

□年金切り替え

年金の切り替え（国民年金）の詳細は以下のとおりです。

退職後は「厚生年金」から「国民年金」への切り替えが必要です

（退職日の翌日から 14 日以内に手続き）

会社員や公務員は「厚生年金」に自動加入（会社が半額負担）

退職して無職やフリーランスになると、「国民年金」に切り替える義務があります

何もしないと「未納」扱いになり、将来の年金額が減ったり、障害年金などの受給要件を満たせなくなるリスクがあります。

【手続き場所】

住民票のある市区町村の役所／役場

またはマイナポータルなどオンライン申請（マイナンバーカードが必要）

【必要書類】

マイナンバーカード（または通知カード＋本人確認書類）

年金手帳または基礎年金番号通知書（無ければ不要な自治体もあり）

離職票または退職証明書（任意）

月額：16,980 円（2025 年度）

支払い方法：

口座振替、クレジットカード、納付書、電子マネーなど

前納すると割引あり（例：半年・1 年・2 年分まとめて支払い）

✓ 免除制度・特例制度（活用を検討！）

① 保険料免除制度

収入が少ない／就職活動中などの事情があれば申請可能

審査に通れば全額～1/4 までの免除を受けられる

② 学生納付特例制度

学生で所得が一定以下の場合、納付を猶予できる（10 年以内の追納で将来の年金に反映）

③ 納付猶予制度

50 歳未満の人で収入が低い場合、納付を猶予（こちらも 10 年以内の追納が可能）

状況	おすすめ手続き
無職・収入がない	免除申請（全額 or 一部）
学生	学生納付特例制度
一時的に支払いが難しい	納付猶予制度
納付できる余裕がある	通常納付＋前納割引を活用

未納のままにすると「障害年金・遺族年金」が受けられない可能性があります

将来の年金額に影響 → 必ず何らかの手続きを！

免除や猶予の申請は「毎年更新」が必要です