

仕様書

件 名	年金セミナー説明用資料「知っておきたい年金のはなし」（講義型）
紙 質	上質四六判 70 kg相当 ※グリーン購入法に適合するものであること（入手が困難な場合を除く）。
用紙地色	白色
刷 色	両面プロセス4C刷
サ イ ズ	A4（210mm×297mm）40 ページ
製 本	平綴じ（A3サイズを使用して製本する場合は、中綴じ2か所均等にホチキス止めを行うこと。）
梱 包	① 印刷した冊子は100冊ごとにクラフト紙で梱包すること。 ※梱包した外側2側面に印刷物の名称、数量、製造年月及び製造業者名を印刷（記載）するか、シールを貼付して表示すること。 ※使用する梱包資材については、グリーン購入法に適合するものであること（生産されていない場合は除く）。 ② ①で印刷、梱包した冊子、用紙を各配送先の希望数量に合わせて、段ボールへ箱詰めすること。 ③ 梱包した段ボールを各配送先へ送付すること。
数 量	209,150冊
納 期	令和7年10月16日（木）
納入場所	【別添】（別紙1）を参照。
そ の 他	<ul style="list-style-type: none"> ・作業の詳細については、【別添】（別紙1）を参照すること。 ・印刷内容は、【見本】冊子①を参照すること。 ・納入場所への納入数量は【別添】（別紙1）を参照すること。 ・正式な原稿は、業者決定後3営業日以内に電子媒体（PowerPoint）で提供する。 ・原稿の著作権については、日本年金機構に帰属することとする。 ・作業・保管場所では、データの漏洩、滅失がないよう入退室管理を適切に行うこと。 ・金額の積算にあたっては、本仕様書の内容に係る全ての経費（校正原稿作成、納品費用等）を見込むこと。 ・校正確認等のほか、本調達に係る問い合わせは、全て下記校正担当に行うこと。 ・配送先への搬送に使用する車両は、受託事業者の自社便または配送業者を

	使用することとし、それらに係る一切の費用は、受託事業者が負担すること。また、搬送にあたっては、搬送物の水漏れや落下物等による破損、盗難及び紛失等による情報漏えいを防止するための所要の措置を講ずること。
校正担当	〒168-8505 東京都杉並区高井戸西3丁目5番24号 日本年金機構事業推進統括部管理・市区町村調整グループ 電話：03-6892-0747（内線2648） FAX：03-6892-8093 担当：西原

知っておきたい 年金のはなし



日本年金機構

Japan Pension Service

プログラム

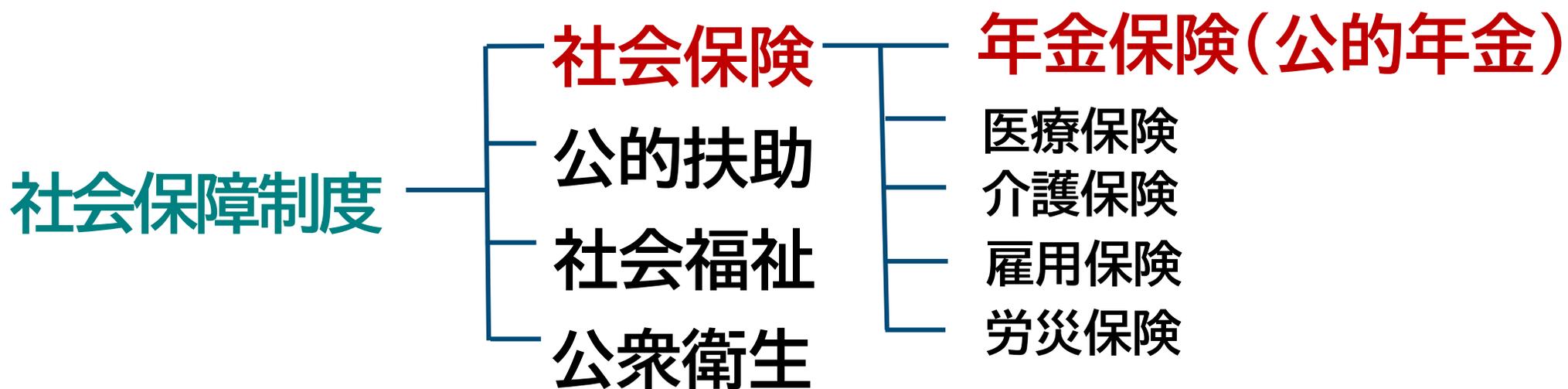
1. 公的年金制度とは
2. 社会的背景
3. 20歳になったら

1. 公的年金制度とは



公的年金制度は、社会保障制度の一つ

社会保障とは、その国の国民が健康で文化的な生活を送ることができるように、国が行っている政策のこと。



「保険」って何だろう？

ドライバー

毎月の保険料納付

保険会社

自家用車が故障、
破損した場合に補償
(保険給付)

||

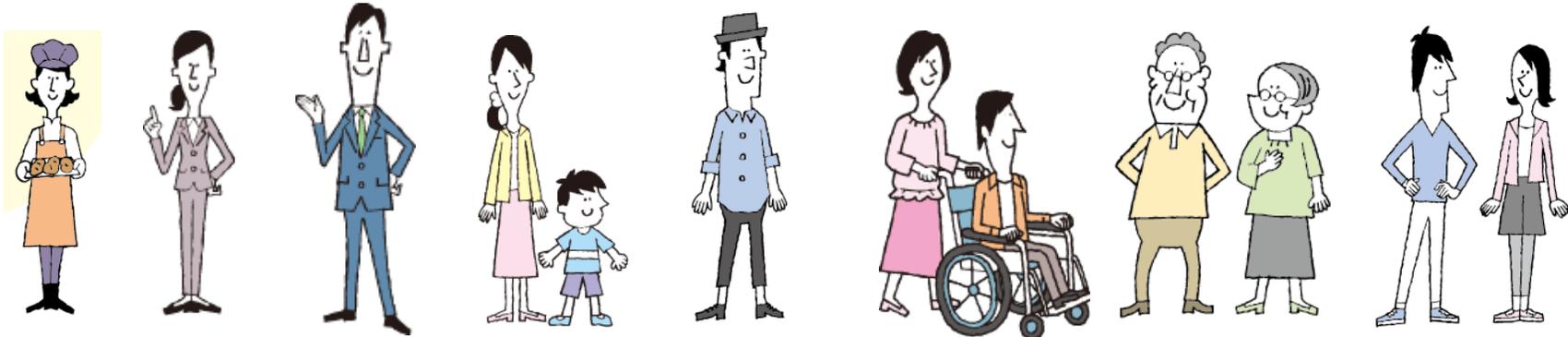
||

保険に加入する人
(被保険者)

保険を運営する人
(保険者)

「公的年金制度」ってナニ？

「公的年金制度」とは、
年老いたときや、
事故や病気で障がいが残ったとき、
一家の働き手が亡くなったときなど
『働いている世代みんなで支えよう』という
考えで作られた仕組み。



みんなで支え合うシステム

老後の暮らしをはじめ、
事故などで障がいを負ったときや、
一家の働き手が亡くなったときに、
みんなで暮らしを支え合う
社会保険の考え方で作られた仕組み。



みんなって誰？

日本に住む20歳以上
60歳未満のすべての方

どうやって支えるの？

みんなや会社が納める
保険料+国が拠出

どんなシステム？

保険料を納めないと
年金を受け取ることは
できない



社会保険方式

世代と世代の支え合い

年金は「世代と世代の支え合い」(世代間扶養)

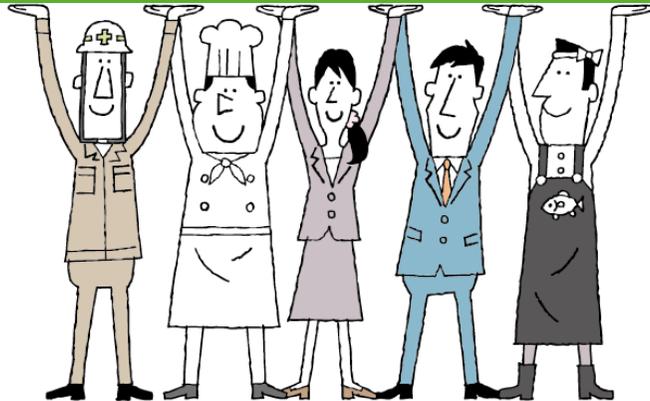
老齢年金
約4,014万人



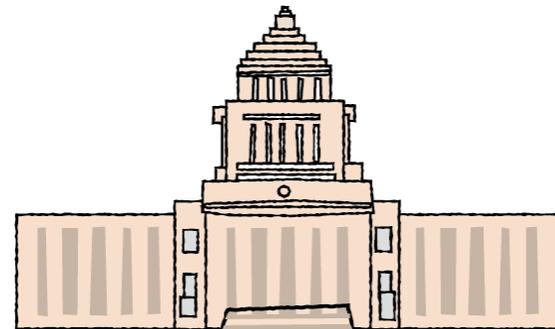
障害年金
約236万人



遺族年金
約682万人



現役世代 約6,744万人(保険料)

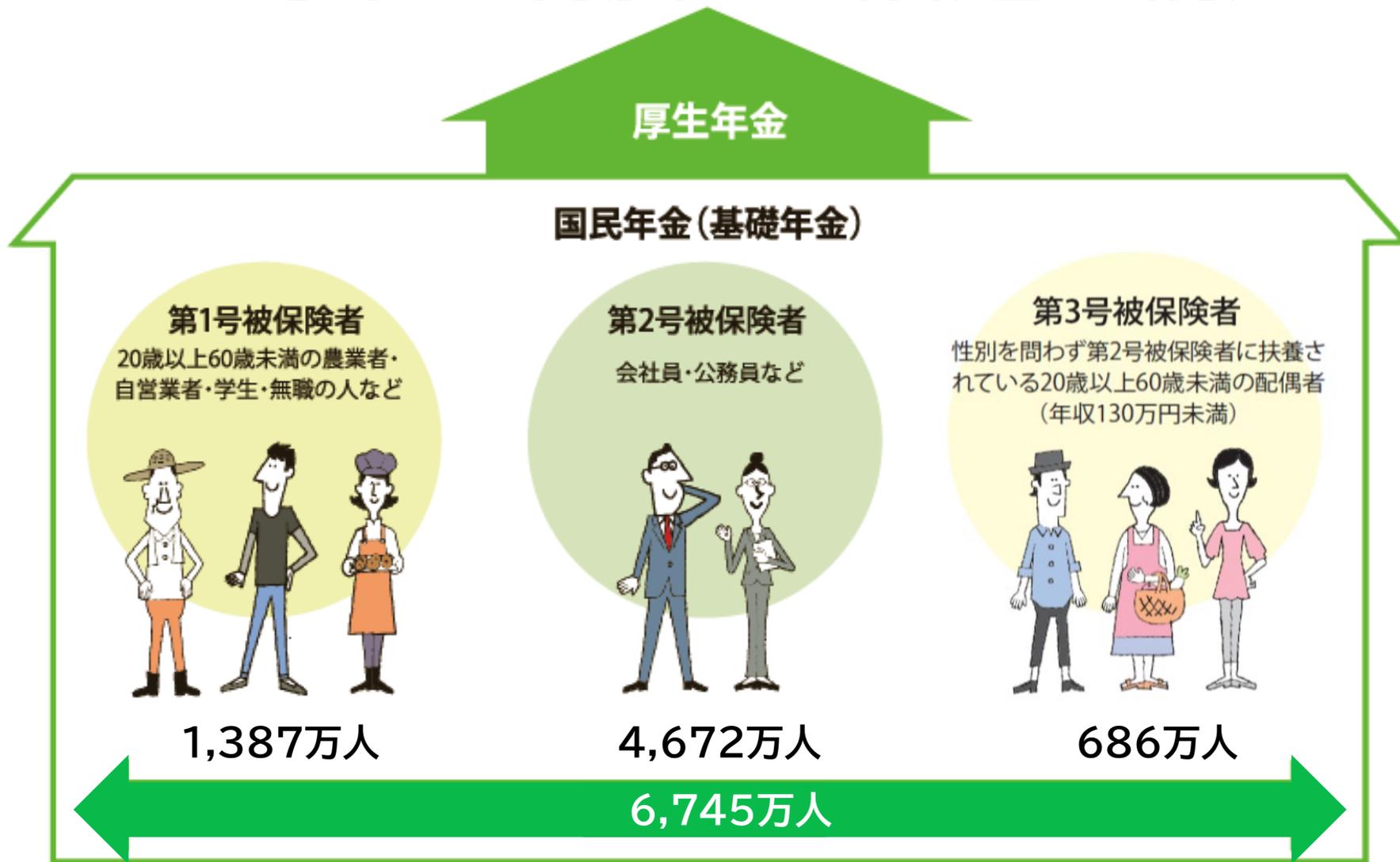


国(税金)

基礎年金の1/2は国庫

(注)人数は、令和4年度末の数値です。

公的年金制度は2階建て構造



(注1)人数は、令和5年度末の数値です。

(注2)公務員や私立学校教職員が加入していた共済年金は、「被用者年金制度一元化法」の施行(平成27年10月)により、厚生年金に統一されました。

公的年金の給付は3種類

3つの大きな保障

年を取ったら
受け取る

老齢
年金



障害が残ったとき
に受け取る

障害
年金



働き手が亡くなっ
たら受け取る

遺族
年金



2. 社会的背景



公的年金制度が果たす役割

○ 少子化・核家族化の進行



○ 経済変動や自分の寿命を予測することは困難

- 物価や賃金の動向に応じて、給付水準が改定
- 老齢年金を一生涯受けることが可能

平均「寿命」と65歳からの平均「余命」

平均寿命

0歳児が平均して何歳まで生きるか

81.09歳[※]

男性

87.14歳[※]

女性

65歳からの平均余命

現在、65歳の方が、平均してあと何年生きるか



男性

約20年[※]

つまり…

約85歳



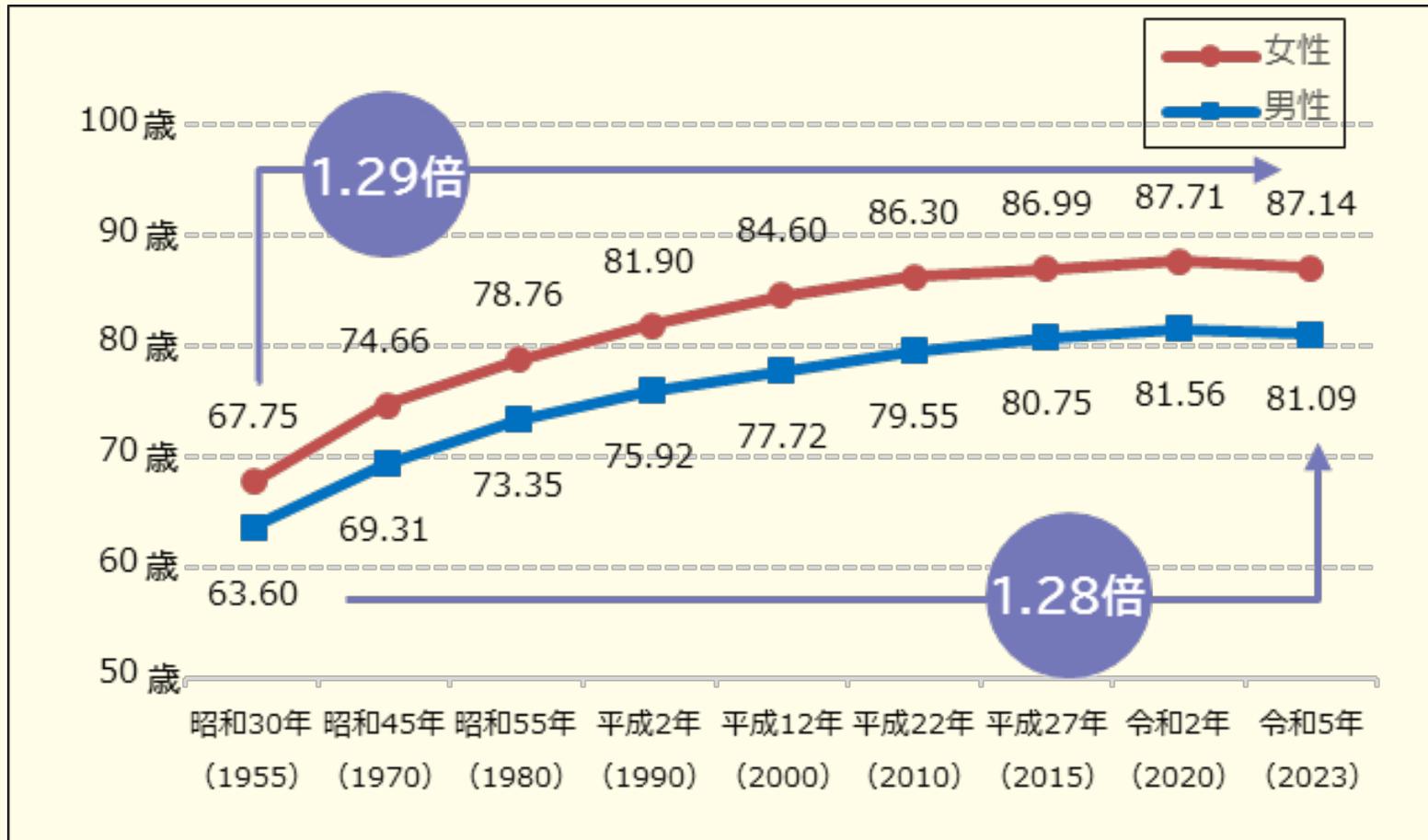
女性

約25年[※]

約90歳

※ 令和5年 簡易生命表

延びる平均寿命



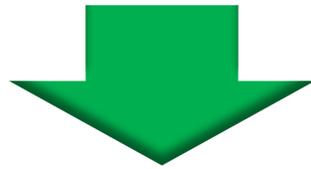
【出典】令和2(2020)年以前:完全生命表
令和5(2022)年:簡易生命表

老後に必要な生活費

標準的な65歳夫婦の生活費の1カ月の総額

約25万円/月[※]

約25万円×12カ月×20年＝約6,000万円



安定的な収入源として、
老後の「年金」は大切！



※ 出典：総務省「家計調査」

年金はいつから、誰でも受け取れるの？

老後の年金(老齢年金)は65歳から

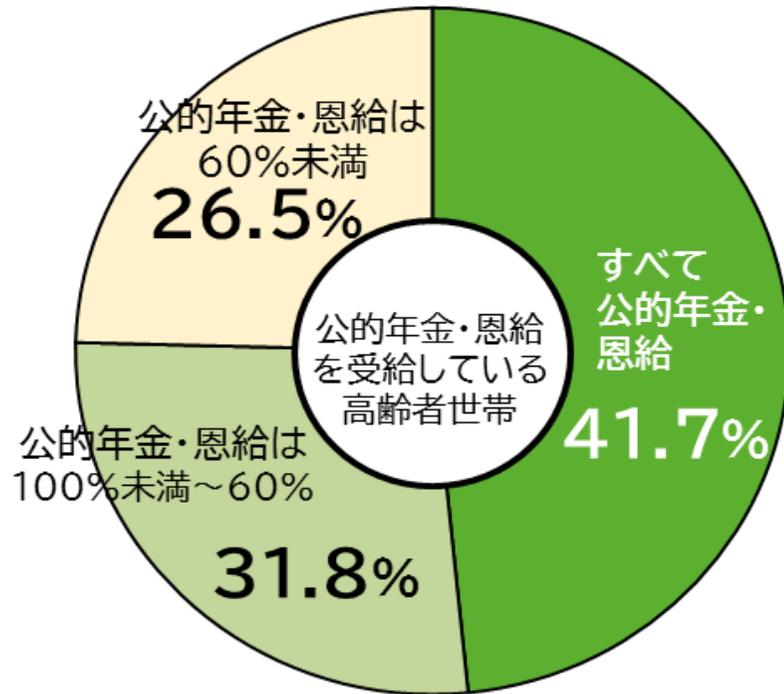
ただし…



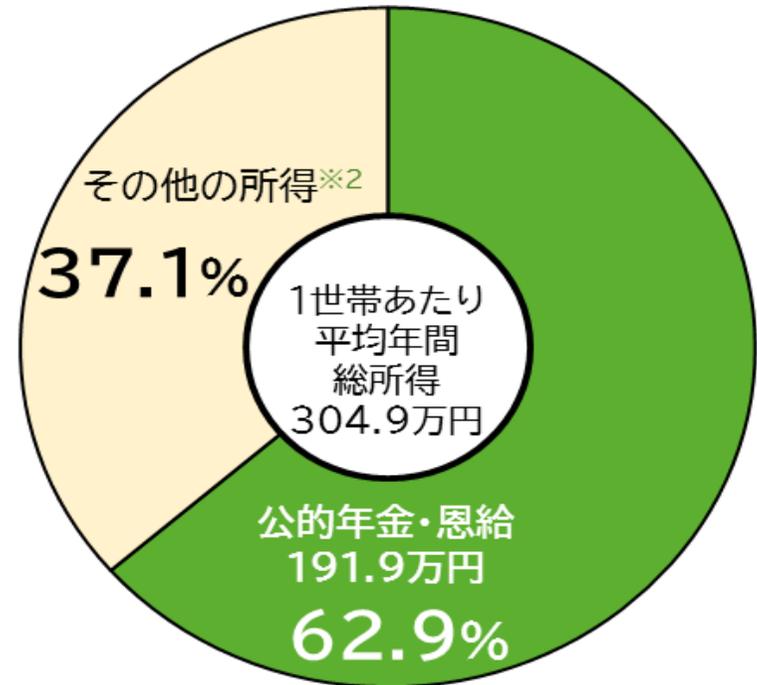
公的年金制度に加入し、『保険料』を納める
必要があります

公的年金は高齢者世帯の生活の支え

約4割の方が年金だけで生活



所得の約6割が年金



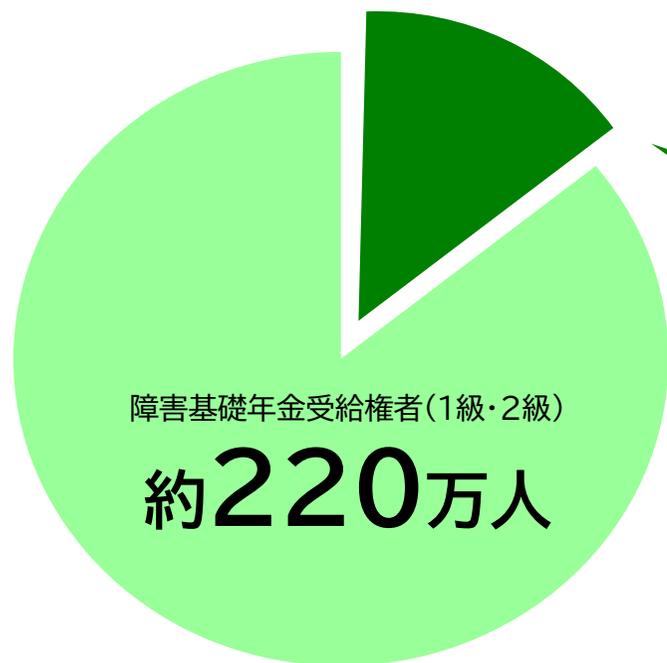
【出典】厚生労働省「2023年国民生活基礎調査」

公的年金は“まさか”を支えます



長い人生、事故や病気などこの先なにが
起こるかは予測できません。

“まさか”は他人事ではないのです！



20代の受給権者
約**25**万人

※受給権者：年金を受ける権利を持ち、
本人の請求により裁定された者。
(全額支給停止中の者を含む)

厚生年金保険・国民年金事業年報より

まさかは他人事ではありません

障害基礎年金は20歳以上の総人口の
約50人に1人が受け取っています。



障害基礎年金受給権者
(1級・2級)※ | 約220万人

※厚生年金保険・国民年金事業年報より

20歳以上の総人口※ | 約1億452万人

※人口推計(令和6年10月1日現在)総務省統計局

公的年金の持続性

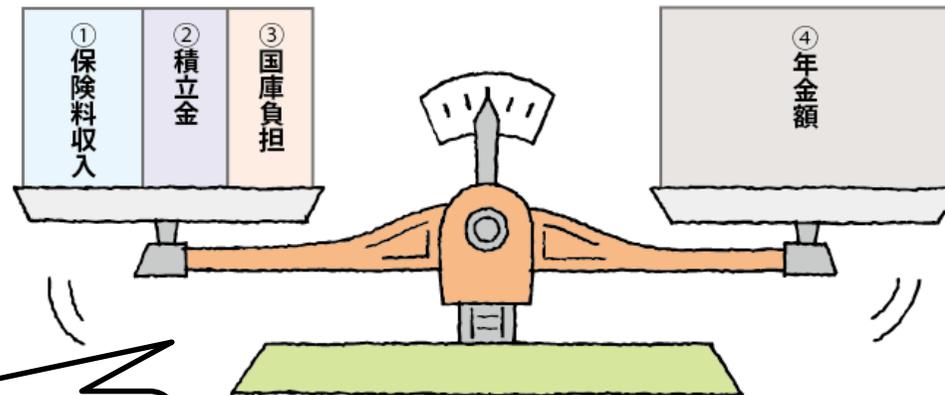
公的年金制度における長期的な財政の枠組み

収入

- ① 将来の負担(保険料)の上限設定
- ② 積立金の活用
- ③ 基礎年金における国庫負担(1/2)

支出

- ④ 財源の範囲での給付水準の自動調整

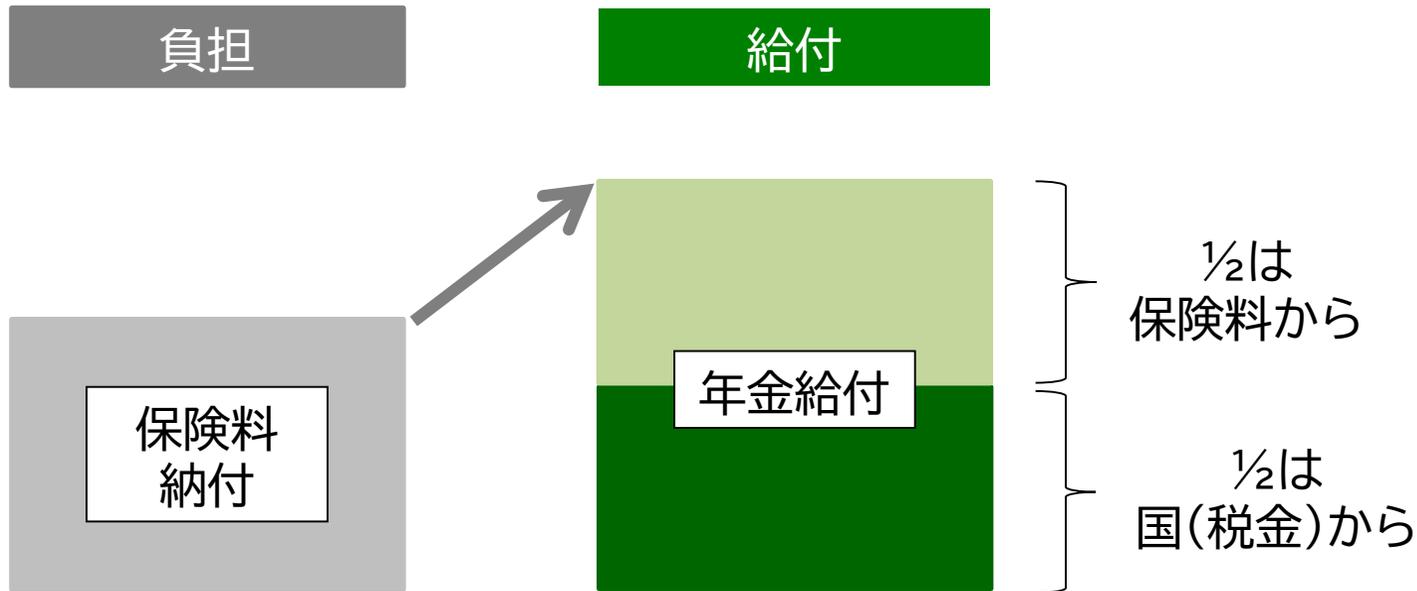


年金額の価値を自動調整する仕組みを導入

長期的な収入と支出のバランス

公的年金の負担と給付

保険料を納めた場合



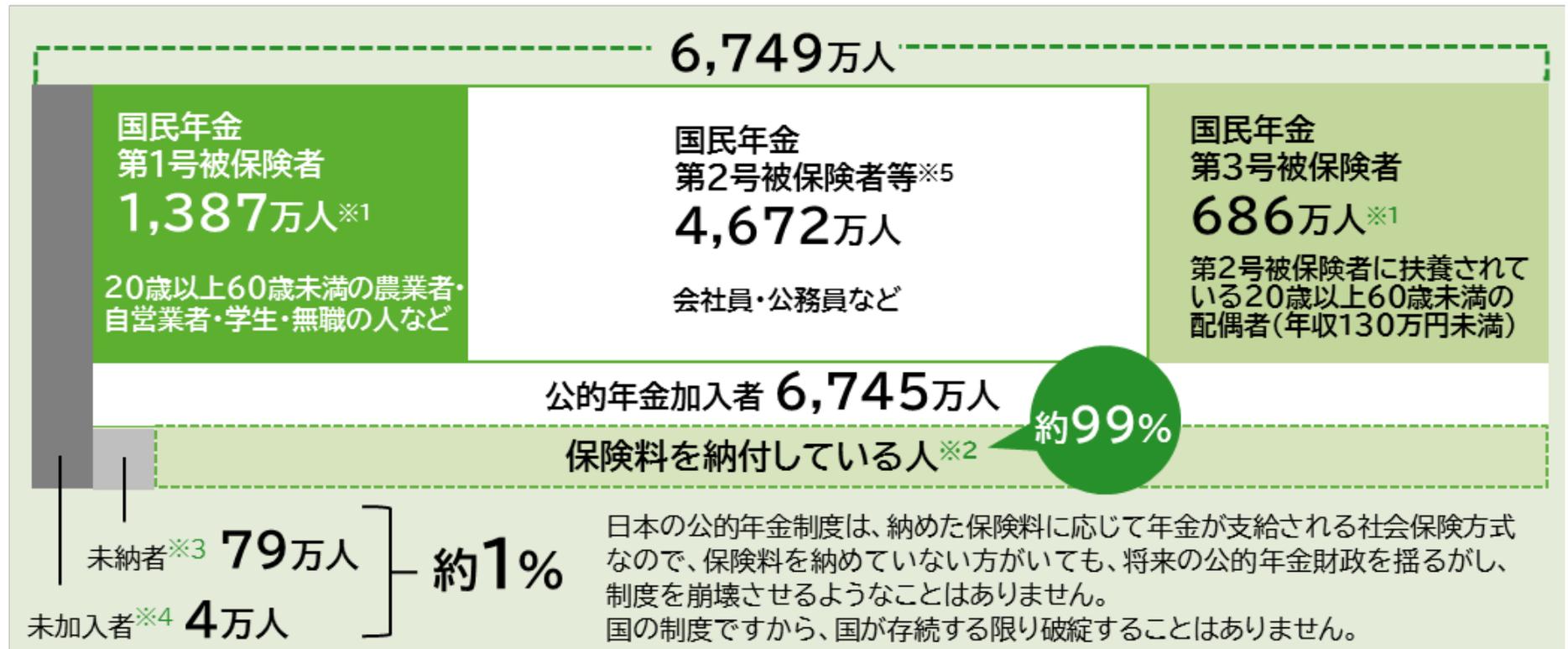
民間保険にはない公的年金のメリット

基礎年金:原則1/2は税金でまかなわれている

保険料の納付状況

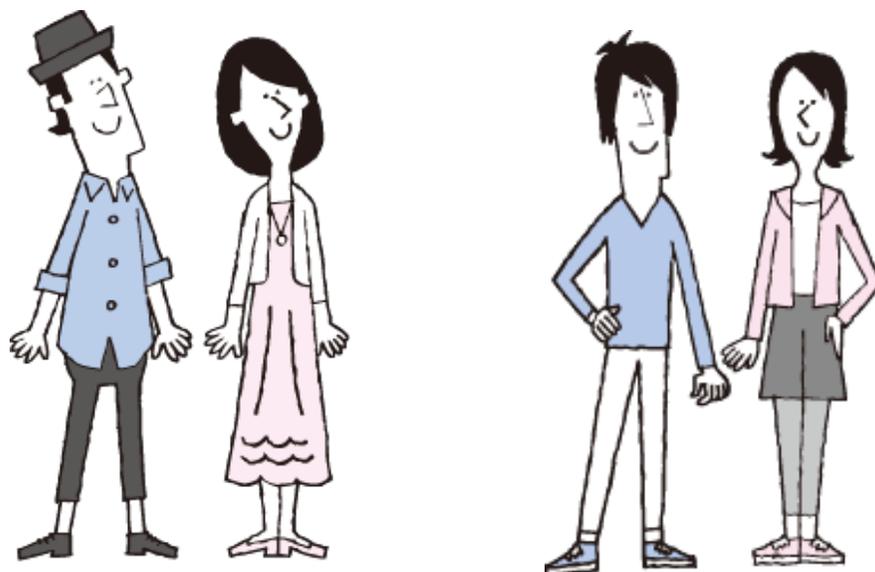
公的年金制度全体で、保険料を納付している人は、約99%

●保険料の納付状況(令和5年度末)



【出典】厚生労働省年金局・日本年金機構「令和5年度の国民年金の加入・保険料の納付状況について」・厚生労働省年金局「厚生年金保険・国民年金事業の概況」(令和5年度)

3. 20歳になったら



20歳から60歳まで加入

日本に住む20歳以上60歳未満の人は
国民年金への加入が法律で義務付け
られている



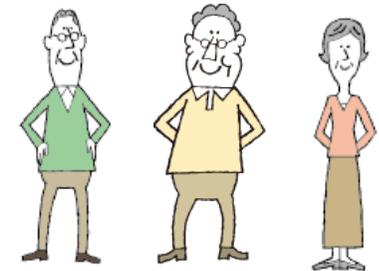
保険料を納めることは国民の義務



保険料



現在、年金を受け取っている人



将来、自分が年金を受け取る権利

納めた保険料に応じて年金額は決まります。

老齢年金は、40年納めての年金額が決められています。納め忘れがあれば、年金額が少なくなったり、受け取る権利が発生しません。

国民年金保険料の納付方法

便利！
一番お得！

「口座振替」で
手間いらず。

口座振替なら、月々の保険料を
納め忘れる心配なし。

「身近な場所」で
お気軽に。

全国のコンビニ・金融機関・郵便局・
ATMで納めることができる。

保険料・定額
月額17,510円
(令和7年度)

「クレジットカード」で
お気軽に。

カード払いなら、月々の保険料を納
め忘れる心配なし。

「インターネット」で
スイスイと。

インターネットバンキング、モバイル
バンキング、スマートフォンの決済ア
プリで自宅から納めることができる。

国民年金保険料の納付方法

■ 国民年金保険料 前納(前払い)の割引額

【令和7年度】

	1カ月分 保険料額 <割引額>	6カ月分 保険料額 <割引額>	1年度分 保険料額 <割引額>	2年度分 保険料額 <割引額>
毎月納付 (納付書による現金納付 および翌月末振替の口座 振替)	17,510円	105,060円	210,120円	425,160円

口座振替で前納
すると、かなり
おトクです。

		17,450円 <▲60円>	104,700円 <▲360円>	209,400円 <▲720円>	423,720円 <▲1,440円>	
前納(前払い)の割引額	口座振替 (当月末の口座振替)					
	6カ月 前納	現金納付	—	104,210円 <▲850円>	208,420円 <▲1,700円>	—
		口座振替	—	103,870円 <▲1,190円>	207,740円 <▲2,380円>	—
	1年 前納	現金納付	—	—	206,390円 <▲3,730円>	—
		口座振替	—	—	205,720円 <▲4,400円>	—
	2年 前納	現金納付	—	—	—	409,490円 <▲15,670円>
		口座振替	—	—	—	408,150円 <▲17,010円>



国民年金保険料を納めることが難しい場合

収入が少ないなど、経済的に困難な場合には、
『免除』または『納付猶予』制度を利用

全額免除

保険料の全額が免除

納付猶予

50歳未満の方(学生以外)
の保険料納付が猶予

一部免除

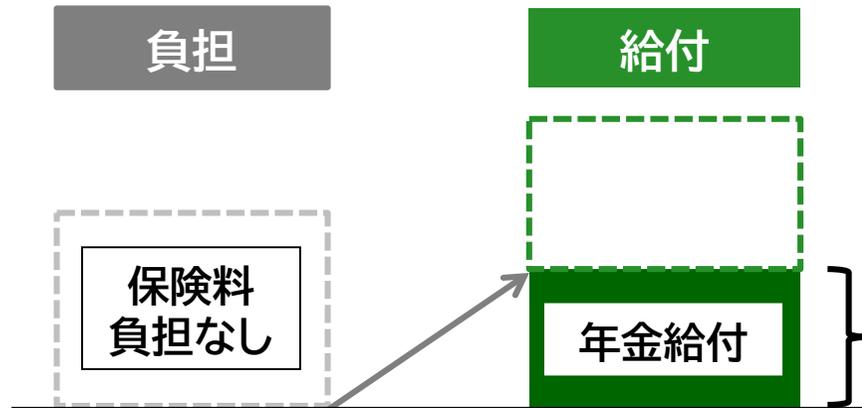
保険料の一部が免除

学生納付特例

在学中の保険料納付が猶予

免除の手続きをしないと…

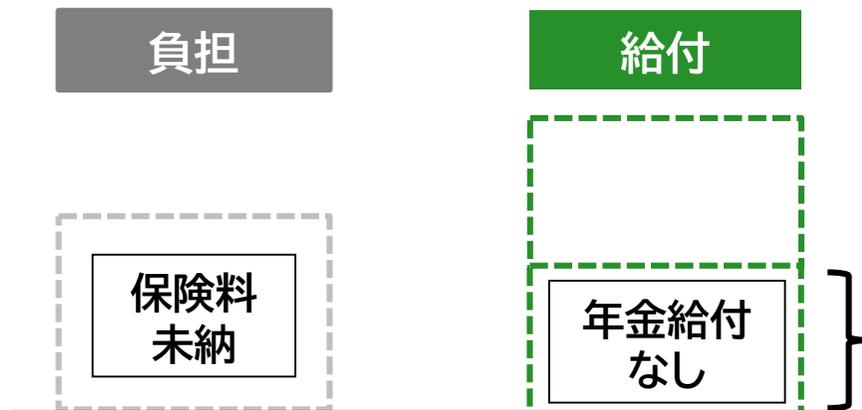
全額免除の手続きをしていた場合



きちんと
手続きしていて
良かったあ

税金に見合う給付分の
1/2は受給できます。

保険料を納めなかった場合



どうせ払っても
損だと思って、
払っていなかった
けど、税金に見合
う給付分も受け取
れないのか…

税金に見合う給付分も
受給できません。

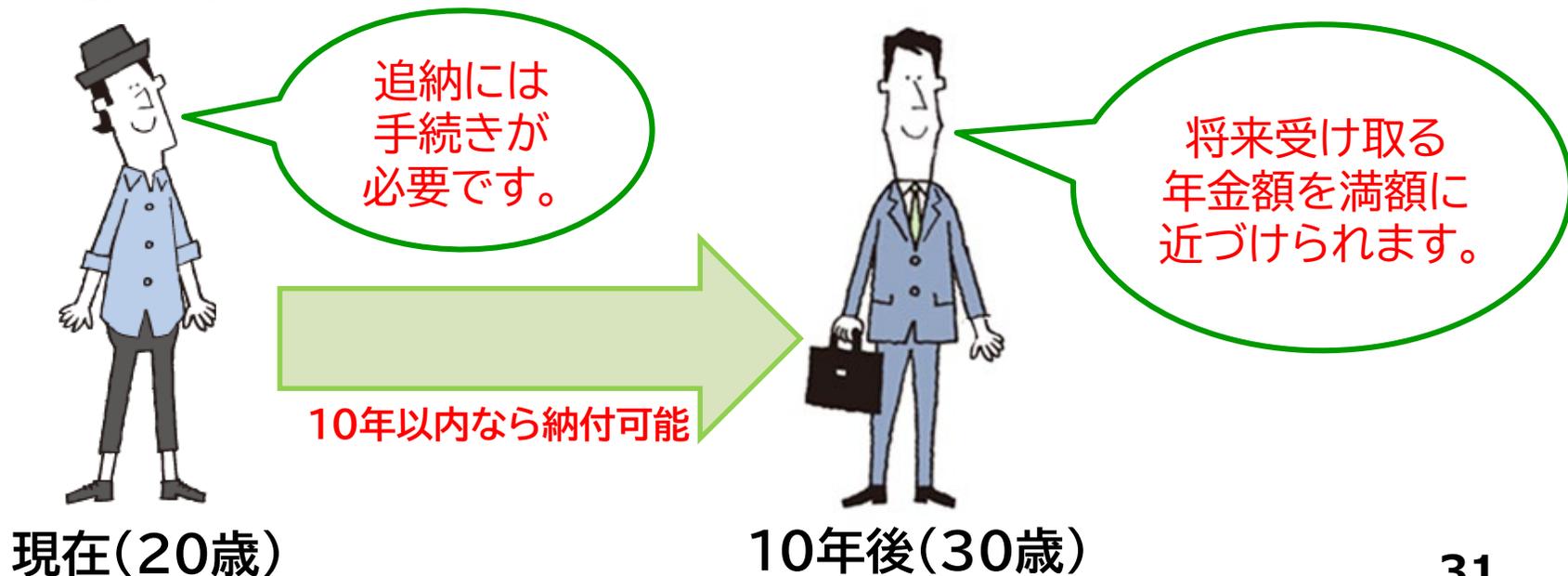
学生の方は学生納付特例制度を！

- ✓ 所得の少ない学生が申請し、承認されることで、国民年金保険料の納付が猶予される制度。
- ✓ 猶予期間内であれば保険料を遡って納めることができる。
(追納)
- ✓ 毎年申請が必要。
- ✓ お住まいの市(区)役所または町村役場の国民年金担当窓口、もしくは年金事務所へ
- ✓ マイナポータルからスマホで電子申請ができます！

追納制度とは

免除・納付猶予・学生納付特例の承認を受けた期間から10年以内であれば保険料をさかのぼって納めることができる制度のこと。

※ただし、学生納付特例の承認を受けた期間の翌年度から起算して、3年度目以降に保険料を追納する場合には、当時の保険料額に経過期間に応じた加算額が上乘せされます。



ご注意ください！

きちんと手続きをしておくと、こんなに違います！



大学生のAさん
20歳から国民年金の
加入と同時に
学生納付特例の**手続きをした**。



大学生のBさん
20歳から国民年金に
加入したが、納付をせず、
学生納付特例の**手続きも
しなかった**。

例
え
ば



大学3年生のときの旅行で
事故に遭い、寝たきりの状態に...

障害基礎年金が
受け取れる
1級:1,039,625円
2級: 831,700円

障害基礎年金が

受け取れません

マイナポータルから スマホで学生納付特例の電子申請ができます！

- スマートフォンで簡単に申請できます！
- 24時間365日、申請できます！
- 処理状況や申請結果が確認できます！
- 学生納付特例以外にも、各種手続きの電子申請ができます。



2023年3月時点

日本年金機構

個人のお客様へのオンラインサービス
国民年金に関する電子申請



- ◆免除・納付猶予
- ◆学生納付特例
- ◆資格取得・種別変更

電子申請の利用方法等については、
日本年金機構ホームページから**動画**でご覧いただけます。



ホームページ・動画はこちら
https://www.nenkin.go.jp/tokusetsu/denshi_kokunen.html



「ねんきんネット」マスコットキャラクター
ねんきん太郎

※申請には、マイナンバーカードやマイナポータルの利用登録が必要となります。

自分の年金は自分で管理！

自分の年金記録を自分で確認する方法

✓「ねんきん定期便」

年金に加入すると、毎年誕生月に払込保険料総額や年金記録が郵送されるので、自分で確認できます。

✓「ねんきんネット」

年金制度に加入したら登録！

24時間いつでもどこでもスマホでも自分で年金記録を確認できるオンラインサービスです。

本日のまとめ



- 学生の方でも**20歳**になったら公的年金制度に加入し、保険料を納める義務がある
- 保険料を納めることが困難な場合は、「免除」または「猶予」制度がある
- 公的年金は「世代と世代の支え合い」
- 「老齢年金」のほか、まさかのときに受け取れる「障害年金」や「遺族年金」がある



【参考】公的年金の普及・啓発動画

公的年金制度の普及・啓発を図るため、厚生労働省や日本年金機構では様々な動画を作成しています。その一部をご紹介します。

知っておきたい年金のはなし

知っておきたい年金のはなし(冊子)の内容をわかりやすく解説した動画です。



(冊子)



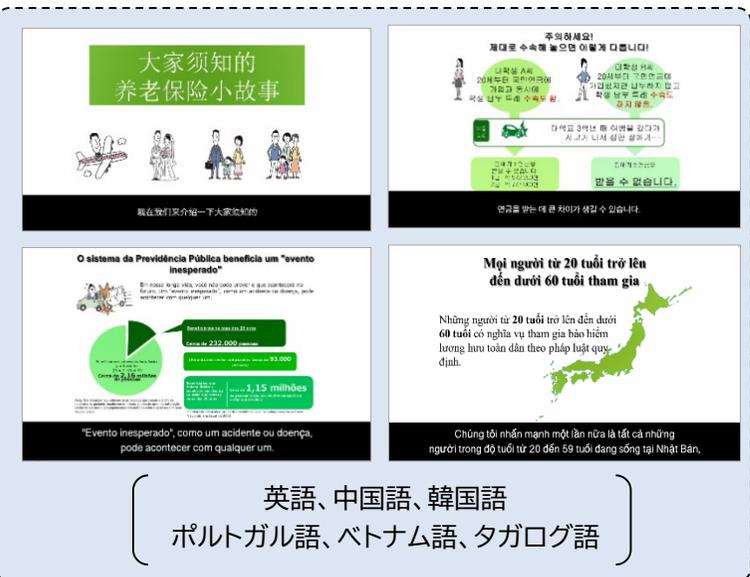
【約24分】

国民年金ってホントに必要なの！講座

公的年金制度を「桃太郎」に例えながら、国民年金の仕組みや役割、大切さをわかりやすく解説するアニメーション動画です。
学生の方から大人の方まで、幅広い世代の方にご覧いただける内容です。



【外国語版6言語(それぞれ15分前後)】



英語、中国語、韓国語
ポルトガル語、ベトナム語、タガログ語

QuizKnockによる年金クイズ動画

厚生労働省とQuizKnockで年金について学べる動画を作成しました。年金の種類、物価の変動に関する問題等、年金についてクイズ方式で楽しく学ぶことができます。



【第1弾(約15分)】



【第2弾(約18分)】



【第3弾(約24分)】



【第4弾(約24分)】

ここでご紹介した動画は、機構HPに掲載しています。
右の二次元コードまたは以下のURLからご覧ください。
「年金について学ぼう」
<https://www.nenkin.go.jp/service/learn/index.html>



【参考】「わたしと年金」エッセイ

「わたしと年金」エッセイの募集

日本年金機構は、厚生労働省と協力して、11月を「ねんきん月間」、11月30日(いいみらい)を「年金の日」とし、皆さまに年金制度に対する理解を深めていただくため、公的年金制度の普及や啓発活動を展開しています。

この取り組みの一環として、広く皆さまから公的年金をテーマにしたエッセイを募集※しています。※毎年度6月初旬～9月上旬の間募集しています。

これまでの受賞作品や朗読動画を機構HPに掲載しています。
それぞれ以下の二次元コードまたは以下のURLからご覧ください。
<https://www.nenkin.go.jp/tokusetsu/essay.html>



「わたしと年金」エッセイアニメーション動画

「わたしと年金」エッセイの受賞作品をアニメーション化し、日本年金機構ホームページに掲載しています。年金について学生の方や現役世代の方の体験談のエッセイを動画としていますので、ぜひご覧ください。

以下の二次元コードまたはURLからご覧ください。

<https://www.nenkin.go.jp/tokusetsu/animation.html>



「わたしと年金」エッセイアニメーション動画特設案内ページ

【令和2年度 厚生労働大臣賞】



【令和4年度 厚生労働大臣賞】



【参考】公的年金はみんなの強い味方・日本年金機構公式SNSのご案内

公的年金はみんなの強い味方

公的年金制度のメリットや国民年金保険料の納付方法および免除・猶予制度について説明した全3話のアニメーション動画です。主人公ショウ君と家族の会話を通じて、公的年金制度を気軽に知ることができますので、ぜひご覧ください。

以下の二次元コードまたはURLからご覧ください。

<https://www.nenkin.go.jp/tokusetsu/koutekinenkin.html>



「公的年金はみんなの強い味方」特設案内ページ

【第1話 老後の暮らしに安心を】



【(約5分)】

【第2話 若い皆さんのもしもの時に安心を】



【(約5分)】

【第3話 初めての国民年金】



【(約6分)】



日本年金機構公式SNSのご案内

日本年金機構では、X(旧Twitter)及びFacebookを活用して、公的年金に関する制度周知、各種手続き、お送りする通知書の情報など、お客様のお役に立つ様々な情報を発信しています。ぜひフォローしてご活用ください！



日本年金機構公式X(旧Twitter)
(@Nenkin_Kikou)

年金制度全般に
関する発信



https://x.com/Nenkin_kikou



日本年金機構公式Facebookページ

年金制度全般に
関する発信



<https://www.facebook.com/profile.php?id=61575964302278>

英語・やさしい
日本語での発信



<https://www.facebook.com/profile.php?id=61576205463510>

【参考】公的年金シミュレーターについて

厚生労働省では、働き方・暮らし方の変化に応じて、将来受給可能な年金額を簡単に試算できるツール「公的年金シミュレーター」を提供しています。ねんきんネットを利用できない20歳未満の方でも利用することができますので、ぜひご利用ください。

簡単でスムーズな操作性

ID・パスワードの取得不要

「ねんきん定期便」の二次元コードを読み込むことで、過去の加入記録の入力が不要で手軽に試算できる



グラフを表示しながら試算できる

デザイン性が高く操作性の良い試算画面
スライダーを動かすことで、年金額の変化が一目で確認できる



働き方・暮らし方に応じたシミュレーション

これからの働き方・暮らし方の変化

- ・就職、転職したとき
- ・配偶者の被扶養者となったとき
- ・退職した後、年金を受給しながら働くとき

にあわせて様々なシミュレーションができる



その他

個人情報記録されず、画面を閉じると、データは消去されるため、安心して利用できる

税・社会保険料額の試算機能を搭載済

税・社会保険料額試算の画面イメージ

年金受給開始時点の
税・社会保険料額の試算
(令和4年度の東京都新宿区の参考例)

項目	金額 (万円/年)
所得税	1
介護保険料	8
国民健康保険料 (税)	9
住民税	2

合計 20万円/年
※税・社会保険料額の試算結果は、年収のみに基づいて算出した「概算」であり、実定とは異なります。
税・社会保険料額等は市区町村で異なるため、加入先の市区町村へお問い合わせください。

公的年金シミュレーターについては、こちらの二次元コードからアクセスください。⇒

(<https://nenkin-shisan.mhlw.go.jp/>)

試算ページ



MEMO

仕様書

件 名	年金セミナー説明用資料「知っておきたい年金のはなし」（参加型）
紙 質	上質四六判 70 kg相当 ※グリーン購入法に適合するものであること（入手が困難な場合を除く）。
用紙地色	白色
刷 色	両面プロセス4C刷
サ イ ズ	A4（210mm×297mm）60 ページ
製 本	平綴じ（A3サイズを使用して製本する場合は、中綴じ2か所均等にホチキス止めを行うこと。）
梱 包	① 印刷した冊子は100冊ごとにクラフト紙で梱包すること。 ※梱包した外側2側面に印刷物の名称、数量、製造年月及び製造業者名を印刷（記載）するか、シールを貼付して表示すること。 ※使用する梱包資材については、グリーン購入法に適合するものであること（生産されていない場合は除く）。 ② ①で印刷、梱包した冊子、用紙を各配送先の希望数量に合わせて、段ボールへ箱詰めすること。 ③ 梱包した段ボールを各配送先へ送付すること。
数 量	77,600冊
納 期	令和7年10月16日（木）
納入場所	【別添】（別紙1）を参照。
そ の 他	<ul style="list-style-type: none"> ・作業の詳細については、【別添】（別紙1）を参照すること。 ・印刷内容は、【見本】冊子②を参照すること。 ・納入場所への納入数量は【別添】（別紙1）を参照すること。 ・正式な原稿は、業者決定後3営業日以内に電子媒体（PowerPoint）で提供する。 ・原稿の著作権については、日本年金機構に帰属することとする。 ・作業・保管場所では、データの漏洩、滅失がないよう入退室管理を適切に行うこと。 ・金額の積算にあたっては、本仕様書の内容に係る全ての経費（校正原稿作成、納品費用等）を見込むこと。 ・校正確認等のほか、本調達に係る問い合わせは、全て下記校正担当に行うこと。 ・配送先への搬送に使用する車両は、受託事業者の自社便または配送業者を

	使用することとし、それらに係る一切の費用は、受託事業者が負担すること。また、搬送にあたっては、搬送物の水漏れや落下物等による破損、盗難及び紛失等による情報漏えいを防止するための所要の措置を講ずること。
校正担当	〒168-8505 東京都杉並区高井戸西3丁目5番24号 日本年金機構事業推進統括部管理・市区町村調整グループ 電話：03-6892-0747（内線2648） FAX：03-6892-8093 担当：西原

知っておきたい 年金のはなし



本日の配付資料



1. 「国民年金ってホントに必要なの！講座」



(2. 年金セミナーのスライド)



3. 「アンケート」

《参考》「20歳になったら国民年金」



プログラム



1. 公的年金制度ってナニ？
2. ライフイベントシミュレーション
3. 仕事「引退」後の老後の生活をイメージしてみよう！
4. 35歳になった時のリスクって？
5. 免除・猶予制度

1. 公的年金制度ってナニ？



社会保障制度ってどんなもの？



社会保障とはその国の国民が健康で文化的な生活を送ることができるように国がおこなっている政策のこと。

社会保険	<ul style="list-style-type: none">・ 医療保険・ 年金保険・ 雇用保険、労災保険・ 介護保険
公的扶助	<ul style="list-style-type: none">・ 生活保護
社会福祉	<ul style="list-style-type: none">・ 児童福祉・ 身体障害者福祉・ 高齢者福祉
公衆衛生及び医療	<ul style="list-style-type: none">・ 感染症予防・ 予防接種

「保険」って何だろう？

ドライバー

毎月の保険料納付

保険会社

自家用車が故障、破損した
場合に補償
(保険給付)

||

||

保険に加入する人
(被保険者)

保険を運営する人
(保険者)

公的年金制度ってナニ？



公的年金は…

年老いた時や、
事故や病気で障がい者となった時、
一家の大黒柱が亡くなった時などに、
働いている世代皆で支えようという仕組み

公的年金の給付を受けるには…

毎月の保険料をきちんと納付しておくことが必要



国民年金ってなんか難しそうで
よくわかりません！
特に大切なことってなんですか？

あなたをずっと支えつづけるための国民年金。
まずはしくみをよく知ることが大切です。

世代を超えてすべての方を国民年金が支えています。

厚生年金

会社員・公務員など

国民年金

学生・自営業など



会社員・公務員など



扶養されている妻・夫



第1号被保険者

第2号被保険者

第3号被保険者

20歳になったら国民年金

国民年金は、年をとったときやいざというときの生活を、現役世代みんなで支えようという考えで作られた仕組み

国民年金は**20歳以上60歳未満**の方は**加入**することが**義務**付けられている



20歳のお誕生日からおおむね2週間以内に
「国民年金加入のお知らせ」などが届きます！

※ただし、次のような場合は、お近くの年金事務所にお問合せ下さい。
例：20歳になる直前3か月以内に海外から日本国内に転入された方
例：誕生日から2週間程度経過しても「国民年金加入のお知らせ」や
「基礎年金番号通知書」などが届かない場合 など

保険料を納めるのは国民の義務

保険料を納める



現在、年金を受け取っている人



将来、自分が年金を受け取る権利

保険料を納めた期間が長ければ長いほど将来年金を多くもらえる
(上限480月 = 40年)

【参考】厚生年金保険



- ・会社等で働き、給料で生活する70歳になるまでの従業員が加入する
- ・従業員と会社が保険料を半分ずつ負担



いざというときの生活の安定を図る目的の制度

【参考】厚生年金保険



- ・会社からの届出によって従業員各々の給料の平均額から計算する
- ・**保険料は会社と従業員が半分ずつ負担**

例：給料の平均額 20万円

本人 18,300円

事業主 18,300円

(令和7年4月現在)

厚生年金

会社員・公務員など

国民年金

学生・自営業など



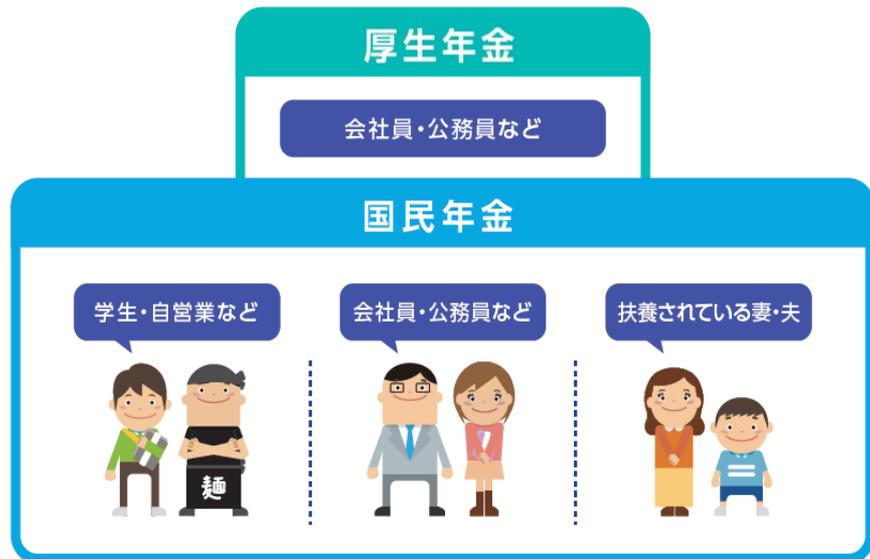
会社員・公務員など



扶養されている妻・夫



加入中の年金の名称



受け取るときの年金の名称



保障内容

国民年金の“3つの”大きな安心の輪

国民年金には、「老齢年金」、「障害年金」と「遺族年金」があります。



2. ライフ イベント シミュレーション



**まずは、
年金の特徴を理解するために
「老後の生活」を考えてみよう**

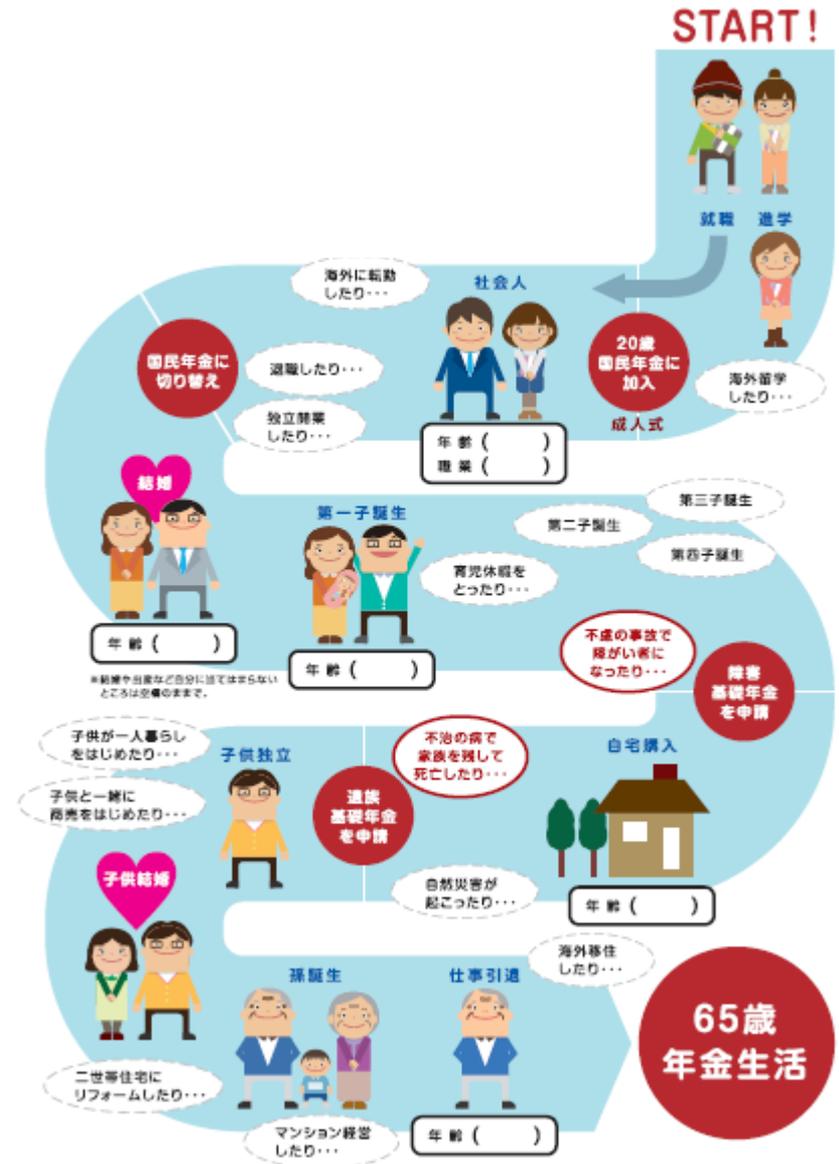
**でも、その前に・・・
将来の自分を想像してみよう！**

人生いろいろ

ライフイベント シミュレーション

若いみなさんにはこれからの人生、いろんな夢があり、
いろんなヨロコビがあり、いろんな出来事が待っています。
あなたはどんな人生を想像していますか？自由に想像してね。

「人生」
いろいろありますが、
まずは、自分の
社会人・結婚・引退
などの年齢を考えて
みよう！
(約3分)



3. 仕事「引退」後の老後の生活をイメージしてみよう！



Let's try!
人生の時間を早送りして、想像してみよう。

Q. たとえば65歳になったあなたの暮らしには
毎月の生活費はいくら必要？

(夫婦二人の暮らしと仮定して、食費、家賃、交遊費、光熱費が
いくらになるか想像して金額を書いてね)

食費はいくら？
(約) 円 /月

家賃はいくら？
(約) 円 /月

医療費
(約 15,000 円) /月

趣味や外食などの
交遊費はいくら？
(約) 円 /月

光熱費 (電気代や
ガス代など) はいくら？
(約) 円 /月

通信費・
交通費
(約 29,000 円) /月

その他 約 67,000 円 /月

※医療費+通信費・交通費+その他=111,000円/月

合計 約 円

※本調査の統計データを引用・転載する場合には、出典（総務省「家計調査」）の表記をお願いします。

「食費」「家賃」
「交遊費」「光熱費」は
どれくらいだろう？
(約6分)

《参考》

- ① 「食費」「家賃」
「医療費」「交遊費」
「光熱費」
「通信費・交通費」
「その他」の合計を
記載してください。
- ② 「医療費」
「通信費・交通費」
「その他」の合計で
111,000円あります。

平均「寿命」と65歳からの平均「余命」

日本人の平均寿命



男性

81.09歳※



女性

87.14歳※

65歳からの平均余命

現在、65歳の人
平均してあと何年生きるか



男性

約20年※



女性

約25年※

つまり…



約85歳

約90歳

※ 令和5年版 簡易生命表

実は実際の生活費って、こんなにかかっているんです。



標準的な65歳夫婦の生活費
1ヶ月の総額

約 **250,000** 円/月

※出典：総務省「家計調査」

ちなみに、

わたしはもっとつつましく
堅実に老後を送るわ



という人の
1ヶ月の生活費の平均額は…
夫婦二人で

約 **195,000** 円/月

みなさん、この金額を見てどう思いますか？

国民年金みんなの疑問

老後って、何年生きるかわからないのに、年金だけで暮らしていけるの？



高齢者世帯
(二人以上世帯)
の貯蓄現在高

平均
約**2,300**万円

No!
国民年金は、
老後の生活費の
一部をずっと
支えつづけます。

老齢基礎年金の
支給額(令和7年度)
年額
831,700円
満額(20歳~60歳まで40年間
納めた場合)

個々の蓄えと
年金額を考えて、
計画的に使わなくっちゃ
いけないんだよね。

みなさんは自分の寿命や、
老後の生活にいくら蓄えが必要なのかなんてわかりませんよね。
国民年金は、老後の生活全てをカバーするものではありません。
年金は生活費の一部として支払われるもので、
老後の蓄えと合わせて**生活設計を組み立てる**
ことが大切なのです。



国民年金みんなの疑問



国民年金って、
老後のためのものなの？

No!
“今”も“将来”も“老後”も。
国民年金は
一生のリスクの備えです。

国民年金は、年を取り仕事を引退したあとの生活を
支えるだけではありません。

もし明日、あなたに“万が一”が起こったときにも、
明日の暮らしを支えるものでもあるのです。

つまり、“今”も“将来”も、そして“老後”まで。

あなたの生涯のリスクの備えなのです。

「動画」でご説明します！

★ 出演者 ★



犬

(自分だけが参加することに不安)



猿

(本当になくならないか不安)



桃太郎

(年金制度)

きび団子
(毎月の年金)



キジ

(将来の生活をするのに不安)



鬼

(不安をまき散らす)

公的年金は「世代と世代の支え合い」

老
年
金



障
害
年
金



遺
族
年
金



現役世代が納める保険料



国（税金）

国民年金みんなの疑問 その1



年金って、ちゃんと、みんな
保険料を払っているの
ですか？

みんなが払っていないのに
自分だけ保険料を支払うのは
いやだな

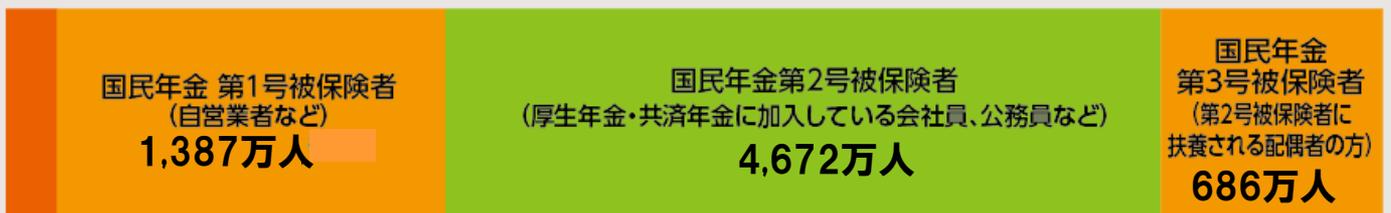


大丈夫！
公的年金に参加している99%の人
たちがちゃんと払っています。
ちゃんと、参加しないと保障も受け
られないからね。

保険料の納付状況

令和5年度末

6,749万人



公的年金加入者 6,745万人

保険料を納付している人(保険料を免除または猶予されている人を含みます)

未納者 79万人

未加入者 4万人

約1%

約99%

年金ってなくならないの
ですか？



いつか、もらえなくなるなら
保険料を払うのは嫌だなあ



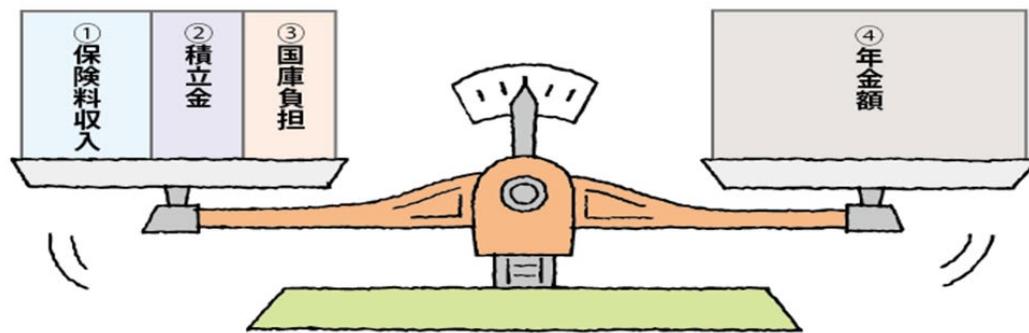
大丈夫！
みんながちゃんと貰えるように、
定期的にバランスをチェックしているから、
国が無くなる限り、続くよ。

収入

- ①将来の負担（保険料）の上限設定
- ②積立金の活用
- ③基礎年金における国庫負担（1 / 2）

支出

- ④財源の範囲での給付水準の自動調整



年金額の価値を
自動調整する
仕組みを導入

定期的にバランスを
チェックしているよ！

長期的な
収入と支出のバランス

年金って老後のためだけに
でしょう？

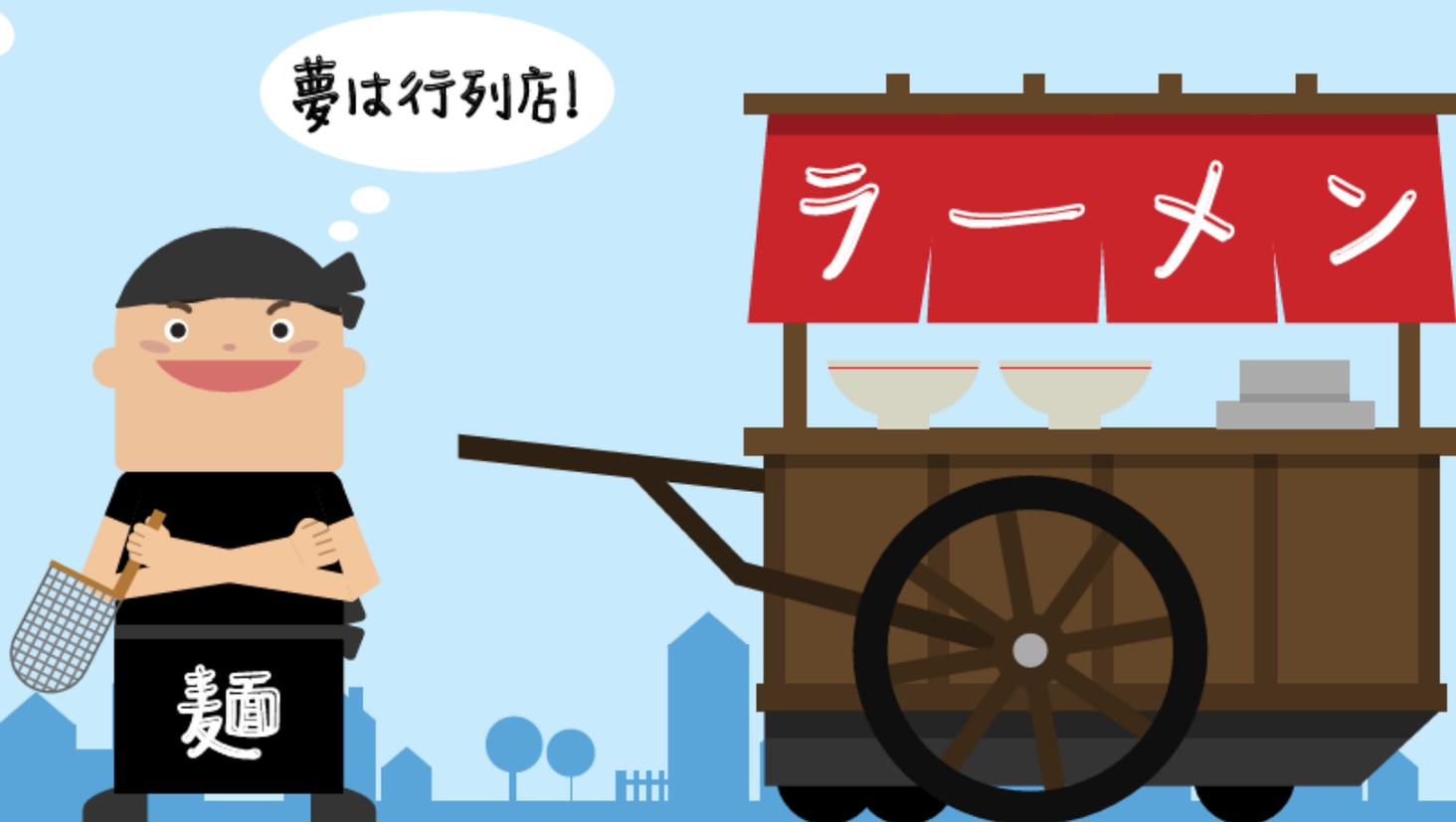


そんな先のこと、どうなるか
わからないのに
保険料を払うのは嫌だなあ



**実は、年金は老後のため
だけではありません。**

4. 35歳になった時のリスクって？



**「老後」の生活費は
約250,000円と試算しました。**

**例えば、みなさんが
35歳ぐらいの時は
もっと生活費がかかるのでは？**

少し考えてみましょう！

35歳になった頃のあなたに質問です。

Q.1

あなたの生活にはどんなお金が必要だと思う？
下の項目から必要だと思うものに
5つ○をつけてください。

- | | | | | |
|-------------|----------------|----------------|--------------|-------------|
| 1. 車やバイク購入 | 2. 夫婦で世界一周 | 3. 外食費 | 4. セカンドハウス | 5. ヘそくり |
| 6. 子どもの教育費 | 7. ペットのエサ代 | 8. 書籍代 | 9. 結婚資金 | 10. クルーズ購入 |
| 11. 宝さがしの冒険 | 12. 老後の蓄え | 13. 食費 | 14. テレビゲーム代 | 15. 宇宙旅行 |
| 16. 光熱費 | 17. 家族でMLB観戦 | 18. 飲み代 | 19. スマートフォン代 | 20. 自宅購入 |
| 21. 世界遺産の旅 | 22. 古銭蒐集 | 23. 親孝行 | 24. 音楽活動 | 25. マンション経営 |
| 26. ホームシアター | 27. 子どものサッカー留学 | 28. ピンテージワイン購入 | | |
| 29. (その他: |) | 30. (その他: |) | |

(2分程度でお願いします)

35歳になった頃のあなたに質問です。

Q.2

もしあなたの人生に「思いがけない出来事」が起こったとします。それはどんなことだと思う？
自由な発想でお答えください。

(5分程度で思いつくことを2～3個書いてください)



障害年金はどれくらいの人 が受け取っているの？

障害基礎年金 “まさか”は他人事にあらず。
20歳以上の日本人・・・ 約50人に1人 が受給権者です。



障害基礎年金受給権者
(1級・2級)*

約**220**万人

* 厚生年金保険・国民年金事業年報

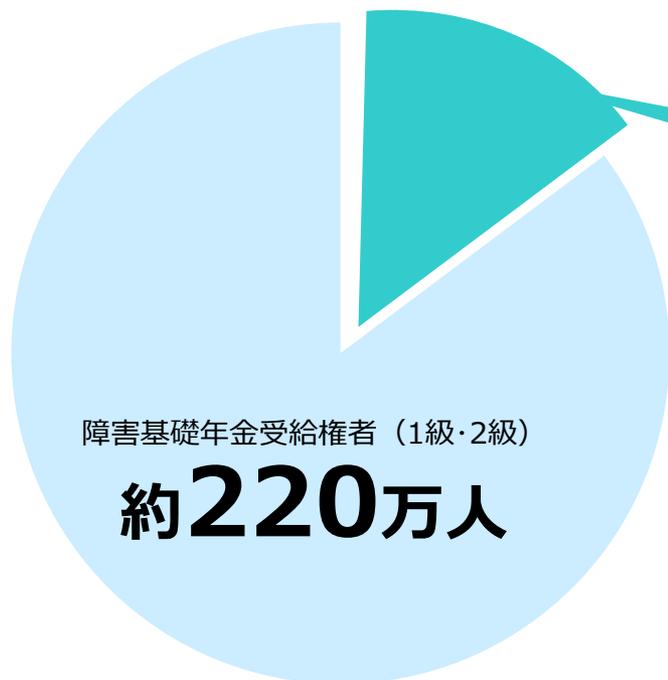
20歳以上の総人口*

約**1億452**万人

* 人口推計（令和6年10月1日現在）総務省統計局



長い人生、事故や病気などこの先なにが
起こるかは予測できません。
“まさか”は他人事ではないのです！



**20代の受給権者
約25万人**

※受給権者：年金を受ける権利を持ち、
本人の請求に裁定された者(全額支給
停止中の者を含む)。

*厚生年金保険・国民年金事業年報より

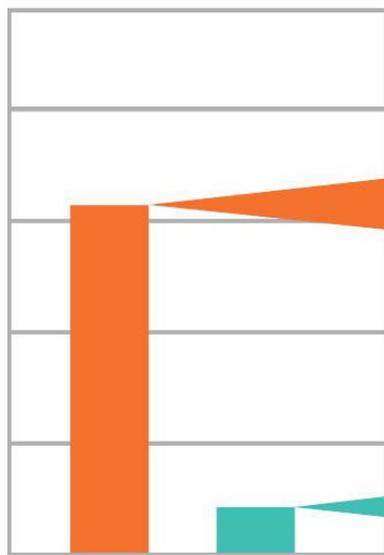


遺族年金はどれくらいの人 が受け取っているの？

遺族基礎年金

新たな遺族への支給人数は...

交通事故で亡くなる方の約**10.9**倍です。



遺族基礎年金
1年間の
新規受給権者数*

約29,500人

* 厚生年金・国民年金事業年報

交通事故
死者数*

約2,700人

*令和6年中の交通事故死者数状況(警察庁)

■ 遺族基礎年金の新規受給件数(1年間)

■ 交通事故死傷者数(1年間)

国民年金の“3つ”の大きな安心の輪

年を取ったら受け取る

老
齡
年
金



障がい者になったら受け取る

障
害
年
金



働き手が亡くなったら受け取る

遺
族
年
金



老齡年金

65歳になったら
生活費の一部として
受け取る年金

満額 831,700円
(変動あり)

障害年金

病気やけがなどで
障がい者になった
際に受け取る年金

1級 1,039,625円
2級 831,700円
(変動あり)

遺族年金

一家の働き手が
亡くなった際に、
家族や子どもが
受け取る年金

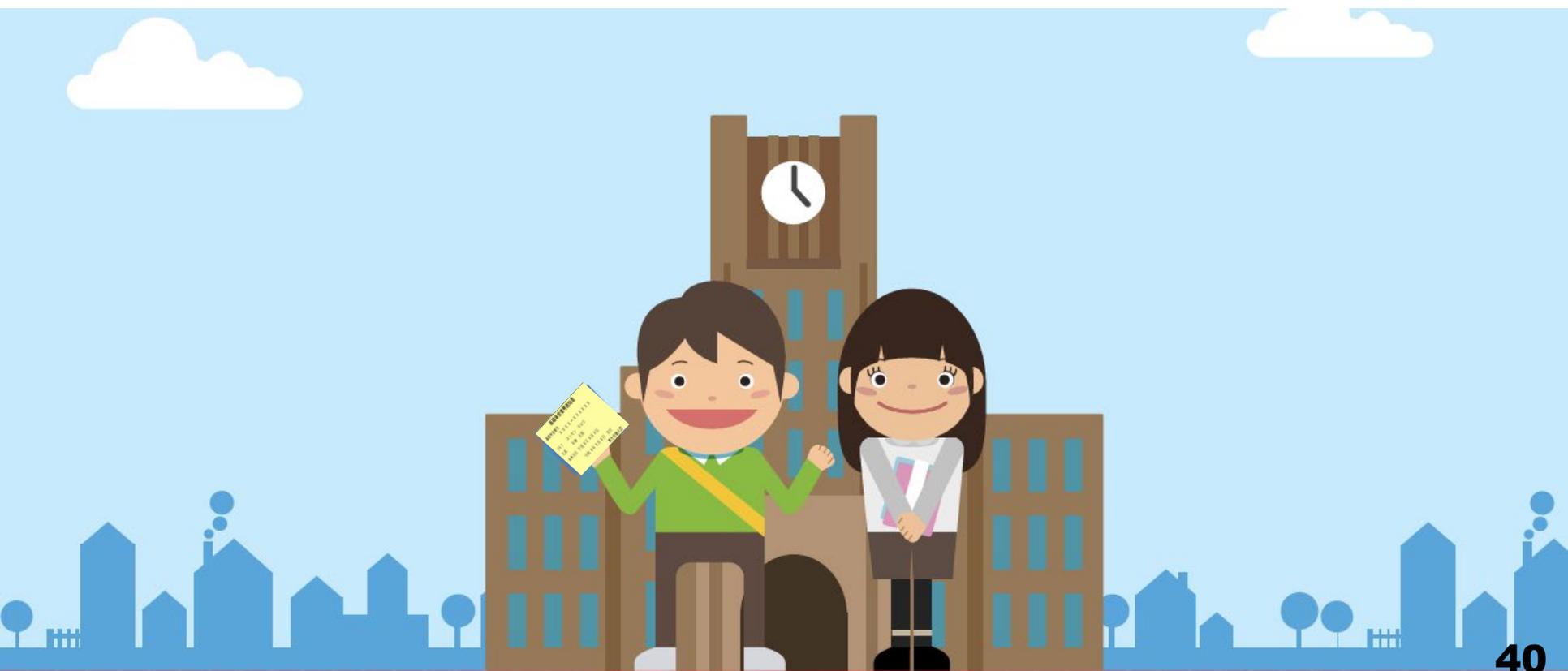
831,700円
+
子の加算
(変動あり)

「動画」でご説明します！

★ 意外に知らない新事実 ★

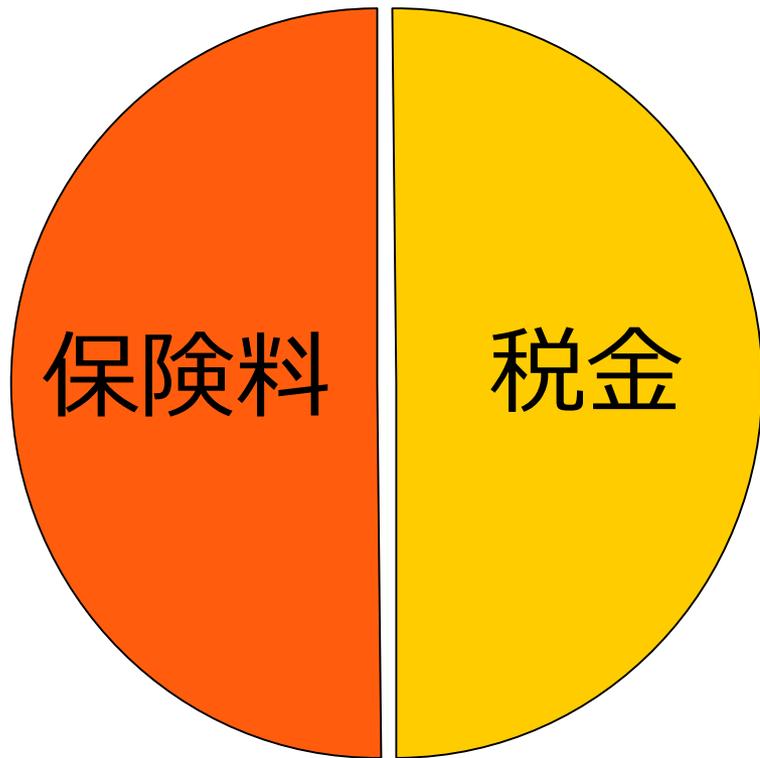
★ 保険料を支払うのが経済的にツライ場合 ★

5. 免除・猶予制度



公的年金の負担

国民年金



50%





保険料を払うのが
経済的にツライのですが、
どうすればいいですか？

制度

1

失業や経済的に保険料が納められない方に「**申請免除**」制度

収入の減少や失業等により保険料をおさめることが経済的に難しいとき、保険料の全額または一部が免除されます。

制度

2

50歳未満の方に「**納付猶予**」制度

50歳未満の方（学生以外）で、働いていないなどの理由で生活に余裕がない場合に保険料の納付が猶予されます。



学生で、まだ保険料を納める
経済的余裕がないのですが？

経済的な理由で保険料を納められないときは・・・

学生納付特例制度（ガクトク）

- ・ 学生の間は保険料を猶予し、社会人になってから納める制度
- ・ 前年所得が基準額以下の学生本人が対象
- ・ ガクトク期間中も障害基礎年金を受け取ることができる
- ・ ガクトク期間中は将来年金を受け取るための期間に加えられるが、年金額の計算には入らない。

ご注意ください！

きちんと手続きをしておくと、こんなに違います！



大学生のAさん
20歳から国民年金への
加入と同時に
ガクトクの手続きもした。



大学生のBさん
20歳から国民年金に
加入したが、納付をせず、
ガクトクの手続きも
しなかった。

例えば



大学3年生の時の旅行で
事故に遭い、寝たきりの状態に

障害基礎年金が
受け取れる
1級：1,039,625円
2級： 831,700円

障害基礎年金が

受け取れません

マイナポータルから スマホで学生納付特例の電子申請ができます！

- スマートフォンで簡単に申請できます！
- 24時間365日、申請できます！
- 処理状況や申請結果が確認できます！
- 学生納付特例以外にも、各種手続きの電子申請ができます。



2023年3月時点

日本年金機構

個人のお客様へのオンラインサービス
国民年金に関する電子申請



- ◆ 免除・納付猶予
- ◆ 学生納付特例
- ◆ 資格取得・種別変更

電子申請の利用方法等については、
日本年金機構ホームページから**動画**でご覧いただけます。



「ねんきんネット」マスコットキャラクター
ねんきん太郎

※申請には、マイナンバーカードやマイナポータルの利用登録が必要となります。

追納制度とは

免除・納付猶予・学生納付特例の承認を受けた期間から10年以内であれば保険料をさかのぼって納めることができる制度のこと。

※ただし、学生納付特例の承認を受けた期間の翌年度から起算して、3年度目以降に保険料を追納する場合には、当時の保険料額に経過期間に応じた加算額が上乗せされます。



これから、

**「学生」になったり、
「会社員や公務員」になったり、
「自営業」になったり、**

**さまざまな
ライフスタイルが考えられます。**

そんなときには・・・

例えば、こんな時は 年金の切り替え手続きが必要！

いつもの生活が変わったら、お近くの年金窓口へお早めに。



20歳になったら



独立・起業したら



海外で住んでいる人が
帰国したら



無職になったら



会社を退職して
自営業の人と
結婚したら



海外に居住するなら

*任意加入制度



離婚したら

※扶養からはずれたら



一家の働き手が
退職したら



パート収入が
年130万円以上
になったら

※扶養からはずれたら

手続きの状況や自分の年金記録は ご自身で確認できます！

確認方法をご紹介します！

確認方法

1

「ねんきん定期便」で確認！

年金制度への理解を深めて頂くこと等を目的に、毎年誕生月に年金見込額や払込保険料総額を含むご自身の年金記録が郵送されますので、ご自身で確認できます。

確認方法

2

「ねんきんネット」で確認！

24時間いつでもどこでもスマホでもご自身の年金記録を確認できるインターネットサービスです。
記録確認のほか、自分が受け取る年金の見込額試算機能や学生納付特例の申請書などが届書が作成できる機能など、便利な機能がお使いいただけます。

保険料の手軽な納め方

納め方
1



「口座振替」で、手間いらず。

口座振替なら、月々の保険料を
納め忘れる心配がありません。

- 事前に年金事務所や金融機関での
お手続きが必要です。
- 保険料がおトクになる[前納]の
申込期限は8月末・2月末の2回です。

納め方
2



「身近な場所」で、お気軽に。

全国のコンビニエンスストア・
金融機関・郵便局の〈窓口〉や
〈ATM〉で納めることができます。

- 納める際には「納付書」が必要です。

保険料・定額
(令和7年度)

月額
17,510円

納め方
3



**「クレジットカード」で、
お手軽に。**

カード払いなら、月々の保険料を
納め忘れる心配がありません。

- 事前に年金事務所でのお手続きが必要です。
- 保険料がおトクになる[前納]の
申込期限は8月末・2月末の2回です。

納め方
4



**「インターネット」で、
スイスイと。**

インターネットバンキング、モバ
イルバンキング、スマートフォンの
決済アプリで自宅から納めるこ
とができます。

- 事前に金融機関でのお手続きが必要です。
- 納める際には「納付書」が必要です。



20歳になって、国民年金に加入すると基礎年金番号通知書が送られて来ます。就職した時や人生の大事な場面で使うものなので大切にしよう！

基礎年金番号通知書

基礎年金番号

X X X X - X X X X X X

フリガナ ネンキン タロウ

氏名 年金 太郎

生年月日 平成 X年 X月 X日

令和 X年 X月 X日 交付

厚生労働大臣

国民年金保険料 学生納付特例 の申請について (学生でない期間は、免除・納付猶予制度をご利用ください)

学生納付特例制度は、学生の方が、申請により保険料の納付が猶予される制度です。
この制度を利用することで、将来の年金受給権の確保だけでなく、万一の事故などにより障害を負ったときの障害基礎年金の支給資格を確保することができます。

- ※ この制度を利用すると、付加年金および国民年金基金はご利用できませんのでご注意ください。
- また、付加年金および国民年金基金は、過去にさかのぼって加入ができません。

<対象となる方>

大学(大学院)、短大、高等学校、高等専門学校、専修学校、各種学校(※)に在学する学生等で、学生納付特例を受けようとする年度の前年の所得が基準以下の方または失業等の理由がある方です。

- ※ 各種学校 → 学校教育法で規定されている修業年限が1年以上の課程
(なお、一部の海外大学の日本分校も対象となります。詳しくは年金事務所までお問い合わせください。)

<所得の目安> ……128万円 + { (扶養親族の数) × 38万円 } で計算した額以下である場合

【申請時の注意点】

● 申請できる期間

- 過去期間は申請書が受理された月から2年1カ月前(すでに保険料が納付済の月を除く)まで、将来期間は年度末まで申請できます。
- ただし、1枚の申請書で申請できるのは、4月から次の年の3月までの12カ月間となりますので、必要に応じて年度ごとに申請書を提出してください。(1年度 = 4月～翌年3月)

- 例：令和4年5月に、令和2年4月から令和5年3月までの期間を申請する場合、
 - ①令和2年度分(令和2年4月～令和3年3月)
 - ②令和3年度分(令和3年4月～令和4年3月)
 - ③令和4年度分(令和4年4月～令和5年3月)の3枚の申請書が必要となります。

なお、この例の場合は、令和2年3月以前は時効により申請できません。

- ※ 過去期間は2年1カ月前まで申請できますが、申請が遅れると障害年金を受け取れないなどの不利益が生じる場合がありますので、すみやかに申請をしてください。

● 添付書類

- 在学期間がわかる学生証のコピー(裏面に有効期限、学年、入学年月日の記載がある場合は裏面のコピーを含む)または在学証明書(原本)
- 失業等の理由により申請を行う場合は、失業した事実が確認できる書類
なお、過去に同一の失業等の理由により学生納付特例等を申請し、失業した事実が確認できる書類を添付したことがある場合は、あらためて添付する必要はありません。
- マイナンバー(個人番号)により申請を行う際は、添付書類が必要になります。
必要な添付書類は、本人控の裏面にある「※マイナンバー(個人番号)により申請を行う際の添付書類について」をご確認ください。

【申請書の提出先】

- この申請書の提出先は、住所地の市区役所・町村役場の国民年金担当窓口、または年金事務所(郵送による提出も可能)です。学生納付特例事務法人(在学している教育施設に設置されている場合)へ申請を委託することもできます。
なお、3枚目は本人控ですので、お手元に保管してください。※ 郵送の場合、受付印のある本人控が必要な方は、2枚目3枚目と一緒に、宛名の記入と所要額の切手を貼付した返信用封筒を同封してください。受付印を押しの上、「本人控」をご返送いたします。
- スマートフォンやパソコンとマイナンバーカードで、マイナポータルを利用して電子申請ができます。

手続き及び申請方法はこちらから
<https://myna.go.jp>

マイナポータル 検索

電子申請の概要はこちら
<https://www.nenkin.go.jp/>

日本年金機構 検索

【申請書提出後の注意点】

- 審査後に決定通知書を送付します。決定通知書が届くまでの間は、文書や電話、訪問により保険料の納付をご案内する場合がありますので、あらかじめご了承ください。
- 納付のご案内は、日本年金機構から委託された民間事業者が、平日だけでなく、土日や夜間も行っています。

3枚目 **本人控** の裏面の注意事項も必ずお読みください。

高校を卒業すると、 さまざまな場面で、 いろいろな書類を提出 することがあります。

その時のために、 書類の書き方を

練習してみましよう！

※今はまだ提出できません。

国民年金保険料 免除・納付猶予 の申請について (学生の方は、学生納付特例制度をご利用ください)

国民年金保険料の納付が経済的に困難な場合、保険料の納付が「免除」または「猶予」される制度があります。この制度を利用することで、将来の年金受給権の確保だけでなく、万一の事故などにより障害を負ったときの障害基礎年金の受給資格を確保することができます。

①免除(全額免除・一部免除)申請

本人、配偶者(別世帯の配偶者を含む)、世帯主それぞれの前年所得(過去の年度分については、前々年や前々々年所得等)が一定額以下の場合や失業等の理由がある場合、申請により保険料の納付が全額免除または一部免除となります。(一部免除の場合、減額された保険料を納付しないと一部免除が無効となり、未納期間となりますので、必ず減額された保険料を納付してください。)

<全額免除となる所得の目安> …… { (扶養親族の数+1) × 35万円 } + 32万円※

※令和2年度以前を申請する場合は、32万円を22万円に読み替えてください。

②納付猶予申請

50歳未満の方(学生を除く)で、本人、配偶者(別世帯の配偶者を含む)それぞれの前年等の所得が一定額以下(全額免除の所得基準と同じ)の場合に、申請により保険料の納付が猶予されます。

※①の免除を受けた期間は将来の老齢基礎年金の額が増額(国庫負担分が反映)されますが、②の納付猶予を受けた期間は老齢基礎年金の額は増額されません。

※免除(全額・一部)または猶予が承認されると、付加年金および国民年金基金はご利用できませんのでご注意ください。また、付加年金および国民年金基金は、過去にさかのぼっての加入ができません。

【申請時の注意点】

●免除等が申請できる期間

・過去期間……申請書が受理された月から2年1カ月前(すでに保険料が納付済の月を除く)まで。

・将来期間……翌年6月(1月～6月に申請したときは、その年の6月)分まで。

ただし、1枚の申請書で申請できるのは、7月以降の年の6月までの12カ月間となりますので、必要に応じて年度ごとに申請書を提出してください。(免除等の1年度=7月～翌年6月)

例：令和4年7月に、令和2年6月から令和5年6月までの期間を申請する場合、

①令和元年度分(令和2年6月～令和2年6月)

②令和2年度分(令和2年7月～令和3年6月)

③令和3年度分(令和3年7月～令和4年6月)

④令和4年度分(令和4年7月～令和5年6月)の4枚の申請書が必要となります。

なお、この例の場合は、令和2年5月以前は時効により申請できません。

※過去期間は2年1カ月前まで申請できますが、申請が遅れると障害年金を受け取れないなどの不利益が生じる場合がありますので、すみやかに申請をしてください。

●添付書類

・失業・倒産・事業の廃止などを理由として申請するときは、**証明書類(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コピーなど)**を添付してください。なお、過去に同一の失業・倒産・事業の廃止などの理由により免除等を申請し、失業した事実が確認できる証明書類を添付したことがある場合は、あらかじめ添付する必要はありません。

その他、必要な添付書類は、本人控の裏面にある「2. 添付書類について」をご確認ください。

・**マイナンバー(個人番号)により申請を行う際は、添付書類が必要になります。**

必要な添付書類は、本人控の裏面にある「※マイナンバー(個人番号)により申請を行う際の添付書類について」をご確認ください。

【申請書の提出先】

●この申請書の提出先は、住所地の市区役所・町村役場の国民年金担当窓口、または年金事務所(郵送による提出も可能)です。なお、3枚目は本人控ですので、お手元に保管してください。※郵送の場合、受付印のある本人控が必要な方は、2枚目3枚目と一緒に、宛名の記入と所要額の切手を貼付した返信用封筒を同封してください。受付印を押印の上、「本人控」をご返送いたします。

●スマートフォンやパソコンとマイナンバーカードで、**マイナポータル**を利用して電子申請ができます。

手続き及び申請方法はこちらから

<https://myna.go.jp>

マイナポータル

検索

電子申請の概要はこちらから

<https://www.nenkin.go.jp/>

日本年金機構

検索

【申請書提出後の注意点】

●審査後に決定通知書を送付します。決定通知書が届くまでの間は、**文書や電話、訪問により保険料の納付をご案内する場合があります**ので、あらかじめご了承ください。

●納付のご案内は、当機構から委託された民間事業者が、平日だけでなく、土日や夜間も行っていきます。

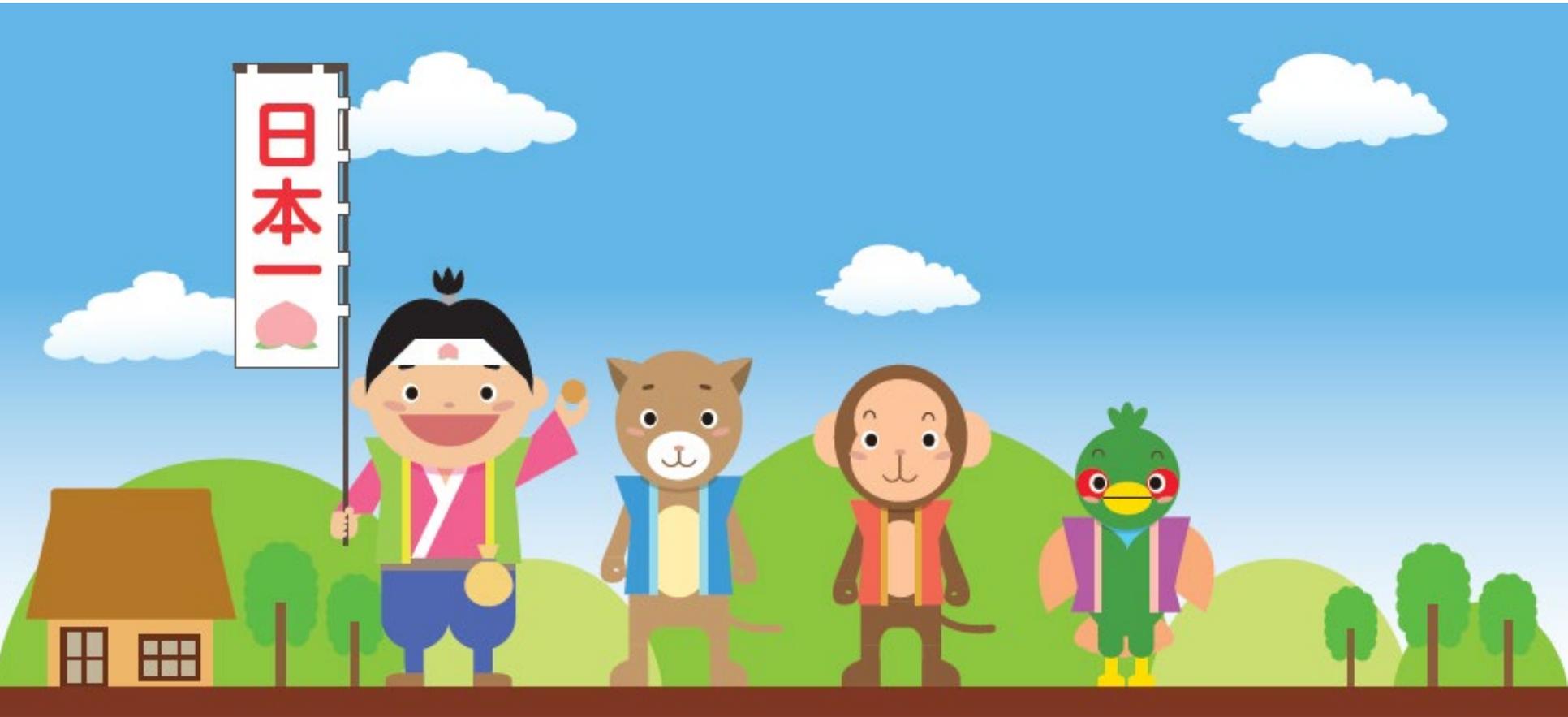
3枚目 **本人控** の裏面の注意事項も必ずお読みください。

今後、
さまざまな場面で、
いろいろな書類を提出
することがあります。
その時のために、
書類の書き方を
練習してみましよう！

本日のまとめ

- 学生の方でも **20歳** になったら公的年金制度に加入し、保険料を納める義務がある
- 保険料を納めることが困難な場合は、**「免除」** または **「猶予」** 制度がある
- 公的年金は **「世代と世代の支え合い」**
- **「老齢年金」** のほか、まさかの時に受け取れる **「障害年金」** や **「遺族年金」** がある

ご清聴ありがとうございました



【参考】公的年金の普及・啓発動画

公的年金制度の普及・啓発を図るため、厚生労働省や日本年金機構では様々な動画を作成しています。その一部をご紹介します。

知っておきたい年金のはなし

知っておきたい年金のはなし（冊子）の内容をわかりやすく解説した動画です。



（冊子）



【約24分】

【外国語版 6 言語（それぞれ15分前後）】

英語、中国語、韓国語
ポルトガル語、ベトナム語、タガログ語

国民年金ってホントに必要なの！講座

公的年金制度を「桃太郎」に例えながら、国民年金の仕組みや役割、大切さをわかりやすく解説するアニメーション動画です。

学生の方から大人の方まで、幅広い世代の方にご覧いただける内容です。



QuizKnockによる年金クイズ動画

厚生労働省とQuizKnockで年金について学べる動画を作成しました。年金の種類、物価の変動に関する問題等、年金についてクイズ方式で楽しく学ぶことができます。



【第1弾（約15分）】



【第2弾（約18分）】



【第3弾（約24分）】



【第4弾（約24分）】

ここでご紹介した動画は、機構HPに掲載しています。
右の二次元コードまたは以下のURLからご覧ください。
「年金について学ぼう」

<https://www.nenkin.go.jp/service/learn/index.html>



【参考】「わたしと年金」エッセイ

「わたしと年金」エッセイの募集

日本年金機構は、厚生労働省と協力して、11月を「ねんきん月間」、11月30日（いいみらい）を「年金の日」とし、皆さまに年金制度に対する理解を深めていただくため、公的年金制度の普及や啓発活動を展開しています。
この取り組みの一環として、広く皆さまから公的年金をテーマにしたエッセイを募集※しています。※毎年度6月初旬～9月上旬の間募集しています。

これまでの受賞作品や朗読動画を機構HPに掲載しています。
それぞれ以下の二次元コードまたは以下のURLからご覧ください。

<https://www.nenkin.go.jp/tokusetsu/essay.html>



「わたしと年金」エッセイアニメーション動画

「わたしと年金」エッセイの受賞作品をアニメーション化し、日本年金機構ホームページに掲載しています。年金について学生の方や現役世代の方の体験談のエッセイを動画としていますので、ぜひご覧ください。

以下の二次元コードまたはURLからご覧ください。

<https://www.nenkin.go.jp/tokusetsu/animation.html>



「わたしと年金」エッセイアニメーション動画特設案内ページ

【令和2年度 厚生労働大臣賞】



【令和4年度 厚生労働大臣賞】



【参考】公的年金はみんなの強い味方・日本年金機構公式SNSのご案内

公的年金はみんなの強い味方

公的年金制度のメリットや国民年金保険料の納付方法および免除・猶予制度について説明した全3話のアニメーション動画です。主人公ショウ君と家族の会話を通じて、公的年金制度を気軽に知ることができますので、ぜひご覧ください。

【第1話 老後の暮らしに安心を】



【（約5分）】

【第2話 若い皆さんのもしもの時に安心を】



【（約5分）】

【第3話 初めての国民年金】



【（約6分）】

以下の二次元コードまたはURLからご覧ください。

<https://www.nenkin.go.jp/tokusetsu/koutekinenkin.html>



「公的年金はみんなの強い味方」特設案内ページ



日本年金機構公式SNSのご案内

日本年金機構では、X（旧Twitter）及びFacebookを活用して、公的年金に関する制度周知、各種手続き、お送りする通知書の情報など、お客様のお役に立つ様々な情報を発信しています。ぜひフォローしてご活用ください！



日本年金機構公式X（旧Twitter）
(@Nenkin_Kikou)

年金制度全般に
関する発信



https://x.com/Nenkin_kikou



日本年金機構公式Facebookページ

年金制度全般に
関する発信



<https://www.facebook.com/profile.php?id=61575964302278>

英語・やさしい
日本語での発信



<https://www.facebook.com/profile.php?id=61576205463510>

【参考】公的年金シミュレーターについて

厚生労働省では、働き方・暮らし方の変化に応じて、将来受給可能な年金額を簡単に試算できるツール「公的年金シミュレーター」を提供しています。ねんきんネットを利用できない20歳未満の方でも利用することができますので、ぜひご利用ください。

簡単でスムーズな操作性

ID・パスワードの取得不要
「ねんきん定期便」の二次元コードを読み込むことで、過去の加入記録の入力が不要で手軽に試算できる



グラフを表示しながら試算できる

デザイン性が高く操作性の良い試算画面
スライダーを動かすことで、年金額の変化が一目で確認できる



働き方・暮らし方に応じたシミュレーション

これからの働き方・暮らし方の変化

- ・就職、転職したとき
- ・配偶者の被扶養者となったとき
- ・退職した後、年金を受給しながら働くとき

にあわせて様々なシミュレーションができる

その他

個人情報記録されず、画面を閉じると、データは消去されるため、安心して利用できる

税・社会保険料額の試算機能を搭載済

税・社会保険料額試算の画面イメージ

年金受給開始時点の
税・社会保険料額の試算
(令和4年度の東京都新宿区の参考例)

所得税	1万円/年
介護保険料	8万円/年
国民健康保険料(税)	9万円/年
住民税	2万円/年

合計 20万円/年
※税・社会保険料額の試算結果は、年金収入のみに基づいて算定した「仮算」であり、実際とは異なります。
税・社会保険料率は市区町村で異なるため、加入先の市区町村へお問い合わせください。

公的年金シミュレーターについては、こちらの二次元コードからアクセスください。 ➔

(<https://nenkin-shisan.mhlw.go.jp/>)

試算ページ



MEMO

仕様書

件 名	年金セミナーアンケート用紙（対面型・非対面型兼用）
紙 質	上質四六判 70 kg相当 ※グリーン購入法に適合するものであること（入手が困難な場合を除く）。
用紙地色	白色
刷 色	両面プロセス4C刷
サ イ ズ	A4（210mm×297mm）両面 1 枚
製 本	製本しない。
梱 包	① 印刷した用紙はそれぞれ 100 枚ごとにクラフト紙で梱包すること。 ※梱包した外側 2 側面に印刷物の名称、数量、製造年月及び製造業者名を印刷（記載）するか、シールを貼付して表示すること。 ※使用する梱包資材については、グリーン購入法に適合するものであること（生産されていない場合は除く）。 ② ①で印刷、梱包した冊子、用紙を各配送先の希望数量に合わせて、段ボールへ箱詰めすること。 ③ 梱包した段ボールを各配送先へ送付すること。
数 量	292,850 枚
納 期	令和 7 年 10 月 16 日（木）
納入場所	【別添】（別紙 1）を参照。
そ の 他	<ul style="list-style-type: none"> ・作業の詳細については、【別添】（別紙 1）を参照すること。 ・印刷内容は、【見本】用紙③を参照すること。 ・納入場所への納入数量は【別添】（別紙 1）を参照すること。 ・正式な原稿は、業者決定後 3 営業日以内に電子媒体（PowerPoint）で提供する。 ・原稿の著作権については、日本年金機構に帰属することとする。 ・作業・保管場所では、データの漏洩、滅失がないよう入退室管理を適切に行うこと。 ・金額の積算にあたっては、本仕様書の内容に係る全ての経費（校正原稿作成、納品費用等）を見込むこと。 ・校正確認等のほか、本調達に係る問い合わせは、全て下記校正担当に行うこと。 ・配送先への搬送に使用する車両は、受託事業者の自社便または配送業者を使用することとし、それらに係る一切の費用は、受託事業者が負担することとする。

	と。また、搬送にあたっては、搬送物の水漏れや落下物等による破損、盗難及び紛失等による情報漏えいを防止するための所要の措置を講ずること。
校正担当	〒168-8505 東京都杉並区高井戸西3丁目5番24号 日本年金機構事業推進統括部管理・市区町村調整グループ 電話：03-6892-0747（内線2648） FAX：03-6892-8093 担当：西原

本日の年金セミナーに関するアンケート

アンケートにご協力をお願いします。
【該当番号に○印やコメントを記入してください。】

1. 学年をご記入ください

学年 _____ 年

2. セミナーの前と後の「年金」へのイメージはどうでしたか？

【セミナーを受ける前】

1. とても良い 2. まあ良い 3. どちらとも言えない 4. あまり良くない 5. 悪い

【セミナーを受けた後】

1. とても良い 2. まあ良い 3. どちらとも言えない 4. あまり良くない 5. 悪い

※ 上記2で【セミナーを受けた後】も「3. どちらとも言えない」「4. あまり良くない」「5. 悪い」を選択された方への質問です。

今回、セミナーを受けた後も年金のイメージが良くならなかった理由は何ですか？
以下から一つ選択してください。

1. 年金制度は複雑で難しいと感じたから 2. 自分に年金の必要性を感じられなかったから
3. 将来、自分が年金をもらえると思えなかったから
4. セミナーの内容に関心を得られなかったから 5. その他 ()

● セミナーについて

3. 説明時間はどうでしたか？

1. 長い 2. ちょうど良い 3. 短い

4. 資料の内容はどうでしたか？

1. とても分かりやすい 2. 分かりやすい 3. 普通 4. 少し分かりにくい 5. 分かりにくい

5. 講師の説明はどうでしたか？

1. とても分かりやすい 2. 分かりやすい 3. 普通 4. 少し分かりにくい 5. 分かりにくい



⇒ <裏面に続きます！>

仕様書

件 名	年金セミナーアンケート用紙（動画視聴型）
紙 質	上質四六判 70 kg相当 ※グリーン購入法に適合するものであること（入手が困難な場合を除く）。
用紙地色	白色
刷 色	両面プロセス4C刷
サ イ ズ	A4（210mm×297mm）両面 1 枚
製 本	製本しない。
梱 包	① 印刷した用紙は 100 枚ごとにクラフト紙で梱包すること。 ※梱包した外側 2 側面に印刷物の名称、数量、製造年月及び製造業者名を印刷（記載）するか、シールを貼付して表示すること。 ※使用する梱包資材については、グリーン購入法に適合するものであること（生産されていない場合は除く）。 ② ①で印刷、梱包した冊子、用紙を各配送先の希望数量に合わせて、段ボールへ箱詰めすること。 ③ 梱包した段ボールを各配送先へ送付すること。
数 量	69,000 枚
納 期	令和 7 年 10 月 16 日（木）
納入場所	【別添】（別紙 1）を参照。
そ の 他	<ul style="list-style-type: none"> ・作業の詳細については、【別添】（別紙 1）を参照すること。 ・印刷内容は、【見本】用紙④を参照すること。 ・納入場所への納入数量は【別添】（別紙 1）を参照すること。 ・正式な原稿は、業者決定後 3 営業日以内に電子媒体（PowerPoint）で提供する。 ・原稿の著作権については、日本年金機構に帰属することとする。 ・作業・保管場所では、データの漏洩、滅失がないよう入退室管理を適切に行うこと。 ・金額の積算にあたっては、本仕様書の内容に係る全ての経費（校正原稿作成、納品費用等）を見込むこと。 ・校正確認等のほか、本調達に係る問い合わせは、全て下記校正担当に行うこと。 ・配送先への搬送に使用する車両は、受託事業者の自社便または配送業者を使用することとし、それらに係る一切の費用は、受託事業者が負担することとする。

	と。また、搬送にあたっては、搬送物の水漏れや落下物等による破損、盗難及び紛失等による情報漏えいを防止するための所要の措置を講ずること。
校正担当	〒168-8505 東京都杉並区高井戸西3丁目5番24号 日本年金機構事業推進統括部管理・市区町村調整グループ 電話：03-6892-0747（内線2648） FAX：03-6892-8093 担当：西原

本日の年金セミナーに関するアンケート

アンケートにご協力をお願いします。
【該当番号に○印やコメントを記入してください。】

1. 学年をご記入ください

学年 _____ 年

2. セミナーの前と後の「年金」へのイメージはどうでしたか？

【セミナーを受ける前】

1. とても良い 2. まあ良い 3. どちらとも言えない 4. あまり良くない 5. 悪い

【セミナーを受けた後】

1. とても良い 2. まあ良い 3. どちらとも言えない 4. あまり良くない 5. 悪い

※ 上記2で【セミナーを受けた後】も「3. どちらとも言えない」「4. あまり良くない」「5. 悪い」を選択された方への質問です。

今回、セミナーを受けた後も年金のイメージが良くならなかった理由は何ですか？
以下から一つ選択してください。

1. 年金制度は複雑で難しいと感じたから 2. 自分に年金の必要性を感じられなかったから
3. 将来、自分が年金をもらえると思えなかったから
4. セミナーの内容に関心を得られなかったから 5. その他 ()

● セミナーについて

3. 説明時間はどうでしたか？

1. 長い 2. ちょうど良い 3. 短い

4. 資料の内容はどうでしたか？

1. とても分かりやすい 2. 分かりやすい 3. 普通 4. 少し分かりにくい 5. 分かりにくい

5. 動画の説明はどうでしたか？

1. とても分かりやすい 2. 分かりやすい 3. 普通 4. 少し分かりにくい 5. 分かりにくい



⇒ <裏面に続きます！>

仕様書

件 名	公的年金制度普及・啓発動画のご案内
紙 質	上質四六判 70 kg相当 ※グリーン購入法に適合するものであること（入手が困難な場合を除く）。
用紙地色	白色
刷 色	両面プロセス4C刷
サ イ ズ	A4（210mm×297mm）両面 1 枚
製 本	製本しない。
梱 包	① 印刷した用紙はそれぞれ 100 枚ごとにクラフト紙で梱包すること。 ※梱包した外側 2 側面に印刷物の名称、数量、製造年月及び製造業者名を印刷（記載）するか、シールを貼付して表示すること。 ※使用する梱包資材については、グリーン購入法に適合するものであること（生産されていない場合は除く）。 ② ①で印刷、梱包した冊子、用紙を各配送先の希望数量に合わせて、段ボールへ箱詰めすること。 ③ 梱包した段ボールを各配送先へ送付すること。
数 量	81,250 枚
納 期	令和 7 年 10 月 16 日（木）
納入場所	【別添】（別紙 1）を参照。
そ の 他	<ul style="list-style-type: none"> ・作業の詳細については、【別添】（別紙 1）を参照すること。 ・印刷内容は、【見本】用紙⑤を参照すること。 ・納入場所への納入数量は【別添】（別紙 1）を参照すること。 ・正式な原稿は、業者決定後 3 営業日以内に電子媒体（PowerPoint）で提供する。 ・原稿の著作権については、日本年金機構に帰属することとする。 ・作業・保管場所では、データの漏洩、滅失がないよう入退室管理を適切に行うこと。 ・金額の積算にあたっては、本仕様書の内容に係る全ての経費（校正原稿作成、納品費用等）を見込むこと。 ・校正確認等のほか、本調達に係る問い合わせは、全て下記校正担当に行うこと。 ・配送先への搬送に使用する車両は、受託事業者の自社便または配送業者を使用することとし、それらに係る一切の費用は、受託事業者が負担することとする。

	と。また、搬送にあたっては、搬送物の水漏れや落下物等による破損、盗難及び紛失等による情報漏えいを防止するための所要の措置を講ずること。
校正担当	〒168-8505 東京都杉並区高井戸西3丁目5番24号 日本年金機構事業推進統括部管理・市区町村調整グループ 電話：03-6892-0747（内線2648） FAX：03-6892-8093 担当：西原

公的年金制度普及・啓発動画のご案内

厚生労働省・日本年金機構では、将来の被保険者・受給権者である若年層に対する適切な年金知識の提供と理解を促進することを目的として、公的年金制度の周知用動画を作成しています。

日本年金機構ホームページには、それぞれの動画のページを設置しておりますので、ぜひご覧ください。

〈動画の視聴方法について〉

① パソコンの場合

日本年金機構のホームページよりご視聴ください。

年金について学ぼう



<https://www.nenkin.go.jp/service/learn/index.html>

② スマートフォンの場合

このチラシに掲載されている二次元コードを読み取り、ご視聴ください。

(左記の日本年金機構ホームページからもご視聴いただけます。)

知っておきたい年金のはなし

日本の公的年金制度は、老後の暮らしをはじめ、事故や病気などで障害を負ったときや、一家の働き手が亡くなったときに、みんなで支え合うという社会保険の考え方で作られた仕組みです。公的年金制度について、知っておいていただきたい内容を動画にしました。

<https://www.nenkin.go.jp/tokusetsu/shitteokitai.html>



公的年金はみんなの強い味方 全3話 (16分11秒)

公的年金制度のメリット、国民年金保険料の納付方法や免除・猶予制度について、わかりやすく説明した全3話のアニメーション動画です。動画でわかりやすく伝えることで、年金を身近に感じて、制度の理解を深めていただくことを目的としています。

<https://www.nenkin.go.jp/tokusetsu/koutekinenkin.html>



日本年金機構
Japan Pension Service

国民年金ってホントに必要なの！講座（9分51秒）

公的年金制度を「桃太郎」に例えながら、国民年金の仕組みや役割、大切さをわかりやすく解説するアニメーション動画です。

学生の方から大人の方まで、幅広い世代の方にご覧いただける内容です。

<https://www.nenkin.go.jp/tokusetsu/kokumin.html>



20歳になったら国民年金

20歳を迎えられた方向けに、国民年金制度の内容やメリット等をご案内する全4本の動画です。

<https://www.nenkin.go.jp/tokusetsu/hatachi.html>



QuizKnockによる年金クイズ動画

厚生労働省とQuizKnockが年金について学べる動画を作成しました。

年金の種類、物価の変動に関する問題等、年金についてクイズ方式で楽しく学ぶことができます。

<https://www.nenkin.go.jp/tokusetsu/quiz.html>



わたしと年金エッセイ

「わたしと年金」エッセイの受賞作品をアニメーション化し、日本年金機構ホームページに掲載しています。年金について学生の方や現役世代の方の体験談のエッセイを動画としていますので、ぜひご覧ください。

<https://www.nenkin.go.jp/tokusetsu/animation.html>



仕様書

件 名	知っておきたい年金のはなし（外国語動画）のご案内
紙 質	上質四六判 70 kg相当 ※グリーン購入法に適合するものであること（入手が困難な場合を除く）。
用紙地色	白色
刷 色	片面プロセス4C刷
サ イ ズ	A4（210mm×297mm）片面 1 枚
製 本	製本しない。
梱 包	① 印刷した用紙はそれぞれ 100 枚ごとにクラフト紙で梱包すること。 ※梱包した外側 2 側面に印刷物の名称、数量、製造年月及び製造業者名を印刷（記載）するか、シールを貼付して表示すること。 ※使用する梱包資材については、グリーン購入法に適合するものであること（生産されていない場合は除く）。 ② ①で印刷、梱包した冊子、用紙を各配送先の希望数量に合わせて、段ボールへ箱詰めすること。 ③ 梱包した段ボールを各配送先へ送付すること。
数 量	47,050 枚
納 期	令和 7 年 10 月 16 日（木）
納入場所	【別添】（別紙 1）を参照。
そ の 他	<ul style="list-style-type: none"> ・作業の詳細については、【別添】（別紙 1）を参照すること。 ・印刷内容は、【見本】用紙⑥を参照すること。 ・納入場所への納入数量は【別添】（別紙 1）を参照すること。 ・正式な原稿は、業者決定後 3 営業日以内に電子媒体（PowerPoint）で提供する。 ・原稿の著作権については、日本年金機構に帰属することとする。 ・作業・保管場所では、データの漏洩、滅失がないよう入退室管理を適切に行うこと。 ・金額の積算にあたっては、本仕様書の内容に係る全ての経費（校正原稿作成、納品費用等）を見込むこと。 ・校正確認等のほか、本調達に係る問い合わせは、全て下記校正担当に行うこと。 ・配送先への搬送に使用する車両は、受託事業者の自社便または配送業者を使用することとし、それらに係る一切の費用は、受託事業者が負担することとする。

	と。また、搬送にあたっては、搬送物の水漏れや落下物等による破損、盗難及び紛失等による情報漏えいを防止するための所要の措置を講ずること。
校正担当	〒168-8505 東京都杉並区高井戸西3丁目5番24号 日本年金機構事業推進統括部管理・市区町村調整グループ 電話：03-6892-0747（内線2648） FAX：03-6892-8093 担当：西原

知っておきたい年金のはなし（外国語動画）のご案内

日本年金機構では、公的年金制度のわかりやすい情報提供の取り組みの一環として、制度周知用動画を作成しています。

外国人の方向けに公的年金制度について知っておいていただきたい内容を動画にしました。ぜひご覧ください。

〈動画の視聴方法について〉

① パソコンの場合

日本年金機構のホームページよりご視聴ください。

年金について学ぼう



<https://www.nenkin.go.jp/service/learn/index.html>

② スマートフォンの場合

このチラシに掲載されている二次元コードを読み取り、ご視聴ください。

(左記の日本年金機構ホームページからもご視聴いただけます。)

知っておきたい年金のはなし（外国語動画）

外国人の方向けに、公的年金制度の仕組みや必要な年金加入手続きについて説明した外国語動画です。
(英語、中国語、韓国語、ポルトガル語、ベトナム語、タガログ語)



<https://www.nenkin.go.jp/tokusetsu/gaikokugodoga.html>

英語/English(16分39秒)



ポルトガル語/Português (17分49秒)



中国語/中文 (12分45秒)



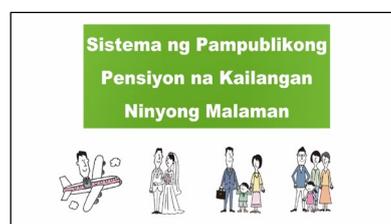
ベトナム語/Tiếng Việt (11分31秒)



韓国語/한국어 (13分15秒)



タガログ語/ Wikang tagalog (15分50秒)



作業実施要領

1 作業手順

受託事業者は、以下の（１）～（３）の手順で、封入物の印刷から配送までを行うこと。

（１）配送先、封入物データの提供

契約締結後、機構本部にて配送先及び封入物データを電子データにて受渡しを行う。

[留意事項]

- ・当該電子データについては、受託事業者の責任において厳重に保管・管理すること。
- ・特に電子データ内の配送先データは厳重に保管、管理すること。
- ・配送先及び配送数量データはエクセル、印刷物データについては PowerPoint にて提供する。
- ・USB については、データの取り込みが完了次第、機構へ返却すること。
- ・当該 USB を第三者へ受渡すことを禁止する。

（２）印刷物の印刷・封入（梱包）

受託事業者は、機構より提供される各配送先への配送数量に基づき、各封入物の印刷を行い、梱包する。封入物は６種類。詳細は以下の通り。

冊子①：年金セミナー説明用資料「知っておきたい年金のはなし」（講義型）：40 ページ

冊子②：年金セミナー説明用資料「知っておきたい年金のはなし」（参加型）：60 ページ

用紙③：年金セミナーアンケート用紙（対面型・非対面型 兼用）両面 1 枚

用紙④：年金セミナーアンケート用紙（動画視聴型）両面 1 枚

用紙⑤：公的年金制度普及・啓発動画のご案内 両面 1 枚

用紙⑥：知っておきたい年金のはなし（外国語動画）のご案内 片面 1 枚

それぞれ 100 部を 1 セットとする。

【別添】（別紙 1）に各納入先への納入数量が記載されているため、データに基づき封入物を仕分け、段ボールで梱包を行う。

各納入先の配送伝票を段ボールに貼付すること。

[留意事項]

- ・ 1 ページに対する印刷紙面の大きさは、A 4 サイズとする。
- ・ 両面カラー印刷とする（⑥以外）。
- ・ 印刷に使用する紙は、上質四六判 70 kg 相当とする。

（３）受託事業者から各納入先へ【別添】（別紙 1）に基づき、配送すること。なお、印刷から配送までの期間については、受託事業者の用意する倉庫で保管すること。保管・配送にかかる留意事項はそれぞれ以下の通り。

[保管]

- ・ 施錠可能な倉庫を使用し、水漏れや落下等による破損、盗難及び紛失等による情報漏えいを防止するための所要の措置を講ずること（対象物品の保管場所は受託事業者が用意し、費用が発生する場合は受託事業者にて負担すること）

と)。

[配送]

- ・ 運送にあたり伝票等の作成を要する場合には、日本年金機構の提示する配送先所在地を確認し、受託事業者にて作成すること。
- ・ 機構に対し事前に配送完了予定日を連絡すること。
- ・ 運送に使用する車両は、受託事業者の自社便（または運送業者）を使用し、対象物品の水漏れや落下等による破損、盗難及び紛失等による情報漏えいを防止するための所要の措置を講ずること。また、それらに係る一切の費用は、受託事業者が負担すること。
- ・ 安全運転を心掛け、交通規制を遵守すること。
- ・ 運送の担当者は、引受けおよび引渡しの際に身分証明書を提示すること。
- ・ 運送（納品先への到着）が完了した際は、業務完了報告書（【別添】別紙2）に、納品先より受領したことを証明する旨の受領書等（受託事業者にて作成のうえ納品先担当者へ提示し、受領印を受けること。または、納品先が受領したことがわかる伝票等の写し。なお、納品個数が確認できること。）を添えて、事業推進統括部に提出すること。

[共通事項]

- ・ 本業務に要する資材については、全て受託事業者が用意し、費用が発生する場合には受託事業者にて負担すること。

2 成果物及び請求書の提出

履行期限までに、機構へ以下のものを提出すること。

- ・ 業務完了報告書（【別添】（別紙2））
- ・ 請求書（検査合格後に速やかに提出）

納入場所・納入数量一覧

項番	事務所名	郵便番号	住所	電話番号	冊子①	冊子②	用紙③	用紙④	用紙⑤	用紙⑥
1	札幌東年金事務所	003-8530	北海道札幌市白石区菊水1条3丁目1-1	011-832-0830	800	100	900	200	300	200
2	札幌西年金事務所	060-8585	北海道札幌市中央区北3条西1丁目2-1	011-271-1051	500	0	500	0	0	0
3	札幌北年金事務所	001-8585	北海道札幌市北区北24条西6丁目2-12	011-717-8917	0	0	0	300	300	300
4	新さっぽろ年金事務所	004-8558	北海道札幌市厚別区厚別中央2条6-4-30	011-892-1631	800	200	800	200	500	500
5	函館年金事務所	040-8555	北海道函館市千代台町26-3	0138-31-9086	700	200	900	0	500	200
6	旭川年金事務所	070-8505	北海道旭川市宮下通2丁目1954-2	0166-25-5606	800	200	1,000	300	300	300
7	釧路年金事務所	085-8502	北海道釧路市栄町9丁目9-2	0154-25-1521	500	0	500	0	0	0
8	室蘭年金事務所	051-8585	北海道室蘭市海岸町1-20-9	0143-24-5061	300	0	500	100	100	100
9	苫小牧年金事務所	053-8588	北海道苫小牧市若草町2-1-14	0144-37-3500	400	0	400	200	200	100
10	小樽年金事務所	047-8666	北海道小樽市富岡1-9-6	0134-33-5026	500	0	500	200	200	400
11	北見年金事務所	090-8585	北海道北見市高砂町2-2-1	0157-25-8703	500	0	500	100	100	100
12	帯広年金事務所	080-8558	北海道帯広市西1条南1	0155-21-1511	1,000	200	1,200	300	500	300
13	稚内年金事務所	097-8510	北海道稚内市末広4-1-28	0162-33-7011	200	100	200	100	0	0
14	砂川年金事務所	073-0192	北海道砂川市西4条5丁目1-1	0125-52-3890	300	100	400	100	300	0
15	留萌年金事務所	077-8533	北海道留萌市大町3	0164-43-7211	200	100	300	0	0	0
16	青森年金事務所	030-8554	青森県青森市中央1-2-2-8日進青森ビル1・2階	017-734-7495	100	2,700	2,700	100	0	0
17	むつ年金事務所	035-0071	青森県むつ市小川町2-7-30	0175-22-4947	600	0	600	0	0	0
18	八戸年金事務所	031-8567	青森県八戸市城下4-10-20	0178-44-1742	200	3,500	3,500	200	4,200	1,000
19	弘前年金事務所	036-8538	青森県弘前市外崎5-2-6	0172-27-1339	100	1,600	1,600	0	0	0
20	盛岡年金事務所	020-8511	岩手県盛岡市松尾町17-13	019-623-6211	1,100	400	1,500	200	300	300
21	花巻年金事務所	025-8503	岩手県花巻市材木町8-8	0198-23-3351	600	200	300	100	1,000	100
22	二戸年金事務所	028-6196	岩手県二戸市福岡字川又18-16	0195-23-4111	300	0	400	0	0	0
23	一関年金事務所	021-8502	岩手県一関市五代町8-23	0191-23-4246	600	200	500	100	300	100
24	宮古年金事務所	027-8503	岩手県宮古市太田1-7-12	0193-62-1963	200	0	300	0	0	0
25	仙台東年金事務所	983-8558	宮城県仙台市宮城野区宮城野3-4-1	022-257-6111	100	100	2,000	0	0	0
26	仙台南年金事務所	982-8531	宮城県仙台市太白区長町南1-3-1	022-246-5111	200	600	800	0	0	0
27	大河原年金事務所	989-1245	宮城県柴田郡大河原町字新南18-3	0224-51-3111	200	200	400	0	0	0
28	仙台北年金事務所	980-8421	宮城県仙台市青葉区宮町4-3-21	022-224-0891	400	300	700	0	0	0
29	石巻年金事務所	986-8511	宮城県石巻市中里4-7-31	0225-22-5115	100	600	600	0	0	0
30	古川年金事務所	989-6195	宮城県大崎市古川駅南2-4-2	0229-23-1200	400	200	600	100	100	100
31	秋田年金事務所	010-8565	秋田県秋田市保戸野鉄砲町5-20	018-865-2392	800	0	1,000	0	0	100
32	鷹巣年金事務所	018-3312	秋田県北秋田市花園町18-1	0186-62-1490	400	100	500	100	0	0
33	大曲年金事務所	014-0027	秋田県大仙市大曲通町6-26	0187-63-2296	200	1,200	1,400	200	100	0
34	本荘年金事務所	015-8505	秋田県由利本荘市表尾崎町21-2	0184-24-1111	200	200	400	0	0	0
35	山形年金事務所	990-9515	山形県山形市あかねヶ丘1-10-1	023-645-5111	1,700	1,000	3,000	1,000	500	0
36	寒河江年金事務所	991-0003	山形県寒河江市大字西根字石川西345-1	0237-84-2551	100	0	100	0	0	0
37	新庄年金事務所	996-0001	山形県新庄市五日町字宮内225-2	0233-22-2050	200	0	200	0	0	0
38	鶴岡年金事務所	997-8501	山形県鶴岡市錦町21-12	0235-23-5040	400	500	900	300	0	0
39	米沢年金事務所	992-8511	山形県米沢市金池5-4-8	0238-22-4220	300	0	300	100	0	0
40	東北福島年金事務所	960-8567	福島県福島市北五老内町3-30	024-535-0141	500	0	700	500	500	100
41	平年金事務所	970-8501	福島県いわき市平字童子町3-21	0246-23-5611	400	0	400	0	0	0
42	相馬年金事務所	976-8510	福島県相馬市中村字桜ヶ丘69	0244-36-5172	100	100	100	100	0	0

項番	事務所名	郵便番号	住所	電話番号	冊子①	冊子②	用紙③	用紙④	用紙⑤	用紙⑥
43	郡山年金事務所	963-8545	福島県郡山市桑野1-3-7	024-932-3434	700	0	1,000	1,000	100	100
44	白河年金事務所	961-8533	福島県白河市郭内115-3	0248-27-4161	100	100	200	0	0	0
45	会津若松年金事務所	965-8516	福島県会津若松市追手町5-16	0242-27-5321	500	0	500	100	100	0
46	水戸南年金事務所	310-0817	茨城県水戸市柳町2-5-17	029-227-3278	0	1,800	1,800	0	0	0
47	水戸北年金事務所	310-0062	茨城県水戸市大町2-3-32	029-231-2283	1,000	2,000	3,000	300	300	1,000
48	土浦年金事務所	300-0823	土浦市小松1-3-33ハトリビル1階・2階	029-825-1170	1,200	1,400	2,600	400	500	500
49	下館年金事務所	308-8520	茨城県筑西市菅谷1720	0296-25-0829	100	1,100	1,100	0	0	0
50	日立年金事務所	317-0073	茨城県日立市幸町2-10-22	0294-24-2194	100	100	200	0	100	100
51	宇都宮東年金事務所	321-8501	栃木県宇都宮市元今泉6-6-13	028-683-3211	600	1,500	2,100	200	200	200
52	宇都宮西年金事務所	320-8555	栃木県宇都宮市下戸祭2-10-20	028-622-4281	2,100	0	2,100	0	0	0
53	大田原年金事務所	324-8540	栃木県大田原市本町1-2695-22	0287-22-6311	800	200	1,000	200	0	0
54	栃木年金事務所	328-8533	栃木県栃木市城内町1-2-12	0282-22-4131	1,100	100	1,200	200	1,100	100
55	今市年金事務所	321-1293	栃木県日光市中央町17-3	0288-88-0082	200	200	400	200	200	200
56	前橋年金事務所	371-0033	群馬県前橋市国領町2-19-12	027-231-1719	1,900	300	1,900	0	200	200
57	桐生年金事務所	376-0023	群馬県桐生市錦町2-11-19	0277-44-2311	1,900	0	1,900	0	0	0
58	高崎年金事務所	370-8567	群馬県高崎市栄町10-1	027-322-4299	1,000	0	1,000	400	2,000	0
59	渋川年金事務所	377-8588	群馬県渋川市石原143-7	0279-22-1614	400	0	400	100	0	0
60	太田年金事務所	373-8642	群馬県太田市小舞木町262	0276-49-3716	900	900	1,600	0	0	0
61	浦和年金事務所	330-8580	埼玉県さいたま市浦和区北浦和5-5-1	048-831-1638	2,200	800	2,900	400	200	400
62	大宮年金事務所	331-9577	埼玉県さいたま市北区宮原町4-19-9	048-652-3399	700	0	700	0	1,000	1,000
63	熊谷年金事務所	360-8585	埼玉県熊谷市桜木町1-93	048-522-5012	1,200	0	1,200	0	0	0
64	川越年金事務所	350-1196	埼玉県川越市脇田本町8-1U_PLACE5階	049-242-2657	100	0	3,000	0	0	0
65	所沢年金事務所	359-8505	埼玉県所沢市上安松1152-1	04-2998-0170	1,000	1,000	2,000	1,000	2,000	2,000
66	春日部年金事務所	344-8561	埼玉県春日部市中央1-52-1春日部セントラルビル4・6階	048-737-7112	800	1,000	1,800	500	1,000	1,000
67	越谷年金事務所	343-8585	埼玉県越谷市弥生町16-1越谷ツインシティ Bシティ3階	048-960-1190	300	0	1,000	0	0	0
68	秩父年金事務所	368-8585	埼玉県秩父市上野町13-28	0494-27-6560	300	200	500	200	200	0
69	新潟東年金事務所	950-8552	新潟県新潟市中央区新光町1-16	025-283-1013	700	0	700	0	0	0
70	新潟西年金事務所	951-8558	新潟県新潟市中央区西大畑町5191-15	025-225-3008	900	500	1,400	0	200	0
71	長岡年金事務所	940-8540	新潟県長岡市台町2-9-17	0258-88-0006	200	0	200	0	500	500
72	上越年金事務所	943-8534	新潟県上越市西城町3-11-19	025-524-4113	800	200	1,000	0	500	500
73	柏崎年金事務所	945-8534	新潟県柏崎市幸町3-28	0257-38-0568	600	200	800	100	100	100
74	三条年金事務所	955-8575	新潟県三条市興野3-2-3	0256-32-2820	500	0	500	0	0	0
75	新発田年金事務所	957-8540	新潟県新発田市新富町1-1-24	0254-23-2128	200	100	300	0	0	0
76	六日町年金事務所	949-6692	新潟県南魚沼市六日町字北沖93-17	025-716-0008	400	100	500	100	0	0
77	長野南年金事務所	380-8677	長野県長野市岡田町126-10	026-227-1284	100	1,000	1,900	100	1,000	0
78	岡谷年金事務所	394-8665	長野県岡谷市中央町1-8-7	0266-23-3661	400	0	400	0	0	0
79	伊那年年金事務所	396-8601	長野県伊那市山寺1499-3	0265-76-2301	300	500	500	0	0	100
80	飯田年金事務所	395-8655	長野県飯田市宮の前4381-3	0265-22-3641	500	300	800	0	0	0
81	松本年金事務所	390-8702	長野県松本市鎌田2-8-37	0263-25-8100	600	0	1,000	0	0	0
82	小諸年金事務所	384-8605	長野県小諸市田町2-3-5	0267-22-1080	1,000	0	1,000	0	0	0
83	千葉年金事務所	260-8503	千葉県千葉市中央区中央港1-17-1	043-242-6320	2,800	0	2,800	0	0	0
84	幕張年金事務所	262-8501	千葉県千葉市花見川区幕張本郷1-4-20	043-212-8621	0	0	2,000	0	0	0
85	船橋年金事務所	273-8577	千葉県船橋市市場4-16-1	047-424-8811	1,700	0	1,700	0	0	0

項番	事務所名	郵便番号	住所	電話番号	冊子①	冊子②	用紙③	用紙④	用紙⑤	用紙⑥
86	市川年金事務所	272-8577	千葉県市川市市川1-3-18 京成市川ビル3階	047-704-1177	0	0	1,500	0	0	0
87	松戸年金事務所	270-8577	千葉県松戸市新松戸1-3-35-2	047-345-5517	100	0	2,000	0	0	0
88	木更津年金事務所	292-8530	千葉県木更津市新田3-4-31	0438-23-7616	0	0	0	0	200	200
89	佐原年金事務所	287-8585	千葉県香取市佐原口2-1-16-1 (※口はカタカナ)	0478-54-1442	100	0	900	0	0	0
90	千代田年金事務所	102-8337	東京都千代田区三番町2-2	03-3265-4381	200	200	400	100	0	200
91	中央年金事務所	104-8175	東京都中央区明石町8-1 聖路加タワー1階・16階	03-3543-1411	100	200	300	0	200	400
92	港年金事務所	105-8513	東京都港区浜松町1-10-14 住友東新橋ビル3号館	03-5401-3211	300	300	800	0	200	400
93	新宿年金事務所	160-8601	東京都新宿区新宿5-9-2 MipLa新宿五丁目ビル(3階～8階)	03-3354-5048	500	500	500	100	100	100
94	杉並年金事務所	166-8550	東京都杉並区高円寺南2-5-4-9	03-3312-1511	500	600	500	1,100	1,100	1,000
95	中野年金事務所	164-8656	東京都中野区中野2-4-25	03-3380-6111	1,200	400	1,600	0	200	100
96	上野年金事務所	110-8660	東京都台東区池之端1-2-18 NDK池之端ビル	03-3824-2511	300	300	600	200	700	500
97	文京年金事務所	112-8617	東京都文京区千石1-6-15	03-3945-1141	500	200	700	300	100	500
98	墨田年金事務所	130-8586	東京都墨田区立川3-8-12	03-3631-3111	300	300	600	300	100	100
99	江東年金事務所	136-8525	東京都江東区亀戸5-1-6-9	03-3683-1231	300	100	500	500	100	100
100	江戸川年金事務所	132-8502	東京都江戸川区中央3-4-24	03-3652-5106	1,300	600	1,700	100	100	100
101	品川年金事務所	141-8572	東京都品川区大崎5-1-5 高德ビル2階	03-3494-7831	500	0	500	0	0	0
102	大田年金事務所	144-8530	東京都大田区南蒲田2-1-6-1 テクノポートカマタセンタービル3階	03-3733-4141	600	200	800	200	0	0
103	渋谷年金事務所	150-8334	東京都渋谷区神南1-1-2-1	03-3462-1241	0	100	100	0	0	0
104	目黒年金事務所	153-8905	東京都目黒区上目黒1-1-2-4	03-3770-6421	100	0	100	0	0	0
105	世田谷年金事務所	154-8512	東京都世田谷区世田谷1-3-0-12	03-6844-3871	800	300	1,100	0	0	0
106	池袋年金事務所	171-8567	東京都豊島区南池袋1-10-13 荒井ビル3・4階	03-3988-6011	500	0	500	400	400	300
107	北年金事務所	114-8567	東京都北区上十条1-1-10	03-3905-1011	200	600	800	100	100	100
108	板橋年金事務所	173-8608	東京都板橋区板橋1-4-7-4	03-3962-1481	1,000	200	1,200	200	100	100
109	練馬年金事務所	177-8510	東京都練馬区石神井町4-2-7-37	03-3904-5491	500	100	600	100	100	200
110	足立年金事務所	120-8580	東京都足立区綾瀬2-1-7-9	03-3604-0111	700	300	1,000	0	0	0
111	荒川年金事務所	116-8904	東京都荒川区東尾久5-1-1-6	03-3800-9151	400	0	400	0	0	0
112	葛飾年金事務所	124-8512	東京都葛飾区立石3-7-3	03-3695-2181	200	800	1,000	0	0	0
113	立川年金事務所	190-8580	東京都立川市錦町2-1-2-10	042-523-0352	500	500	1,000	200	500	100
114	青梅年金事務所	198-8525	東京都青梅市新町3-3-1 宇源ビル3・4階	0428-30-3410	100	0	400	0	1,200	0
115	八王子年金事務所	192-8506	東京都八王子市南新町4-1	042-626-3511	1,200	0	1,200	0	0	0
116	武蔵野年金事務所	180-8621	東京都武蔵野市吉祥寺北町4-1-2-18	0422-56-1411	500	300	800	600	800	300
117	府中年金事務所	183-8505	東京都府中市府中町2-1-2-2	042-361-1011	400	100	400	400	300	200
118	鶴見年金事務所	230-8555	神奈川県横浜市鶴見区鶴見中央4-3-3-5 TG鶴見ビル2・4階	045-521-2641	700	0	700	0	0	0
119	港北年金事務所	222-8555	神奈川県横浜市港北区大豆戸町5-1-5	045-546-8888	100	0	300	0	0	0
120	横浜中年金事務所	220-0012	神奈川県横浜市西区みなとみらい3-3-1 KDX横浜みなとみらいタワー6階	045-641-7501	1,500	500	1,500	500	500	500
121	横浜西年金事務所	244-8580	神奈川県横浜市戸塚区川上町8-7-1 ウェルストーン1ビル2階	045-820-6655	500	0	1,000	1,000	6,000	3,000
122	横浜南年金事務所	232-8585	神奈川県横浜市南区宿町2-5-1	045-742-5511	0	0	800	0	0	0
123	川崎年金事務所	210-8510	神奈川県川崎市川崎区宮前町1-2-1-7	044-233-0181	500	500	500	500	500	500
124	高津年金事務所	213-8567	神奈川県川崎市高津区久本1-3-2	044-888-0111	200	100	300	0	0	0
125	平塚年金事務所	254-8563	神奈川県平塚市八重咲町8-2	0463-22-1515	400	0	400	400	100	0
126	厚木年金事務所	243-8688	神奈川県厚木市栄町1-1-0-3	046-223-7171	1,200	300	1,500	0	100	100
127	相模原年金事務所	252-0388	神奈川県相模原市南区相模大野6-6-6	042-745-8101	100	0	1,000	0	100	100
128	小田原年金事務所	250-8585	神奈川県小田原市浜町1-1-4-7	0465-22-1391	500	300	800	0	0	0

項番	事務所名	郵便番号	住所	電話番号	冊子①	冊子②	用紙③	用紙④	用紙⑤	用紙⑥
129	横須賀年金事務所	238-8555	神奈川県横須賀市米が浜通1-4 F l o s 横須賀	046-827-1251	200	100	300	0	0	0
130	藤沢年金事務所	251-8586	神奈川県藤沢市藤沢1018	0466-50-1151	700	0	700	0	0	0
131	甲府年金事務所	400-8565	山梨県甲府市塩部1-3-12	055-252-1431	1,300	0	1,300	0	0	0
132	竜王年金事務所	400-0195	山梨県甲斐市名取347-3	055-278-1100	100	1,600	0	0	0	0
133	大月年金事務所	401-8501	山梨県大月市大月町花咲1602-1	0554-22-3811	1,200	0	1,200	0	100	0
134	富山年金事務所	930-8571	富山県富山市牛島新町7-1	076-441-3926	1,400	600	2,000	800	1,000	500
135	高岡年金事務所	933-8585	富山県高岡市中川園町11-20	0766-21-4180	700	0	700	700	200	100
136	魚津年金事務所	937-8503	富山県魚津市本江1683-7	0765-24-5153	400	0	400	400	400	0
137	砺波年金事務所	939-1397	富山県砺波市豊町2-2-12	0763-33-1725	200	0	200	0	0	0
138	金沢南年金事務所	921-8516	石川県金沢市泉が丘2-1-18	076-245-2311	400	200	400	500	100	100
139	金沢北年金事務所	920-8691	石川県金沢市三社町1-43	076-233-2021	500	0	500	800	100	100
140	小松年金事務所	923-8585	石川県小松市小馬出町3-1	0761-24-1791	0	0	500	500	0	0
141	七尾年金事務所	926-8511	石川県七尾市藤橋町西部22-3	0767-53-6511	200	200	200	200	0	0
142	岐阜南年金事務所	500-8381	岐阜県岐阜市市橋2-1-15	058-273-6161	700	0	700	0	0	0
143	岐阜北年金事務所	502-8502	岐阜県岐阜市大福町3-10-1	058-294-6364	1,200	0	1,200	300	1,000	0
144	多治見年金事務所	507-8709	岐阜県多治見市小田町4-8-3	0572-22-0255	700	100	800	100	100	500
145	大垣年金事務所	503-8555	岐阜県大垣市八島町114-2	0584-78-5166	1,100	0	2,600	0	0	0
146	美濃加茂年金事務所	505-8601	岐阜県美濃加茂市太田町2910-9	0574-25-8181	700	0	700	100	0	100
147	高山年金事務所	506-8501	岐阜県高山市花岡町3-6-12	0577-32-6111	600	300	900	0	0	0
148	静岡年金事務所	422-8668	静岡県静岡市駿河区中田2-7-5	054-203-3707	1,000	1,000	2,000	200	200	200
149	清水年金事務所	424-8691	静岡県静岡市清水区巴町4-1	054-353-2233	600	0	600	200	0	0
150	浜松東年金事務所	435-0013	静岡県浜松市中央区天龍川町188	053-421-0192	700	0	700	0	0	0
151	浜松西年金事務所	432-8015	静岡県浜松市中央区高町302-1	053-456-8511	1,000	0	1,000	0	0	0
152	沼津年金事務所	410-0032	静岡県沼津市日の出町1-40	055-921-2201	1,300	200	1,500	500	1,500	500
153	三島年金事務所	411-8660	静岡県三島市寿町9-44	055-973-1166	700	0	700	0	0	0
154	島田年金事務所	427-8666	静岡県島田市柳町1-1	0547-36-2211	600	0	1,000	1,000	200	200
155	掛川年金事務所	436-8653	静岡県掛川市久保1-19-8	0537-21-5524	700	100	700	0	500	0
156	富士年金事務所	416-8654	静岡県富士市横割3-5-33	0545-61-1900	700	0	700	100	100	100
157	大曾根年金事務所	461-8685	愛知県名古屋市東区東大曾根町28-1	052-935-3344	700	600	1,300	200	500	2,000
158	中村年金事務所	453-8653	愛知県名古屋市中村区太閤1-19-46	052-453-7200	500	500	500	500	500	500
159	鶴舞年金事務所	460-0014	愛知県名古屋市中区富士見町2-13	052-323-2553	500	100	600	0	100	100
160	熱田年金事務所	456-8567	愛知県名古屋市熱田区伝馬2-3-19	052-671-7263	1,300	100	1,400	1,300	0	0
161	笠寺年金事務所	457-8605	愛知県名古屋市南区柵下町3-21	052-822-2512	500	0	500	0	0	0
162	昭和年金事務所	466-8567	愛知県名古屋市昭和区桜山町5-99-6 桜山駅前ビル	052-853-1463	400	300	300	200	200	200
163	名古屋西年金事務所	451-8558	愛知県名古屋市中区城西1-6-16	052-524-6855	700	100	800	0	300	300
164	名古屋北年金事務所	462-8666	愛知県名古屋市中区清水5-6-25	052-912-1213	1,200	100	1,500	0	300	300
165	豊橋年金事務所	441-8603	愛知県豊橋市菰口町3-96	0532-33-4111	200	0	200	0	0	0
166	岡崎年金事務所	444-8607	愛知県岡崎市朝日町3-9	0564-23-2637	500	200	700	100	100	100
167	一宮年金事務所	491-8503	愛知県一宮市新生4-7-13	0586-45-1418	1,000	100	1,200	100	0	100
168	瀬戸年金事務所	489-8686	愛知県瀬戸市共栄通4-6	0561-83-2412	1,000	200	700	0	0	0
169	半田年金事務所	475-8601	愛知県半田市西新町1-1	0569-21-2375	500	0	500	100	50	50
170	豊川年金事務所	442-8605	愛知県豊川市金屋町32	0533-89-4042	600	0	600	300	100	100
171	刈谷年金事務所	448-8662	愛知県刈谷市寿町1-401	0566-21-2110	400	0	700	0	0	0

項番	事務所名	郵便番号	住所	電話番号	冊子①	冊子②	用紙③	用紙④	用紙⑤	用紙⑥
172	豊田年金事務所	471-8602	愛知県豊田市神明町3-3-2	0565-33-1123	600	0	600	0	0	0
173	津年金事務所	514-8522	三重県津市桜橋3-4-6-33	059-228-9112	700	1,300	2,000	300	0	0
174	四日市年金事務所	510-8543	三重県四日市市十七軒町17-23	059-353-5515	500	1,500	2,600	200	100	100
175	松阪年金事務所	515-8973	三重県松阪市宮町17-3	0598-51-5115	400	400	800	400	100	100
176	伊勢年金事務所	516-8522	三重県伊勢市宮後3-5-33	0596-27-3601	400	0	400	200	0	0
177	尾鷲年金事務所	519-3692	三重県尾鷲市林町2-23	0597-22-2340	500	500	500	200	100	200
178	福井年金事務所	910-8506	福井県福井市手寄2-1-34	0776-23-4518	100	0	100	0	0	0
179	武生年金事務所	915-0883	福井県越前市新町5-2-11	0778-23-1126	450	0	450	100	100	500
180	敦賀年金事務所	914-8580	福井県敦賀市東洋町5-54	0770-23-9904	200	0	400	0	0	0
181	大津年金事務所	520-0806	滋賀県大津市打出浜13-5	077-521-1126	500	500	1,000	0	100	100
182	草津年金事務所	525-0025	滋賀県草津市西渋川1-16-35	077-567-2262	500	300	800	300	100	100
183	彦根年金事務所	522-8540	滋賀県彦根市外町169-6	0749-23-1112	600	0	600	100	100	100
184	上京年金事務所	603-8522	京都府京都市北区小山西花池町1-1 サンシャインビル2・3階	075-415-1165	600	300	900	300	100	100
185	舞鶴年金事務所	624-8555	京都府舞鶴市南田辺50-8	0773-78-1165	300	200	500	200	100	100
186	中京年金事務所	604-0902	京都府京都市中京区土手町通竹屋町下ル銚田町287	075-251-1165	500	100	600	100	200	0
187	下京年金事務所	600-8154	京都府京都市下京区間之町通下珠数屋町上ル榎木町308	075-341-1165	500	100	600	100	100	100
188	京都南年金事務所	612-8558	京都府京都市伏見区竹田七瀬川町8-1	075-644-1165	1,500	100	1,600	500	100	500
189	京都西年金事務所	615-8511	京都府京都市右京区西京極南大入町81	075-323-1170	700	100	800	300	100	100
190	天満年金事務所	530-0041	大阪府大阪市北区天神橋4-1-15	06-6356-5511	300	0	300	0	200	200
191	福島年金事務所	553-8585	大阪府大阪市福島区福島8-12-6	06-6458-1855	400	400	400	200	200	100
192	大手前年金事務所	541-0053	大阪府中央区本町4-3-9本町サンケイビル10・11階	06-6271-7301	400	0	400	100	100	0
193	堀江年金事務所	550-0014	大阪府大阪市西区北堀江3-10-1	06-6531-5241	300	100	400	300	100	100
194	市岡年金事務所	552-0003	大阪府大阪市港区磯路3-25-17	06-6571-5031	300	0	300	0	0	0
195	天王寺年金事務所	543-8588	大阪府大阪市天王寺区悲田院町7-6	06-6772-7531	500	100	600	500	500	2,000
196	平野年金事務所	547-8588	大阪府大阪市平野区喜連西6-2-78	06-6705-0331	300	100	400	200	100	100
197	難波年金事務所	556-8585	大阪府大阪市浪速区敷津東1-6-16	06-6633-1231	100	0	100	0	0	0
198	玉出年金事務所	559-8560	大阪府大阪市住之江区新北島1-2-1 オスカードリーム4階	06-6682-3311	200	0	200	0	0	0
199	淀川年金事務所	532-8540	大阪府大阪市淀川区西中島4-1-1 日清食品ビル2・3階	06-6305-1881	500	500	1,000	1,000	1,000	1,000
200	今里年金事務所	537-0014	大阪府大阪市東成区大今里西2-1-8	06-6972-0161	300	0	300	0	0	100
201	城東年金事務所	536-8511	大阪府大阪市城東区中央1-8-19	06-6932-1161	400	200	600	100	0	0
202	貝塚年金事務所	597-8686	大阪府貝塚市海塚二丁目8番3号	072-431-1122	800	100	900	100	0	0
203	堺東年金事務所	590-0078	大阪府堺市堺区南瓦町2-23	072-238-5101	200	0	200	0	0	0
204	堺西年金事務所	592-8333	大阪府堺市西区浜寺石津町西4-2-18	072-243-7900	200	100	300	100	2,500	0
205	東大阪年金事務所	577-8554	大阪府東大阪市永和1-15-14	06-6722-6001	400	100	500	100	100	100
206	八尾年金事務所	581-8501	大阪府八尾市桜ヶ丘1-65	072-996-7711	800	0	800	500	100	100
207	吹田年金事務所	564-8564	大阪府吹田市片山町2-1-18	06-6821-2401	1,100	300	1,400	500	100	100
208	豊中年年金事務所	560-8560	大阪府豊中市岡上の町4-3-40	06-6848-6831	1,000	100	1,100	100	100	100
209	守口年金事務所	570-0083	大阪府守口市京阪本通2-5-5 守口市役所内7階	06-6992-3031	300	100	200	200	200	200
210	枚方年金事務所	573-1191	大阪府枚方市新町2-2-8	072-846-5011	500	100	600	100	500	100
211	三宮年金事務所	650-0033	兵庫県神戸市中央区江戸町93栄光ビル3・4階	078-332-5793	300	0	300	0	0	0
212	須磨年金事務所	654-0047	兵庫県神戸市須磨区磯馴町4-2-12	078-731-4797	1,000	100	1,100	200	100	100
213	東灘年金事務所	658-0053	兵庫県神戸市東灘区住吉宮町1-11-17	078-811-8475	700	1,000	1,700	0	0	0
214	兵庫年金事務所	652-0898	兵庫県神戸市兵庫区駅前通1-3-1	078-577-0294	300	200	500	200	200	200

項番	事務所名	郵便番号	住所	電話番号	冊子①	冊子②	用紙③	用紙④	用紙⑤	用紙⑥
215	姫路年金事務所	670-0947	兵庫県姫路市北条1-250	079-224-6382	200	200	1,700	1,500	1,500	100
216	尼崎年金事務所	660-0892	兵庫県尼崎市東難波町2-17-55	06-6482-4591	600	300	900	500	500	500
217	明石年金事務所	673-8512	兵庫県明石市鷹匠町12-12	078-912-4983	700	300	700	300	100	100
218	西宮年金事務所	663-8567	兵庫県西宮市津門大塚町8-26	0798-33-2944	700	0	700	200	2,000	0
219	豊岡年金事務所	668-0021	兵庫県豊岡市泉町4-20	0796-22-0948	500	100	600	100	100	100
220	加古川年金事務所	675-0031	兵庫県加古川市加古川町北在家2602	079-427-4740	400	0	1,000	100	200	100
221	奈良年金事務所	630-8512	奈良県奈良市芝辻町4-9-4	0742-35-1371	1,000	200	1,200	500	1,200	500
222	大和高田年金事務所	635-8531	奈良県大和高田市幸町5-11	0745-22-3531	1,500	500	1,000	1,500	100	0
223	桜井年金事務所	633-8501	奈良県桜井市大字谷88-1	0744-42-0033	800	200	1,000	500	300	0
224	和歌山東年金事務所	640-8541	和歌山県和歌山市太田3-3-9	073-474-1841	1,000	500	1,500	300	300	200
225	和歌山西年金事務所	641-0035	和歌山県和歌山市関戸2-1-43	073-447-1660	700	300	1,000	300	0	0
226	田辺年金事務所	646-8555	和歌山県田辺市朝日ヶ丘24-8	0739-24-0432	1,000	100	1,100	100	100	100
227	鳥取年金事務所	680-0846	鳥取県鳥取市扇町176	0857-27-8311	100	0	500	0	0	100
228	倉吉年金事務所	682-0023	鳥取県倉吉市山根619-1	0858-26-5311	500	0	500	100	0	0
229	米子年金事務所	683-0805	鳥取県米子市西福原2-1-34	0859-34-6111	0	0	1,600	0	0	0
230	松江年金事務所	690-8511	鳥根県松江市東朝日町107	0852-23-9540	600	200	600	300	1,000	500
231	出雲年金事務所	693-0021	鳥根県出雲市塩冶町1516-2	0853-24-0045	2,000	0	2,000	500	1,000	1,000
232	浜田年金事務所	697-0017	鳥根県浜田市原井町908-26	0855-22-0670	500	0	200	100	100	100
233	岡山東年金事務所	703-8533	岡山県岡山市中区国富228	086-270-7925	500	500	700	500	500	500
234	岡山西年金事務所	700-8572	岡山県岡山市北区昭和町12-7	086-214-2163	1,000	0	1,000	1,000	100	100
235	倉敷東年金事務所	710-8567	岡山県倉敷市老松町3-14-22	086-423-6150	700	0	700	0	0	0
236	倉敷西年金事務所	713-8555	岡山県倉敷市玉島1952-1	086-523-6395	200	0	1,200	0	0	0
237	津山年金事務所	708-8504	岡山県津山市田町112-5	0868-31-2360	500	200	700	100	100	100
238	高梁年金事務所	716-8668	岡山県高梁市旭町1393-5	0866-21-0570	400	500	900	100	100	100
239	広島東年金事務所	730-8515	広島県広島市中区基町1-27	082-228-3131	1,500	500	1,300	1,700	1,700	100
240	広島西年金事務所	733-0833	広島県広島市西区商工センター2-6-1NTTコムウェア広島ビル1階	082-535-1505	500	100	600	300	100	0
241	広島南年金事務所	734-0007	広島県広島市南区皆実町1-4-35	082-253-7710	400	0	400	100	100	100
242	福山年金事務所	720-8533	広島県福山市旭町1-6	084-924-2181	1,400	0	1,400	400	0	0
243	呉年金事務所	737-8511	広島県呉市宝町2-11	0823-22-1691	600	0	600	200	100	0
244	三原年金事務所	723-8510	広島県三原市円一町2-4-2	0848-63-4111	0	600	600	0	0	0
245	三次年金事務所	728-8555	広島県三次市十日市東3-16-8	0824-62-3107	500	0	500	0	0	0
246	備後府中年金事務所	726-0005	広島県府中市府中町736-2	0847-41-7421	500	0	500	0	0	0
247	山口年金事務所	753-8651	山口県山口市吉敷下東1-8-8	083-922-5660	0	0	1,500	0	500	100
248	下関年金事務所	750-8607	山口県下関市上新地町3-4-5	083-222-5587	0	0	700	0	700	100
249	徳山年金事務所	745-8666	山口県周南市新宿通5-1-8	0834-31-2152	500	0	500	0	0	0
250	宇部年金事務所	755-0027	山口県宇部市港町一丁目3番7号	0836-33-7111	900	100	900	0	0	0
251	岩国年金事務所	740-8686	山口県岩国市立石町1-8-7	0827-24-2222	1,000	0	1,000	0	0	0
252	萩年金事務所	758-8570	山口県萩市江向323-1	0838-24-2158	500	0	500	0	0	0
253	徳島南年金事務所	770-8054	徳島県徳島市山城西4-45	088-652-1511	600	300	700	500	500	100
254	徳島北年金事務所	770-8522	徳島県徳島市佐古三番町12-8	088-655-0200	2,000	0	2,000	500	500	500
255	阿波半田年金事務所	779-4193	徳島県美馬郡つるぎ町真光寺馬出50-2	0883-62-5350	800	0	800	400	500	0
256	高松東年金事務所	760-8543	香川県高松市塩上町3-11-1	087-861-3866	700	0	700	100	700	100
257	高松西年金事務所	760-8553	香川県高松市錦町2-3-3	087-822-2840	4,000	500	4,000	2,000	600	500

項番	事務所名	郵便番号	住所	電話番号	冊子①	冊子②	用紙③	用紙④	用紙⑤	用紙⑥
258	善通寺年金事務所	765-8601	香川県善通寺市文京町2-9-1	0877-62-1662	1,300	0	1,300	300	0	0
259	松山東年金事務所	790-0952	愛媛県松山市朝生田町1-1-23	089-946-2146	2,200	0	2,200	900	0	500
260	松山西年金事務所	790-8512	愛媛県松山市南江戸3-4-8	089-925-5105	500	500	1,000	500	200	200
261	新居浜年金事務所	792-8686	愛媛県新居浜市庄内町1-9-7	0897-35-1300	1,200	100	1,200	800	100	100
262	今治年金事務所	794-8515	愛媛県今治市別宮町6-4-5	0898-32-6141	1,000	0	1,000	500	0	0
263	宇和島年金事務所	798-8603	愛媛県宇和島市天神町4-4-3	0895-22-5440	800	0	800	0	0	0
264	高知西年金事務所	780-8530	高知県高知市旭町3-70-1	088-875-1717	1,200	0	1,200	0	0	0
265	南国年金事務所	783-8507	高知県南国市大浦甲1214-6	088-864-1111	600	0	600	0	100	100
266	幡多年年金事務所	787-8790	高知県四万十市中村東町2-4-10	0880-34-1616	500	0	500	0	300	0
267	東福岡年金事務所	812-8657	福岡県福岡市東区馬出3-12-32	092-651-7967	1,500	0	1,500	0	100	100
268	博多年年金事務所	812-8540	福岡市博多区博多駅東3-14-1 T-Building HAKATA EAST 4・5階	092-474-0012	0	900	900	0	0	0
269	中福岡年金事務所	810-8668	福岡県福岡市中央区大手門2-8-25	092-751-1232	400	800	1,000	0	100	100
270	西福岡年金事務所	819-8502	福岡県福岡市西区内浜1-3-7	092-883-9962	1,200	100	1,300	300	500	100
271	南福岡年金事務所	815-8558	福岡県福岡市南区塩原3-1-27	092-552-6112	1,500	1,000	2,500	1,500	1,000	1,000
272	久留米年金事務所	830-8501	福岡県久留米市諏訪野町2401	0942-33-6192	500	1,600	2,100	0	100	100
273	小倉南年金事務所	800-0294	福岡県北九州市小倉南区下曾根1-8-6	093-471-8873	1,500	1,300	1,000	1,000	0	500
274	小倉北年金事務所	803-8588	福岡県北九州市小倉北区大手町13-3	093-583-8340	500	1,000	1,500	1,000	300	300
275	直方年金事務所	822-8555	福岡県直方市知古1-8-1	0949-22-0891	1,000	100	1,100	200	100	100
276	八幡年金事務所	806-8555	福岡県北九州市八幡西区岸の浦1-5-5	093-631-7962	1,000	0	1,000	500	100	100
277	大牟田年金事務所	836-8501	福岡県大牟田市大正町6-2-10	0944-52-5294	1,000	0	1,000	400	100	0
278	佐賀年金事務所	849-8503	佐賀県佐賀市八丁畷町1-3-2	0952-31-4191	200	0	600	0	0	0
279	唐津年金事務所	847-8501	佐賀県唐津市千代田町2565	0955-72-5161	600	0	600	100	0	0
280	武雄年金事務所	843-8588	佐賀県武雄市武雄町大字昭和43-6	0954-23-0121	600	0	700	0	700	0
281	長崎南年金事務所	850-8533	長崎県長崎市金屋町3-1	095-825-8701	1,300	100	1,400	100	100	100
282	長崎北年金事務所	852-8502	長崎県長崎市稲佐町4-2-2	095-861-1354	1,000	100	700	700	1,000	100
283	佐世保年金事務所	857-8571	長崎県佐世保市稲荷町2-3-7	0956-34-1189	1,000	100	1,100	100	100	100
284	諫早年金事務所	854-8540	長崎県諫早市栄田町47-39	0957-25-1662	1,600	100	1,700	500	100	100
285	熊本東年金事務所	862-0901	熊本県熊本市東区東町4-6-41	096-367-2503	100	0	1,200	0	500	100
286	熊本西年金事務所	860-8534	熊本県熊本市中央区千葉城町2-37	096-353-0142	1,100	200	1,300	0	0	0
287	八代年金事務所	866-8503	熊本県八代市萩原町2-11-41	0965-35-6123	700	300	1,000	500	500	100
288	本渡年金事務所	863-0033	熊本県天草市東町2-21	0969-24-2112	300	100	400	100	100	100
289	玉名年金事務所	865-8585	熊本県玉名市松木11-4	0968-74-1612	200	0	200	0	0	0
290	大分年金事務所	870-0997	大分県大分市東津留2-18-15	097-552-1211	2,200	2,000	2,300	0	0	0
291	日田年金事務所	877-8585	大分県日田市淡窓1丁目2番75号	0973-22-6174	0	0	200	0	0	0
292	別府年金事務所	874-8555	大分県別府市西野口町2-41	0977-22-5111	500	0	500	0	0	0
293	佐伯年金事務所	876-0823	大分県佐伯市女島字源六分9029-5	0972-22-1970	200	300	500	0	0	0
294	宮崎年金事務所	880-8588	宮崎県宮崎市天満2-4-23	0985-52-2111	1,100	500	1,300	0	200	100
295	高鍋年金事務所	884-0004	宮崎県児湯郡高鍋町大字蚊口浦5105-1	0983-23-5111	600	0	600	0	0	0
296	延岡年金事務所	882-8503	宮崎県延岡市大貫町1-2978-2	0982-21-5424	800	800	800	0	100	100
297	都城年金事務所	885-8501	宮崎県都城市一万城町71-1	0986-23-2571	1,000	0	1,000	0	0	0
298	鹿児島南年金事務所	890-8533	鹿児島県鹿児島市鴨池新町5-25	099-251-3111	300	300	300	200	100	100
299	鹿児島北年金事務所	892-8577	鹿児島県鹿児島市住吉町6-8	099-225-5311	2,600	1,600	3,000	2,000	2,000	1,000
300	川内年金事務所	895-0012	鹿児島県薩摩川内市平佐町2223	0996-22-5276	800	0	1,000	100	0	0

項番	事務所名	郵便番号	住所	電話番号	冊子①	冊子②	用紙③	用紙④	用紙⑤	用紙⑥
301	加治木年金事務所	899-5292	鹿児島県始良市加治木町諏訪町113	0995-62-3511	1,200	0	1,200	300	100	100
302	鹿屋年金事務所	893-0014	鹿児島県鹿屋市寿3-8-19	0994-42-5121	1,300	0	1,300	100	100	100
303	奄美大島年金事務所	894-0035	鹿児島県奄美市名瀬塩浜町3-1	0997-52-4341	1,300	0	1,300	100	100	100
304	那覇年金事務所	900-0025	沖縄県那覇市壺川2-3-9	098-855-1111	5,000	0	5,000	5,000	5,000	1,000
305	浦添年金事務所	901-2121	沖縄県浦添市内間3-3-25	098-877-0343	1,000	400	1,400	400	100	100
306	コザ年金事務所	904-0021	沖縄県沖縄市胡屋2-2-52	098-933-2267	4,000	0	4,000	400	0	0
307	名護年金事務所	905-0021	沖縄県名護市東江1-9-19	0980-52-2522	1,000	500	1,000	500	1,000	100
308	平良年金事務所	906-0013	沖縄県宮古島市平良下里791	0980-72-3650	200	100	200	100	0	0
309	石垣年金事務所	907-0004	沖縄県石垣市登野城55-3	0980-82-9211	200	400	600	0	0	0
310	日本年金機構本部	168-8505	東京都杉並区高井戸西3-5-24	03-3544-1100	2,000	1,000	0	0	100	100
合計					209,150	77,600	292,850	69,000	81,250	47,050

業務完了報告書

年金事務所	運送包数	運送完了年月日
事務所	包	令和 年 月 日
事務所	包	令和 年 月 日
事務所	包	令和 年 月 日
事務所	包	令和 年 月 日
事務所	包	令和 年 月 日
事務所	包	令和 年 月 日
事務所	包	令和 年 月 日
事務所	包	令和 年 月 日
事務所	包	令和 年 月 日
事務所	包	令和 年 月 日
事務所	包	令和 年 月 日
事務所	包	令和 年 月 日
事務所	包	令和 年 月 日
事務所	包	令和 年 月 日
事務所	包	令和 年 月 日

上記の業務が完了しましたので、ご報告します。

(受託事業者)

印

委託者確認印