときは、直前の平日に振り込まれます。

■令和7年度分振込日

支払対象月	支払月	振込日
4月分・5月分	6月	令和7年6月13日
6月分・7月分	8月	令和7年8月15日
8月分・9月分	10月	令和7年10月15日
10月分・11月分	12月	令和7年12月15日
12月分・1月分	2月	令和8年2月13日
2月分・3月分	4月	令和8年4月15日

年金受給者の主な手続き

住所が変わったとき

年金事務所または街角の年金相談センター(33、34ページ)で手続きを行います。日本年金機構にマイナンバーが収録されていると、住所変更の手続きが不要になる場合もありますので、詳しくは年金事務所にお問い合わせください。

年金の受取口座を変更したいとき

年金事務所または街角の年金相談センター(33、34ページ)で手続きを行います。新しく年金を受け取る金融機関の口座番号などを確認する必要がありますので、年金を受け取りたい金融機関または年金事務所にお問い合わせください。

受給者の方が亡くなったとき

亡くなった方にまだ受け取っていない年金があったときは、亡くなった方と生計を同じくしていた次のいずれかの遺族の方が、未支給分の年金を受け取る手続きを行います。

- ①配偶者、②子、③父母、④孫、⑤祖父母、⑥兄弟姉妹、⑦それ以外の三親等内の親族(受給の優先順位はこの番号の順)

障害基礎年金、遺族基礎年金、寡婦年金を受けていた方が亡くなった場合は、請求する遺族の方のお住まいの区の区役所年金係で手続きを行います。それ以外の年金を受けていた場合は、年金事務所(34ページ)にお問い合わせください。

未支給分の請求がないときは、年金用の死亡の届け出を行いますが、日本年金機構にマイナンバーが収録されていると、届け出が不要になる場合があります。

老齢基礎年金

▶ 請求先は15ページをご覧ください。

老齢基礎年金を受けられる方

老齢基礎年金は、原則として**受給資格期間**が10年(120カ月)以上ある方が、65歳になったときから受けられます。

誕生日の前日から請求することができます。

※受給資格を満たしているときは、本人の希望により60歳から75歳までの間で年金を受け始める年齢を変更することができます(19ページ)。

以下の全ての期間を合算したものを**受給資格期間**といいます。

①保険料を納めた期間

②免除を受けた期間、学生納付特例期間、納付猶予期間

※一部免除を受けた期間は、減額された保険料を納めた期間のみが該当します。

③厚生年金・共済組合などの被用者年金の加入期間

④第3号被保険者であった期間

⑤合算対象期間(カラ期間)

合算対象期間(カラ期間)

老齢基礎年金を受けるための受給資格期間を計算するときには含めることができるものの、**年金額の計算には含まれない期間があります。これを合算対象期間(カラ期間)といい、以下のような期間が合算対象期間となります。**

(1) 昭和61年3月以前で20歳以上60歳未満の次の期間

①厚生年金・共済組合などの被用者年金制度の加入者の配偶者で、国民年金に任意加入していなかった期間

②被用者年金制度の老齢(退職)・障害給付の受給権者の配偶者で、国民年金に任意加入していなかった期間

③被用者年金制度の遺族給付の受給権者で、国民年金に任意加入していなかった期間

(2) 平成3年3月以前に20歳以上60歳未満の学生であって、任意加入していなかった期間

(3) 日本国籍の方で、20歳以上60歳未満の間に海外に居住していて任意加入していなかった期間

(4) 国民年金に任意加入していた期間で、保険料を納めていなかった期間(60歳未満の期間に限る)

※これ以外にも合算対象期間となる期間がありますので、受給資格期間の確認については年金事務所(34ページ)にお問い合わせください。

年金額はこうして計算されます

老齢基礎年金の年金額は、20歳から60歳までの40年間(480カ月)全ての期間の保険料を納付した場合に**満額**となり、免除期間や未納期間があるとその分が減額されることになります。

■ 年金額 (令和7年度・年額)

$$\begin{array}{rcl} 831,700 \text{ 円} & & \text{保険料納付済月数} \\ & & + \\ \text{【829,300 円】} \times & \text{各保険料免除月数} \times & \text{下記別表乗率} \\ (\text{満額の年金額}) & & \end{array}$$

480カ月

※【 】は昭和31年4月1日以前生まれの方の額

※一部免除(4分の3免除、半額免除、4分の1免除)の場合は、減額された保険料を納めている月数のみです。

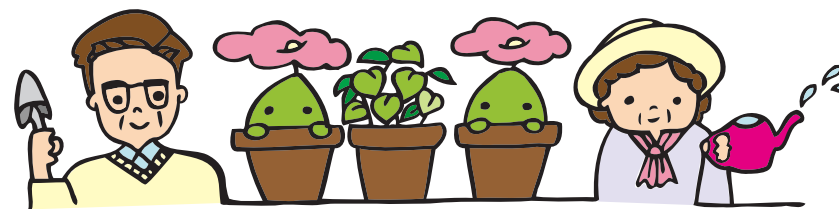
※**付加保険料**(5ページ)を納めた期間のある方は、『200円×付加保険料納付月数』が付加年金(25ページ)として年金額に加算されます。

※厚生年金・共済組合加入者の配偶者で、昭和41年4月1日以前生まれの方には、生年月日に応じた額(振替加算)が加算される場合があります(20ページ)。

※産前産後免除期間は納付済期間に含みます。

免除期間を老齢基礎年金額に算入する乗率

免除の種類	免除を受けた期間	
	平成21年3月以前	平成21年4月以降
法定免除・全額免除	6分の2	8分の4
4分の3免除(4分の1納付)	6分の3	8分の5
半額免除(2分の1納付)	6分の4	8分の6
4分の1免除(4分の3納付)	6分の5	8分の7



受給の繰上げ・繰下げ

繰上げ受給

老齢基礎年金は、原則として65歳から受けることができますが、受給資格を満たしているときは、希望すれば60歳から65歳になるまでの間でも、請求した月の翌月分から繰上げて受けることができます。

ただし、年金額は右ページの表のように、繰上げ請求をした時点(月単位)に応じて一生減額されることになります。

繰上げ受給の注意点

- ① 受給する年金額は、一生減額された年金額となります。
- ② 60歳以降の被保険者ではない期間に初診日のある病気やけがで障がいの状態になっても、原則として障害基礎年金は受けられません。
- ③ 60歳以前に初診日のある病気やけがによる障がいについても、障害基礎年金の事後重症請求(21ページ)はできません。
- ④ 寡婦年金は受けられません。
- ⑤ 国民年金の任意加入はできなくなります。
- ⑥ 過去に保険料の免除を受けた期間の追納ができなくなります。
- ⑦ 65歳前に受けている老齢厚生年金などは減額される場合があります。
- ⑧ 遺族厚生年金を受けるようになったときは、65歳になるまではどちらかの年金を選択することになります。65歳以降は減額された老齢基礎年金と遺族厚生年金は併給されます。

繰下げ受給

老齢基礎年金は、65歳で請求せずに66歳以降75歳までの間で、申し出た月の翌月分から繰下げて受けることができます。その場合、右ページの表のように繰下げ申し出をした時点に応じて、年金額が一生増額されます。

老齢厚生年金を受けることができる場合は、老齢厚生年金の繰下げもできます。

繰下げ受給の注意点

- ① 75歳を過ぎて請求しても、増額率は増えません。請求が遅れると時効によって受け取れない年金が発生する場合があります。
- ② 他の年金(障害厚生年金や遺族厚生年金など)の受給権発生後は、繰下げ請求はできません。
- ③ 昭和27年4月1日以前生まれの方及び受給権発生日が平成29年3月31日以前の方は、繰り下げ可能な年齢が70歳までとなります。

繰上げ・繰下げ増減表

受給開始年齢	100%		
60歳	76.0%の支給	24.0%の減額	繰上げ
61歳	80.8%の支給	19.2%の減額	
62歳	85.6%の支給	14.4%の減額	
63歳	90.4%の支給	9.6%の減額	
64歳	95.2%の支給	4.8%の減額	
65歳	100.0%の支給		繰下げ
66歳	108.4%の支給	8.4%の増額	
67歳	116.8%の支給	16.8%の増額	
68歳	125.2%の支給	25.2%の増額	
69歳	133.6%の支給	33.6%の増額	
70歳	142.0%の支給	42.0%の増額	
71歳	150.4%の支給	50.4%の増額	
72歳	158.8%の支給	58.8%の増額	
73歳	167.2%の支給	67.2%の増額	
74歳	175.6%の支給	75.6%の増額	
75歳	184.0%の支給	84.0%の増額	

$$\text{繰上げ減額率} = 0.4\% \times \text{繰り上げる月数}$$

$$\text{繰下げ増額率} = 0.7\% \times \text{繰り下げる月数}$$

※昭和37年4月1日以前生まれの方は、繰上げ減額率が0.5%×繰り上げる月数となります。

振替加算

次の全ての条件を満たす方が65歳になったとき、振替加算が老齢基礎年金に加算されて支給されます。

振替加算の条件

- ・ 大正15年4月2日から昭和41年4月1日生まれである。
 - ・ 配偶者によって生計を維持している。
 - ・ 配偶者が受けている年金に加給年金分が支給されている（または年金を受ける際に加給年金分が支給される）。
- ※本人が、老齢厚生年金(加入期間が20年以上または生年月日によって15～19年以上あるものに限る)などを受給できる場合は対象外です。
- ※振替加算されると、配偶者に支給されている加給年金は支給されなくなります。
- 振替加算の額は生年月日によって異なります。日本年金機構のホームページ(33ページ)でご確認ください。

障害基礎年金

▶ 請求先は15ページをご覧ください。

障害基礎年金を受けられる方

障害基礎年金は、次の全ての条件を満たす方が受けられます。

①初診日

障がいの原因となった病気やけがの**初診日**が次のいずれかの期間にあること

- ・国民年金加入期間
- ・20歳前の年金未加入期間
- ・60歳以上65歳未満の年金未加入期間(国内に住んでいる方のみ)
※老齢基礎年金を繰上げ受給している方を除く。

初診日～障がいの原因となった病気やけがについて、初めて医師または歯科医師の診療を受けた日。同一の病気やけがで、複数の病院を受診しているときは、一番初めに医師・歯科医師の診察を受けた日が初診日となります。

※初診日が厚生年金や共済組合加入期間中にある場合は、障害厚生年金が受けられることがありますので、年金事務所・共済組合(34、35ページ)にご相談ください。また、第3号被保険者期間中に初診日がある場合は年金事務所にご相談ください。

※初診日が65歳以上の場合には、障害基礎年金は受けられません。

②保険料の納付

初診日が20歳以降の場合には、次のいずれかの保険料納付要件を満たすこと

- ・初診日の前日において、初診日の属する月の前々月までに保険料納付済期間と保険料免除期間を合わせた期間が、加入期間の3分の2以上あること
- ・初診日の前日において、初診日の属する月の前々月までの1年間に保険料の未納・滞納がないこと

※初診日が20歳前の場合には保険料の納付要件は必要ありません。

③障がいの程度

障がいの程度が、**障害認定日**(20歳前に初診日のある時は、障害認定日と20歳に達したときのどちらか遅い方の日)に、政令で定められた障害等級表の1級または2級に該当すること

障害認定日～初診日から1年6カ月を経過した日、またはそれ以前で症状が固定した日

※**事後重症請求**～障害認定日に障がいの程度が軽くても、その後に症状が重くなり65歳になるまでに1級・2級に該当した場合は、障害基礎年金を受けられることがあります。**その場合、65歳の誕生日の前々日までに請求が必要です。**

※**障害年金の等級は年金制度の等級であり、障がい者手帳などの等級とは異なります。**
障がい者手帳などをお持ちの方でも障害年金は受けられない場合があります。

年金額

障害基礎年金の年金額は定額で、次のとおりです。

■年金額(令和7年度・年額)

【 】は昭和31年4月1日以前生まれの方の額

障がいの程度	年金額
1級	1,039,625円【1,036,625円】
2級	831,700円【829,300円】

※配偶者が老齢(障害)厚生年金の加給年金を受給している場合、配偶者の加給年金は停止されます。



子の加算が
つきます



受給者によって生計を維持されている子がいる場合には、その子が18歳になった年度の3月分まで、次の額が年金額に加算されます(子が1級または2級の障がいの状態にあるときは、20歳に達するまで加算されます)。

受給後に子が生まれた場合は、加算の届け出ができます。

※子の加算額よりも、児童扶養手当の金額が多い場合は、差額分が児童扶養手当から支給されます。

■子の加算額(令和7年度・年額)

子の人数	加算額(1人につき)
1人目・2人目	239,300円
3人目以降	79,800円

支給の制限など

次のいずれかに該当するときは、障害基礎年金の支給は停止されます。

- ①障がいとなった病気やけがで労働基準法による障害補償を併せて受けられるとき(6年間の支給停止)
- ②障がいの程度が軽くなり、2級にも該当しなくなったとき

また、初診日が20歳前の障害基礎年金は、受給者本人の所得が一定の額を超える場合や、日本国外に居住する場合などに支給が停止される場合があります。

■所得制限額(令和7年度)

	扶養親族等なし	扶養親族等1人	扶養親族等2人
全額停止	4,721,000円	5,101,000円	5,481,000円
2分の1支給停止	3,704,000円	4,084,000円	4,464,000円

※初診日が20歳以後にある障がいによる障害基礎年金を受けている方は、所得による制限はありません。

※令和3年9月分以前は、上記の所得制限額から10万円を減じた額により判定されます。

遺族基礎年金

▶ 請求先は15ページをご覧ください。

遺族基礎年金を受けられる方

遺族基礎年金は、国民年金に加入している方、または加入していた方が亡くなったとき、その方が以下のいずれかの受給条件を満たしている場合に、その方によって生計を維持されていた**子がいる配偶者**または**子**が受けられます。

※子～18歳に達する年度の末日までの子で、婚姻していない子
(1級または2級の障がいの状態にある子は、
20歳未満で婚姻していない子)

※子がない配偶者は、遺族基礎年金を受けられません。



受給条件(亡くなった方の条件)

- ①被保険者、または60歳以上65歳未満の過去に被保険者であった方(国内に住んでいる方のみ)で、次のいずれかの保険料納付要件を満たすこと
 - ・死亡日の前日において、死亡した月の前々月までに保険料納付済期間と保険料免除期間を合わせた期間が、加入期間の3分の2以上あること。
 - ・死亡日の前日において、死亡した月の前々月までの1年間に保険料の未納・滞納がないこと。
- ②老齢基礎年金を受けていたか、または受給資格期間を満たしていた方。
(受給資格期間が25年以上ある場合のみ)

※第1号および第3号被保険者の方が亡くなった場合でも、厚生年金や共済組合加入期間中に初診日がある傷病で、その初診日から5年以内に亡くなった場合、または、老齢厚生年金・退職共済年金の受給資格期間を満たしていた場合には、遺族厚生年金・遺族共済年金が受けられる場合がありますので、年金事務所(34ページ)または共済組合(35ページ)にお問い合わせください。

※夫が亡くなった当時胎児であった子が生まれたときは、年金額の改定の請求ができます。

加入者が亡くなったときのその他の年金など

遺族基礎年金が受けられない場合であっても、**寡婦年金**(25ページ)または**死亡一時金**(26ページ)を受けられる場合がありますのでご相談ください。

年金額

遺族基礎年金の年金額は定額で、次のとおりです

■配偶者が受けるとき(令和7年度)

【 】は昭和31年4月1日以前生まれの方の額

子の数	基本額	加算額	合計(年額)
1人	831,700円【829,300円】	239,300円	1,071,000円【1,068,600円】
2人	831,700円【829,300円】	478,600円	1,310,300円【1,307,900円】
3人	831,700円【829,300円】	558,400円	1,390,100円【1,387,700円】

※4人以上のときの加算額は、1人につき79,800円です。

■子が受けるとき(令和7年度)

子の数	基本額	加算額	合計(年額)
1人	831,700円	—	831,700円
2人	831,700円	239,300円	1,071,000円
3人	831,700円	319,100円	1,150,800円

※4人以上のときの加算額は、1人につき79,800円です。

支給停止

次のようなとき、遺族基礎年金の支給は停止されます。

- ①亡くなった方について、労働基準法による遺族補償が行われるとき(死亡日から6年間の支給停止)
- ②子に支給される場合、父または母が遺族基礎年金を受けられるとき、またはその子が親と生計を同じくしているとき(その間支給停止)

遺族基礎年金を受ける権利がなくなるとき

次のいずれかに該当したときは、遺族基礎年金を受ける権利がなくなります。

- ①父母と子が別生計となったとき(子は下記②～⑤に該当しなければ引き続き遺族基礎年金を受けられます)
- ②子が18歳になる年度の末日を過ぎたとき(子が1級または2級の障がいの状態にあるときは20歳になったとき)
- ③婚姻したとき(事実婚も含む。)
- ④養子となったとき(直系血族や直系姻族の養子となったときを除く。)
- ⑤離縁により亡くなった人との親族関係がなくなったとき

第1号被保険者のその他の年金など

▶ 請求先は15ページをご覧ください。

付加年金

付加保険料を納めていた方が老齢基礎年金を受給するときに、加算されて支給されます(5、18ページ)。

※付加保険料を納めていた場合でも、老齢以外の基礎年金を受給することになった場合は加算されません。

付加年金額(年額)

200円×付加保険料納付済月数

※物価の変動などによる増額、減額はありません。



寡婦年金

夫を亡くした妻が60歳から65歳になるまでの間に受けられる年金です。

次の全ての条件を満たす妻に限り受けられます。

- ①夫により生計が維持されていたこと
- ②10年以上継続して婚姻関係があること(事実婚を含む。)
- ③妻が65歳未満であること
- ④死亡した夫が老齢基礎年金または障害基礎年金を受けたことがないこと
- ⑤死亡日の前日において、死亡した月の前月までの、夫の第1号被保険者(任意加入を含む。)としての保険料納付済期間と免除期間が合わせて10年以上あること

※妻が老齢基礎年金の繰上げ支給を受けている場合は受けられません。

※他の年金と同時に受けることはできません。

※婚姻(事実婚を含む。)した場合は失権します。

年金額(年額)

夫の死亡日前日までの第1号被保険者(任意加入を含む) 期間から計算した老齢基礎年金額の4分の3(付加年金を除く。)



支給停止

次のようなとき、寡婦年金の支給は停止されます。

- ・死亡した夫について、労働基準法による遺族補償が行われるとき(死亡日から6年間の支給停止)

死亡一時金

次の全ての条件を満たす方の遺族に支給されます。

- ①死亡日の前日において、死亡した月の前月までの第1号被保険者(任意加入を含む。)としての保険料納付済期間が36カ月以上あること
- ②老齢基礎年金を受けていないこと
- ③障害基礎年金を受けていないこと
- ④配偶者や子が遺族基礎年金を受けることができないこと

※妻が寡婦年金を受けられる場合は、どちらか一方を選択します。

受給できる遺族

死亡一時金を受けられる遺族とは、亡くなった方と生計を同じくしていた次の方のいずれかです。

- ①配偶者
- ②子
- ③父母
- ④孫
- ⑤祖父母
- ⑥兄弟姉妹

※受給の優先順位はこの順です。



■死亡一時金の額

保険料納付済期間	一時金の額
36カ月以上180カ月未満	120,000円
180カ月以上240カ月未満	145,000円
240カ月以上300カ月未満	170,000円
300カ月以上360カ月未満	220,000円
360カ月以上420カ月未満	270,000円
420カ月以上	320,000円

※付加保険料を36カ月以上納めていた場合は、8,500円が加算されます。

※保険料納付済期間には一部免除期間(減額された保険料を納めている期間のみ)も含まれます。

※死亡一時金の請求権は、死亡から2年を経過したときに時効により消滅します。

詳しくは区役所(裏表紙)または年金事務所(34ページ)にお問い合わせください。

特別障害給付金を受けられる方

特別障害給付金とは、国民年金に任意加入していなかったために、障害基礎年金を受けられない障がいのある方を対象に給付金を支給する制度です。

障害基礎年金を受けることができない方で、次の全ての条件を満たす方に支給されます。

- ① 次のいずれかの理由で国民年金に任意加入していなかったときに初診日がある。
 - ・ 任意加入の対象となる学生であった（平成3年3月以前の期間）。
 - ・ 任意加入の対象となる厚生年金・共済組合加入者等の配偶者であった。（昭和61年3月以前の期間）
 - ② 現在、障害基礎年金1級または2級に相当する障がいの状態にある。
- ※65歳の誕生日の前々日までに請求する必要があります。

支給額

特別障害給付金の支給額は定額で、次のとおりです。

■ 支給額（令和7年度・月額）

障がいの程度	支給額
1級	56,850円
2級	45,480円

※本人の所得制限があります。

※老齢年金等を受けているときは支給が制限されます。

※特別障害給付金を受けると経過的福祉手当の受給資格は喪失します。

請求先

お住まいの区の区役所年金係(裏表紙)で請求手続きを受け付けています。



日本国内に住所のある外国人の方は、日本と年金に関する協定を結んでいる外国の制度に加入している方を除いて、日本の年金制度に加入する必要があります。

厚生年金・共済組合に加入している方およびその被扶養配偶者の方を除き、20歳以上60歳未満の方は、国民年金の第1号被保険者になりますので、お住まいの区の区役所年金係で国民年金に加入する手続きが必要です。

国民年金に加入している外国人の方は、将来、老齢基礎年金の受給資格が得られる場合があるほか、それぞれの受給要件を満たすと、障害基礎年金、遺族基礎年金を受給することができます。

外国人の脱退一時金

国民年金の第1号被保険者としての保険料納付済期間が6カ月以上(または厚生年金の被保険者期間が6カ月以上)ある外国人の方が次の全てに該当する場合、一時金が支給されます。

- ① 老齢基礎年金などの受給資格期間を満たしていない。
- ② 障害基礎年金などの受給権を有したことがない。
- ③ 日本国内に住所を有していない。

※最後の被保険者資格喪失日から2年以内に請求する必要があります。

(被保険者喪失日に日本国内に住所を有していた方は、同日以後に初めて日本国内に住所を有しなくなった日から2年以内に請求が必要です。)

※日本と年金通算の協定を締結している相手国の年金加入期間がある方は、一定の要件の下で年金加入期間を通算して、日本および協定相手国の年金を受け取ることができる場合があります。脱退一時金を受け取ると、脱退一時金を請求する以前の年金加入期間を通算することができなくなりますのでご注意ください。

■ 脱退一時金の請求手続き

請求書を年金事務所から取り寄せ、住民票転出(予定)以降に日本年金機構へお送りください。なお、裁定請求書は日本年金機構のホームページ(33ページ)からダウンロードできます。

※住民票がある方は、出国時には忘れずに住民票の転出届を行ってください。詳しくは年金事務所にお問い合わせください(34ページ)。



年金生活者支援給付金

年金生活者支援給付金は、公的年金などの収入や所得が一定基準額以下の年金受給者の生活を支援するために、年金に上乗せして支給される制度です。(令和元年10月から制度開始)

- ・給付金を受け取るには、年金を請求するときまたは給付金に該当するようになったときに年金事務所(34ページ)へ請求書の提出が必要です。
※第1号被保険者期間のみの老齢基礎年金を受けている方、障害基礎年金を受けている方、遺族基礎年金を受けている方は区役所でも請求書を提出することができます。
- ・支給要件を満たす場合、2年目以降の手続きは原則として不要となります。
- ・給付額は、毎年度、物価の変動による改定(物価スライド改定)があります。
- ・申請後は日本年金機構で審査が行われ、後日該当または不該当の通知が送付されます。
- ・支給が決定した場合、原則として請求の翌月からの支給となります。
- ・一度不該当になった方が再度要件に該当するようになった場合は、改めて請求手続きを行う必要があります。
- ・年金とは異なり原則として遡及して給付されません。
※年金事務所などから案内がなく制度を知らなかった場合でも、遡及して給付されませんので、ご注意ください。

(給付金額等は令和7年4月時点の金額です。)

老齢 補足的(老齢)年金生活者支援給付金

支給要件

以下の支給要件を全て満たしている方が対象となります。

- ①65歳以上で、老齢基礎年金を受けている。
- ②請求する方の世帯全員の市町村民税が非課税となっている。
- ③前年の年金収入額とその他の所得額の合計が889,300円[※]以下である。
※昭和31年4月1日以前生まれの方は887,700円以下

給付額

5,450円(月額)を基準に、保険料納付済期間などに応じて算出され、次の①と②の合計額となります。^{※1}

- ① 保険料納付済期間に基づく額(月額)
= 5,450円 × 保険料納付済月数 / 480ヵ月
- ② 保険料免除期間に基づく額(月額)
= 11,551円^{※2} × 保険料免除月数 / 480ヵ月

※1 前年の年金収入額とその他の所得額の合計が789,300円【787,700円】を超え889,300円【887,700円】以下の方には、①に一定割合を乗じた補足的(老齢)年金生活者支援給付金が支給されます。【 】は昭和31年4月1日以前生まれの方の額。

※2 保険料全額免除、4分の3免除、半額免除期間は11,551円【11,518円】(老齢基礎年金満額(月額)の1/6)、保険料4分の1免除期間は5,775円【5,759円】(老齢基礎年金満額(月額)の1/12)となります。【 】は昭和31年4月1日以前生まれの方の額。
毎年度の老齢基礎年金の額の改定に応じて変動します。

障害年金生活者支援給付金

支給要件

以下の支給要件を全て満たしている方が対象となります。

- ①障害基礎年金を受けている。
- ②前年の所得額が「4,721,000円+ 38万円[※]×扶養親族の数」以下である。
※同一生計配偶者のうち70歳以上の者または老人扶養親族の場合は48万円、特定扶養親族または16歳以上19歳未満の扶養親族の場合は63万円となります。

給付額

障害等級により次のとおりです。

- 障害等級1級 **6,813円(月額)**(障害等級2級の1.25倍)
- 障害等級2級 **5,450円(月額)**

遺族年金生活者支援給付金

支給要件

以下の支給要件を全て満たしている方が対象となります。

- ①遺族基礎年金を受けている。
- ②前年の所得額が「4,721,000円+ 38万円[※]×扶養親族の数」以下である。
※同一生計配偶者のうち70歳以上の者または老人扶養親族の場合は48万円、特定扶養親族または16歳以上19歳未満の扶養親族の場合は63万円となります。

給付額

- 5,450円(月額)**
ただし、2人以上の子が遺族基礎年金を受給している場合は、5,450円を子の数で割った金額がそれぞれに支払われます。

年金生活者支援給付金が支給されない場合

次のいずれかに該当したときは、給付金は支給されません。

- ①日本国内に住所がないとき
- ②年金が全額支給停止のとき
- ③刑事施設などに拘禁されているとき
- ④支給要件を満たさなくなったとき

※①または③に該当したときは必ず届け出が必要です。

自営業者などの第1号被保険者の方々のために、老齢基礎年金に上乘せの年金を支給し、老後の所得保障を行うことを目的としています。

加入できる方

20歳から60歳未満の第1号被保険者の方、または65歳未満で任意加入している方で、国民年金の保険料を納めている方（農業者年金に加入している方を除く。）

※付加年金に加入して付加保険料（5ページ）を納めている方は、付加加入をやめることになります。

税金は…

- ・掛金は全額社会保険料控除となり税金が軽減されます。
- ・受け取る年金は、公的年金等控除の対象となります。

年金額は…

- ・加入口数(掛金)によって年金額が決まります。
- ・加入口数(掛金)や給付の型は加入する方が選択します。

加入手続きやお問い合わせは全国国民年金基金へ

全国国民年金基金 北海道支部

☎060-0001 札幌市中央区北1条西4丁目2番地 札幌ノースプラザ6階

☎0120-65-4192

ホームページ <https://www.zenkoku-kikin.or.jp/>

保険料の納付は口座振替や前納がお得

保険料の納付には、割引があり、納め忘れのない**口座振替**が便利でお得です。2年間で約17,000円の割引になる「**2年前納**（口座振替）」もあります。

また、納付書払いやクレジットカード払いでも、保険料を前納すると割引があります。

【口座振替による保険料額と割引額】（令和7年度）

	通 常	早割(1カ月)	6カ月前納	1年前納	2年前納
納 付 額	17,510円	17,450円	103,870円	205,720円	408,150円
割 引 額	—	60円	1,190円	4,400円	17,010円

【納付書払い及びクレジットカード払いによる保険料額と割引額】（令和7年度）

	通 常	6カ月前納	1年前納	2年前納
納 付 額	17,510円	104,210円	206,390円	409,490円
割 引 額	—	850円	3,730円	15,670円

※令和8年4月分からの前納を希望する場合、令和8年2月末までに年金事務所に申し込みください。

※年度の途中からでも、年度末、または翌年度末までの口座振替やクレジットカード払いによる前納割引の申し込みができます。

※納付書払いの2年前納は、事前の申し込みが必要です。

※年度の途中で60歳になる方は、60歳到達日(誕生日の前日)の属する月の前月分までの納付となります。

※1枚の納付書の保険料額が30万円を超えるものは、コンビニエンスストア・スマートフォンアプリではお支払いできません。

口座振替、クレジットカード払い、前納の利用は**年金事務所**(34ページ)に申し込みください。

詳しくは、**日本年金機構の各年金事務所**(34ページ)または**ねんきん加入者ダイヤル**(33ページ)にお問い合わせください。

ホームページ

日本年金機構ホームページ <https://www.nenkin.go.jp/>

電話での年金相談

ねんきんダイヤル ☎0570-05-1165(ナビダイヤル)
 ・一般的な年金相談 IP電話からは ☎03-6700-1165
 受付時間 月曜日(週初め) 8時30分～19時
 火曜日～金曜日 8時30分～17時15分
 第2土曜日 9時30分～16時

年金事務所での相談・手続きの予約 ☎0570-05-4890(ナビダイヤル)

ねんきん定期便・ねんきんネット専用ダイヤル ☎0570-058-555(ナビダイヤル)
 IP電話からは ☎03-6700-1144
 受付時間 月曜日(週初め) 8時30分～19時
 火曜日～金曜日 8時30分～17時15分
 第2土曜日 9時30分～16時

ねんきん加入者ダイヤル ☎0570-003-004(ナビダイヤル)
 ・一般的な国民年金の IP電話からは ☎03-6630-2525
 加入に関する問い合わせ
 受付時間 月曜日～金曜日 8時30分～19時
 第2土曜日 9時30分～16時

※いずれも、土日祝日(第2土曜日を除く)、12月29日～1月3日は利用できません。

※**ナビダイヤル**は、一般の固定電話からおかけになる場合は、全国どこからでも市内通話料金でご利用いただけます。**携帯電話など一般固定電話以外からおかけになる場合は、通常の電話料金**になります。

対面での年金相談

《来訪による年金の受け取りに関する相談や手続きのみです。》

街角の年金相談センター札幌駅前 中央区北1条西2丁目1 ☎221-2250
 札幌時計台ビル4階

街角の年金相談センター麻生 北区北38条西4丁目1-8 ☎708-7087

受付時間 月曜日～金曜日 8時30分～17時15分
 第2土曜日 9時30分～16時

※休業日 土日祝日(第2土曜を除く)、12月29日～1月3日

年金事務所 (旧社会保険事務所)

札幌東年金事務所 ☎003-8530 白石区菊水1条3丁目1-1
 東区、白石区、
 豊平区にお住まいの方
 ・国民年金課 ☎832-5394
 ・お客様相談室 ☎831-0735
 ※すべて自動音声対応 ☎831-0715

札幌西年金事務所 ☎060-8585 中央区北3条西11丁目2-1
 中央区、南区に
 お住まいの方
 ・国民年金課 ☎271-1156
 ・お客様相談室 ☎241-7284
 ※すべて自動音声対応 ☎241-4627

札幌北年金事務所 ☎001-8585 北区北24条西6丁目2-12
 北区、西区、
 手稲区にお住まいの方
 ・国民年金課 ☎717-4115
 ・お客様相談室 ☎717-4133
 ※すべて自動音声対応 ☎717-4112

新さっぽろ年金事務所 ☎004-8558 厚別区厚別中央2条6丁目4-30
 厚別区、清田区に
 お住まいの方
 ・国民年金課 ☎892-9316
 ・お客様相談室 ☎892-9313
 ※すべて自動音声対応 ☎892-9318

国民年金の諸届・相談、保険料など 国民年金課
 年金給付に関する相談・請求・諸届など お客様相談室

受付時間 月曜日～金曜日 8時30分～17時15分
 ※年金相談は、「時間延長」や「週末相談」も実施しています。

時間延長 週初めの開所日 8時30分～19時

週末相談 第2土曜日 9時30分～16時

※休業日 土日祝日(第2土曜を除く)、12月29日～1月3日

※各年金事務所では予約による相談も行っています。

※相談の際は、本人確認ができるものをお持ちください。

※個人の方の年金相談は、全国どここの年金事務所でも可能です。

『ねんきんネット』でカンタン確認

日本年金機構のインターネットサービス『ねんきんネット』では、自分のこれまでの年金記録の確認や、将来受給する年金の見込額を試算することができます。ご利用には、事前に日本年金機構ホームページでの利用登録やマイナポータルでの利用登録が必要です。

詳しくは、日本年金機構のホームページをご覧ください。

☞ https://www.nenkin.go.jp/n_net/

主な共済組合

国家公務員共済組合連合会 ☎03-3265-8155
☎102-8082 東京都千代田区九段南1丁目1-10 九段合同庁舎

地方職員共済組合北海道支部 ☎204-5047
☎060-8588 札幌市中央区北3条西7丁目 北海道総務部人事局職員厚生課内

札幌市職員共済組合 ☎211-2432
☎060-8611 札幌市中央区北1条西2丁目 札幌市役所15階

北海道都市職員共済組合 ☎512-1727
☎064-8645 札幌市中央区南9条西1丁目 ホテルノースシティ内
※小樽市、函館市、旭川市、室蘭市、帯広市、夕張市、岩見沢市、網走市、留萌市、
苫小牧市、稚内市、美瑛市にお勤めの方

北海道市町村職員共済組合 ☎330-2565
☎060-8578 札幌市中央区北4条西6丁目2 北海道自治会館5階
※上記以外の道内市町村にお勤めの方

警察共済組合（年金相談センター） ☎03-5213-7570
☎102-8588 東京都千代田区三番町6-8 警察共済ビル

公立学校共済組合北海道支部 ☎(代表)231-4111
☎060-8544 札幌市中央区北3条西7丁目 北海道教育庁教職員局福利課内

日本私立学校振興・共済事業団 共済事業本部 ☎(代表)03-3813-5321
☎113-8441 東京都文京区湯島1丁目7-5

農林漁業団体職員共済組合（農林年金） ☎(代表)03-6260-7800
☎110-8580 東京都台東区秋葉原2-3 日本農業新聞本社ビル

厚生年金基金

企業年金連合会 ☎105-0011 東京都港区芝公園2丁目4番1号
芝パークビルB館10階・11階
☎0570-02-2666（企業年金コールセンター）
ホームページ <https://www.pfa.or.jp/>

農業者年金

札幌市経済観光局農政部農業委員会担当課 ☎011-211-3636
（農業委員会事務局）
☎060-8611 札幌市中央区北1条西2丁目 札幌市役所7階

Memo

国民年金についての簡易なお問い合わせは…

札幌市コールセンター ☎222-4894 (年中無休 8時～21時まで)
FAX番号 221-4894 Eメール: info4894@city.sapporo.jp

※札幌市コールセンターでは、国民年金のお問い合わせ以外にも、札幌市の各種手続き、施設、行事、公共交通案内などについてのお問い合わせを受け付けています。

自分で調べるときは…

札幌市役所に寄せられるよくある質問検索サービス

<https://www.callcenter.city.sapporo.jp/sapporo/cc/web/index.html>

札幌市国民年金ホームページ

<https://www.city.sapporo.jp/hoken-iryo/nenkin/>

相談はお住まいの区の区役所保険年金課年金係へ

区役所	住 所	電話番号	FAX番号
中央区	☎060-8612 中央区南3条西11丁目	☎205-3344	FAX 261-8890
北 区	☎001-8612 北区北24条西6丁目	☎757-2495	FAX 736-5376
東 区	☎065-8612 東区北11条東7丁目	☎741-2543	FAX 731-3660
白石区	☎003-8612 白石区南郷通1丁目南	☎861-2499	FAX 864-9122
厚別区	☎004-8612 厚別区厚別中央1条5丁目	☎895-2598	FAX 895-4032
豊平区	☎062-8612 豊平区平岸6条10丁目	☎822-2525	FAX 833-4310
清田区	☎004-8613 清田区平岡1条1丁目	☎889-2066	FAX 889-2703
南 区	☎005-8612 南区真駒内幸町2丁目	☎582-4786	FAX 582-2401
西 区	☎063-8612 西区琴似2条7丁目	☎641-6982	FAX 641-2407
手稲区	☎006-8612 手稲区前田1条11丁目	☎681-2584	FAX 695-0059

開庁時間：8時45分～17時15分

休日：土日祝日、12月29日～1月3日

※このしおりに掲載している情報は、令和7年4月時点のものです。

令和7年5月発行

編集・発行 札幌市保健福祉局保険医療部保険企画課

☎060-8611 札幌市中央区北1条西2丁目 ☎211-2944



さっぽろ市
01-F05-25-912
R7-1-67