



私の履歴整理表



記入見本

○年金記録確認をスムーズに行うため、ご自身の履歴を整理してみましょう。
記入見本を参考に、わかる範囲で記入ください。

具体的な内容については、ホームページをご参照ください。

ご本人氏名 年金 花子

生年月日 昭和 23 年 4 月 10 日

配偶者氏名 年金 太郎

生年月日 昭和 22 年 7 月 24 日

年	(本)年 年齢	(配)年 年齢	学校や勤め先等 (自営業、専業主婦)	住 所 (市区町村、海外)	婚姻、配偶者の勤め先、 氏名変更等	年金制度の重要事項 (印字されません)
昭和39 (1964)	16	17				
昭和40 (1965)	17	18				
昭和41 (1966)	18	19			(前夫・昭和40年10月結婚)	
昭和42 (1967)	19	20	4月〇〇大学入学	大阪市		
昭和43 (1968)	20	21	国民年金加入(卒業まで親が支払い)	大阪市		
昭和44 (1969)	21	22	9月アメリカへ留学	アメリカ		
昭和45 (1970)	22	23	8月アメリカより帰国	大阪市	現夫・4月◇◇物産入社	<国民年金の特例納付実施①>
昭和46 (1971)	23	24				
昭和47 (1972)	24	25	3月〇〇大学卒業、4月◇◇出版入社	新宿区		
昭和48 (1973)	25	26				
昭和49 (1974)	26	27				<国民年金の特例納付実施②>
昭和50 (1975)	27	28	9月◇◇出版退社、10月△△商事入社	神戸市		
昭和51 (1976)	28	29				
昭和52 (1977)	29	30				
昭和53 (1978)	30	31				<国民年金の特例納付実施③>
昭和54 (1979)	31	32				
昭和55 (1980)	32	33	12月△△商事退社	大阪市		
昭和56 (1981)	33	34	1月より専業主婦(国民年金の任意加入)	杉並区	1月 前夫と結婚 氏名変更(旧姓: 〇〇花子)	
昭和57 (1982)	34	35				
昭和58 (1983)	35	36				
昭和59 (1984)	36	37				
昭和60 (1985)	37	38			長男出産	
昭和61 (1986)	38	39	国民年金第3号被保険者に	杉並区		<3号被保険者適用開始>
昭和62 (1987)	39	40				

元号を選択し、生年月日をご記入いただくことにより年が自動的に表示されます。

詳細な、加入状況、納付状況が分かる場合はご記入ください。

当時お住まいの市区町村名または国名をご記入ください。

配偶者の加入状況(時期、企業名等)をご記入ください。

変更前の氏名等をご記入ください。

家族の出来事をご記入ください。(記憶を思い出すのに有効です。)