「年金請求書兼年金生活者支援給付金請求書」の記入の仕方

特別支給の老齢厚生年金を受給しており65歳に到達する方のうち、
以下に該当する方にお送りしています。

・加給年金が加算されない方　Ｐ１

・65歳で初めて加給年金が加算される方　Ｐ３

・既に加給年金が加算されている方　Ｐ５

「年金請求書　兼　年金生活者支援給付金請求書」の記入のしかた　（あ ～ う の順でご記入ください）

年金請求書　兼　年金生活者支援給付金請求書

この枠内は記入したり、汚したりしないでください。

あ　令和 △△年 △△月 △△日 提出

受給権者				
い	住所	杉並区 高井戸西 3－5－24	電話番号	XX －XXXX－ XXXX
	フリガナ	ネンキン　タロウ	生年月日	昭和-△△.△△.△△
	氏名	年金　太郎		

う　希望する年金の受取方法について下枠内の**いずれか一つをチェック**してください。

受取方法欄		
1	☑	**基礎**年金・**厚生**年金を両方65歳から受け取る
2	☐	**基礎**年金のみ65歳から受け取る (厚生年金は**繰下げ予定**)
3	☐	**厚生**年金のみ65歳から受け取る (基礎年金は**繰下げ予定**)
4	☐	66歳以降に年金を(繰下げ)請求予定 ※はがきの提出は不要です。

・今回受け取らなかった年金は75歳までに別途、請求手続きが必要です。
・左記の１または２を選択した方は年金生活者支援給付金を請求することになります。

あ　提出日をご記入ください。

い　住所、氏名、電話番号をご記入ください。

<住所・氏名について>

○ この「年金請求書」ハガキでは、住所・氏名の変更は行えません。
同封のハガキに記載されている住所・氏名について、変更がある場合は、「ねんきんダイヤル」または
お近くの年金事務所にお問い合わせください。

う　ご希望の受取方法を一つ選択し、チェック☑をつけてください。

老齢基礎年金および老齢厚生年金は、65歳から受け取るか、66歳以降に繰り下げて増額した年金を受け取るかそれぞれ選択することができます。
手続きの方法は下の ❶ ～ ❹ の４種類です。よくお読みいただきお間違いのないようにお願いします。

⚠ 注意事項

「受取方法欄」に複数チェック☑されたり、いずれの受取方法にもチェック☑されなかった場合、年金の受取方法の確認のため、届書をお返しさせていただくこととなりますので、ご注意ください。

⚠ 誤った記入例

複数の受取方法にチェック☑されている場合

受取方法欄		
1	☑	**基礎**年金・**厚生**年金を両方65歳から受け取る
2	☐	**基礎**年金のみ65歳から受け取る(厚生年金は**繰下げ予定**)
3	☑	**厚生**年金のみ65歳から受け取る(基礎年金は**繰下げ予定**)
4	☐	66歳以降に年金を(繰下げ)請求予定 ※はがきの提出は不要です。

いずれの受取方法にもチェック☑されていない場合

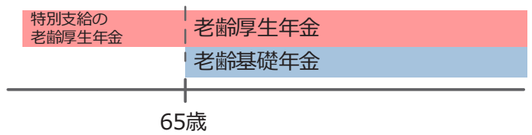
受取方法欄		
1	☐	**基礎**年金・**厚生**年金を両方65歳から受け取る
2	☐	**基礎**年金のみ65歳から受け取る(厚生年金は**繰下げ予定**)
3	☐	**厚生**年金のみ65歳から受け取る(基礎年金は**繰下げ予定**)
4	☐	66歳以降に年金を(繰下げ)請求予定 ※はがきの提出は不要です。

手続きのしかた

受け取る年金額を増額させますか？

増額させない場合 → **繰下げを希望しない** →

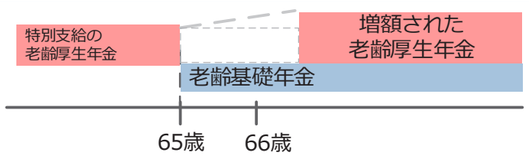
❶ **65歳から老齢基礎年金・老齢厚生年金を受け取ることを希望**



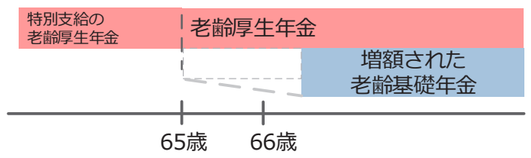
増額させる場合
繰下げを希望する
※裏面の「繰下げ請求の注意点」をご参照ください。

→ **基礎年金と厚生年金のどちらか一方のみを増額させる場合**

❷ **老齢基礎年金のみ65歳から受け取る**
老齢厚生年金を増額（繰下げ）する

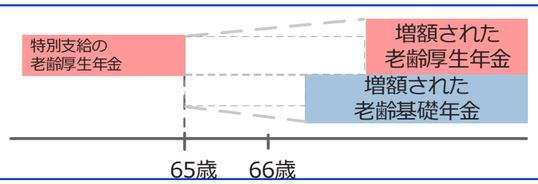


❸ **老齢厚生年金のみ65歳から受け取る**
老齢基礎年金を増額（繰下げ）する



→ **基礎年金と厚生年金の両方を増額させる場合**

❹ **老齢基礎年金と老齢厚生年金の両方を繰下げ**



このハガキを提出してください

この受け取り方を選択される方は**「１」にチェック**をつけてご提出ください。

受取方法欄		
1	☑	**基礎**年金・**厚生**年金を両方65歳から受け取る
2	☐	**基礎**年金のみ６５歳から受け取る(厚生年金は**繰下げ予定**)
3	☐	**厚生**年金のみ６５歳から受け取る(基礎年金は**繰下げ予定**)
4	☐	６６歳以降に年金を(繰下げ)請求予定 ※はがきの提出は不要です。

この受け取り方を選択される方は**「２」にチェック**をつけてご提出ください。

受取方法欄		
1	☐	**基礎**年金・**厚生**年金を両方65歳から受け取る
2	☑	**基礎**年金のみ６５歳から受け取る(厚生年金は**繰下げ予定**)
3	☐	**厚生**年金のみ６５歳から受け取る(基礎年金は**繰下げ予定**)
4	☐	６６歳以降に年金を(繰下げ)請求予定 ※はがきの提出は不要です。

この受け取り方を選択される方は**「３」にチェック**をつけてご提出ください。

受取方法欄		
1	☐	**基礎**年金・**厚生**年金を両方65歳から受け取る
2	☐	**基礎**年金のみ６５歳から受け取る(厚生年金は**繰下げ予定**)
3	☑	**厚生**年金のみ６５歳から受け取る(基礎年金は**繰下げ予定**)
4	☐	６６歳以降に年金を(繰下げ)請求予定 ※はがきの提出は不要です。

提出不要

○ 同封のハガキの提出は不要です。
○ 75歳までのご希望の時期に年金の請求手続きを行ってください。
○ 手続きの方法については、「ねんきんダイヤル」またはお近くの年金事務所にお問い合わせください。

⚠ 障害年金や遺族年金を受け取ることができる場合について

障害年金や遺族年金を受け取る権利を有している場合は、老齢年金を繰り下げて受け取ることができません。（裏面の「繰下げ請求の注意点」参照）
選択できない受取方法については、「＊」を表示しておりますので、「＊」が表示されていない受取方法の中から選択してください。
「＊」が表示されている場合でも、65歳の誕生日の前日までに障害年金や遺族年金を受け取る権利を失ったときは、繰下げ請求ができます。詳しくは、「ねんきんダイヤル」またはお近くの年金事務所にお問い合わせください。

振替加算額の加算について

配偶者の老齢厚生年金等に加給年金額が加算されている場合、自身が65歳に到達したときに加給年金額が加算されなくなります。このとき、自身の老齢基礎年金の額に加算がつきます※。
これを「振替加算」といいます。

※昭和41年4月1日以前に生まれた方のみが対象となります。厚生年金保険等の被保険者期間が20年以上の方等を除きます。

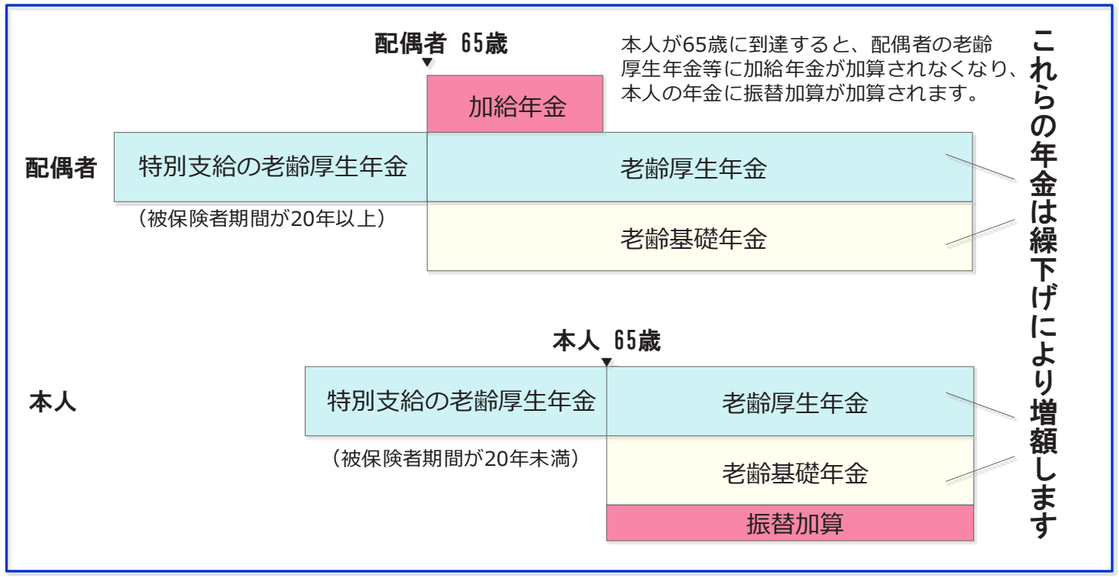
○振替加算額は、老齢基礎年金を受けられる方の生年月日によって異なります。（加給年金額と同額ではありません。）

○65歳から振替加算額の加算を受けるためには、自身の老齢年金請求時に配偶者に生計維持されている旨の申出をした場合等を除き、届書および必要な証明書類の提出が必要です。
加算のために手続きが必要な方に対しては、別途、日本年金機構から届書を送付します。

※配偶者が厚生年金または共済組合等に240月以上加入していた場合、自身の老齢年金請求時に生計維持関係がなくても、その後、配偶者の65歳時点で生計維持関係があれば、配偶者に加給年金または自身に振替加算の支給が行われる可能性があります。該当する場合は、「老齢年金請求者専用フリーダイヤル」またはお近くの年金事務所へお問い合わせください。

＜繰下げ請求すると＞

○老齢基礎年金を繰り下げる場合、受取開始までの期間は振替加算は支給されません。
○老齢基礎年金の繰下げをしても、振替加算額は増額されません。



２つ以上の年金を受け取れる方へ

すでに障害年金や遺族年金を受けている方は、老齢年金の請求にあわせて、どの年金を受け取るか選択していただくための手続きが必要です。**現在受給している年金より多く受け取ることができる場合がありますので、年金事務所等へご相談のうえ、「年金受給選択申出書」をご提出ください。**

○手続きの詳細は、「老齢年金請求者専用フリーダイヤル」またはお近くの年金事務所へお気軽にお問い合わせください。

繰下げ請求の注意点

年金を繰り下げて年金額を増やすことを検討される際は、以下の点にご注意ください。

●厚生年金保険の被保険者の方等へ
65歳以降の繰下げ待機期間中に厚生年金保険被保険者等である場合、繰下げ待機期間中の給付のうち、在職支給停止の対象となる額※に相当する部分は、繰下げ増額分の計算に含まれません。
※老齢厚生年金の額と給与や賞与の額に応じて、年金の一部又は全部が支給停止となる場合があります。
この支給停止となる年金額を在職支給停止額といいます。

●66歳前に障害年金や遺族年金を受け取る権利を有した場合
66歳前に障害年金や遺族年金を受け取る権利を有した場合は、繰下げ請求はできません。速やかに受給開始の手続きを行ってください。ただし、障害基礎年金または旧国民年金法による障害年金のみ受け取る権利がある方は、老齢厚生年金に限り繰下げ請求ができます。

●66歳以降に障害年金や遺族年金を受け取る権利を有した場合
66歳に到達した日後に障害年金や遺族年金を受け取る権利を有した場合は、その時点で増額率が固定されます。他の年金を受け取る権利を有した日以降は、繰り下げて年金の増額ができません。速やかに受給開始の手続きを行ってください。ただし、障害基礎年金または旧国民年金法による障害年金のみ受け取る権利がある方は、老齢厚生年金に限り繰下げ請求ができます。

●共済組合等の加入期間がある方へ
共済組合等の加入期間があり、複数の老齢厚生年金の権利を有する場合には、すべての老齢厚生年金を同時に繰り下げる必要があります。

●厚生年金基金または企業年金連合会（基金等）から年金を受け取っている方へ
老齢厚生年金の繰下げ請求を希望される場合は、基金等の年金もあわせて繰下げとなりますので、年金の支払い元である基金等にご確認をお願いします。
《企業年金連合会のお問い合わせ先　0570-02-2666（050から始まる電話番号からは、03-5777-2666）》

◎繰下げ請求を行わず、さかのぼって年金を受け取る場合
繰下げを希望し、65歳時点では請求を行わなかった場合でも、実際の請求時に繰下げの申出をせず、65歳到達時点の年金額を受給権発生時点※にさかのぼって請求することも可能です。
※ 70歳に到達した日後に、受給権発生時点からの年金をさかのぼって受け取ることを選択した場合は、請求の5年前の日時点で繰下げ申出をしたものとみなし、増額した年金を一括で受け取ることになります。ただし、障害年金や遺族年金を受け取る権利がある場合は、増額されないことがあります。
※ また、過去分の年金を一括して受給することにより、過去にさかのぼって、医療保険・介護保険の自己負担や保険料・税金等に影響のある場合があります。

ご相談は「老齢年金請求者専用フリーダイヤル」をご利用ください

0120－08－6001（通話料無料）

＜受付時間＞ 月　曜　日　午前８：３０～午後７：００
火～金曜日　午前８：３０～午後５：１５
第２土曜日　午前９：３０～午後４：００

※月曜日が祝日の場合は、翌日以降の開所日初日に午後7:00まで相談をお受けします。
※土曜日、日曜日、祝日(第2土曜日を除く)、12月29日～1月3日はご利用いただけません。

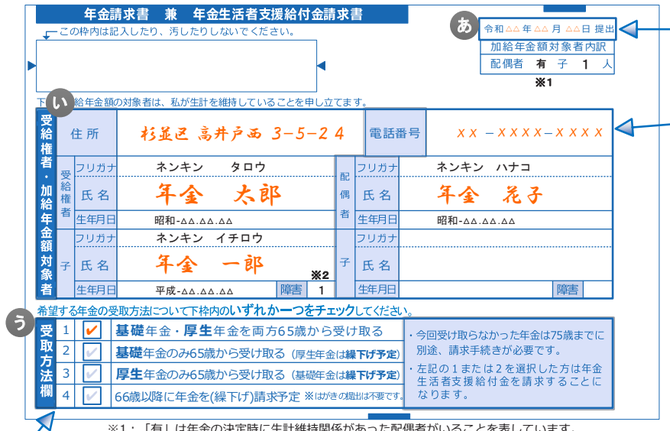
お問い合わせ、ご予約の際は、基礎年金番号がわかるものをご用意ください。

●老齢年金の請求に関するご相談については、「老齢年金請求者専用フリーダイヤル」にてご予約を受付けております。
●日本国外からおかけになる場合は、「（東京）03－6700－1165（ねんきんダイヤル）」をご利用ください。
この場合、通常の通話料金が発生いたします。
●間違い電話になっているケースが発生していますので、おかけ間違いには十分ご注意ください。
●月曜日など休日明けや、お客様のお手元に書類が届いた直後（５日間程度）は電話がつながりにくくなっております。
●代理人（二親等以内）の方からお問い合わせいただく場合は、ご本人の基礎年金番号に加え、代理人の方の基礎年金番号も必要となります。

ホームページに、年金に関する届け出、手続き案内やお近くの年金事務所の所在地・お問い合わせ先などを掲載していますので、ご活用ください。

検索またはURLを入力
日本年金機構　検索
https://www.nenkin.go.jp

「年金請求書　兼　年金生活者支援給付金請求書」の記入のしかた　（あ ～ う の順でご記入ください）



※1：「有」は年金の決定時に生計維持関係があった配偶者がいることを表しています。
また、年金の決定時に生計維持関係があった子がいるときは、その人数を表しています。
※2：「1」は障害の状態にあることを表しています。

あ　提出日をご記入ください。

い　住所、氏名、電話番号および生計を維持している配偶者・子の氏名をご記入ください。

<住所・氏名について>

○ この「年金請求書」ハガキでは、住所・氏名の変更は行えません。
同封のハガキに記載されている住所・氏名について、変更がある場合は、「ねんきんダイヤル」またはお近くの年金事務所にお問い合わせください。

<生計を維持している配偶者・子について>

○ 生計維持している配偶者・子の氏名を必ずご記入ください。加給年金を加算するために必要です。（裏面参照）
※生計維持の要件　①生計を同じくしていること（同居していること、生活費を共にしていること、健康保険の扶養家族であること等）
②加給年金額等対象者の前年の収入が８５０万円未満、または所得が６５５万５千円未満であること
○ 加給年金額の対象となる子は「18歳に到達する年度末までの子」または「障害等級1級・2級の障害の状態にある20歳未満の子」をいいます。
○ 子の人数が3人以上の場合は、3人目以降の子の氏名（フリガナ）、生年月日を便せんなどにご記入いただき、あわせてご提出ください。
○ 生計維持関係がない加給年金額対象者の欄は斜線で抹消してください。
年金の決定時に生計維持関係があった配偶者や子について、離婚や死亡などにより、生計維持関係がなくなった場合は、別途届出が必要です。
詳しくは、「ねんきんダイヤル」またはお近くの年金事務所にお問い合わせください。

う　ご希望の受取方法を一つ選択し、チェック☑をつけてください。

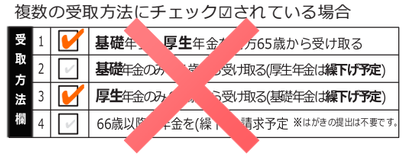
老齢基礎年金および老齢厚生年金は、65歳から受け取るか、66歳以降に繰り下げて増額した年金を受け取るかそれぞれ選択することができます。
手続きの方法は下の 1 ～ 4 の４種類です。よくお読みいただきお間違いのないようにお願いします。

⚠ 注意事項

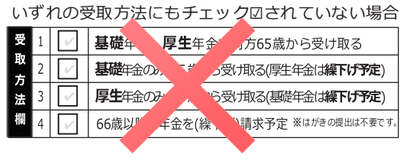
「受取方法欄」に複数チェック☑されたり、いずれの受取方法にもチェック☑されなかった場合、年金の受取方法の確認のため、届書をお返しさせていただくこととなりますので、ご注意ください。

⚠ 誤った記入例

複数の受取方法にチェック☑されている場合



いずれの受取方法にもチェック☑されていない場合

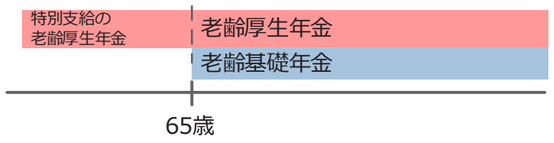


手続きのしかた

受け取る年金額を増額させますか？

増額させない場合 → **繰下げを希望しない** →

1 65歳から老齢基礎年金・老齢厚生年金を受け取ることを希望

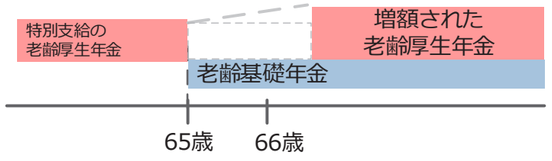


増額させる場合　**繰下げを希望する**

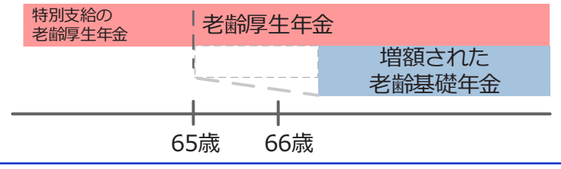
※裏面の「繰下げ請求の注意点」をご参照ください。

→ **基礎年金と厚生年金のどちらか一方のみを増額させる場合**

2 老齢基礎年金のみ65歳から受け取る
老齢厚生年金を増額（繰下げ）する

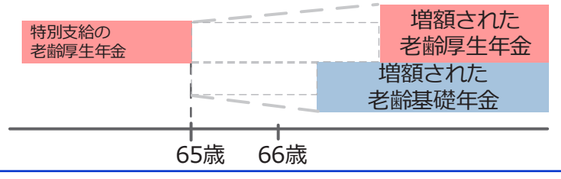


3 老齢厚生年金のみ65歳から受け取る
老齢基礎年金を増額（繰下げ）する



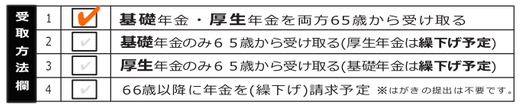
→ **基礎年金と厚生年金の両方を増額させる場合**

4 老齢基礎年金と老齢厚生年金の両方を繰下げ

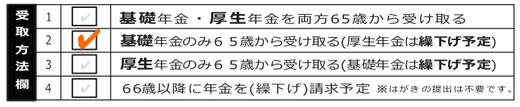


このハガキを提出してください

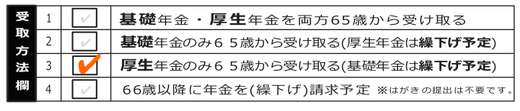
この受け取り方を選択される方は**「1」にチェック**をつけてご提出ください。



この受け取り方を選択される方は**「2」にチェック**をつけてご提出ください。



この受け取り方を選択される方は**「3」にチェック**をつけてご提出ください。



提出不要

○ 同封のハガキの提出は不要です。
○ 75歳までのご希望の時期に年金の請求手続きを行ってください。
○ 手続きの方法については、「ねんきんダイヤル」またはお近くの年金事務所にお問い合わせください。

⚠ 障害年金や遺族年金を受け取ることができる場合について

障害年金や遺族年金を受け取る権利を有している場合は、老齢年金を繰り下げて受け取ることができません。（裏面の「繰下げ請求の注意点」参照）
選択できない受取方法については、「＊」を表示しておりますので、「＊」が表示されていない受取方法の中から選択してください。
「＊」が表示されている場合でも、65歳の誕生日の前日までに障害年金や遺族年金を受け取る権利を失ったときは、繰下げ請求ができます。詳しくは、「ねんきんダイヤル」またはお近くの年金事務所にお問い合わせください。

加給年金額の加算について

加給年金額は65歳未満の配偶者または子※がいるときに老齢厚生年金等に加算されます。

※子とは18歳到達年度の末日が到来していない、または障害の状態（障害基礎年金の障害等級表の1級または2級の状態）にある20歳未満の子をいいます。

以下の点にご注意ください。

○配偶者または子の前年の収入が、年額850万円（所得655.5万円）以上の場合は、生計維持関係が認められないため、加算されません。

○配偶者が厚生年金保険等の被保険者期間が20年以上の老齢（退職）年金の受給権を有するときや、障害年金を受け取る間は、加給年金額は支給停止されます。

※障害年金が全額支給停止の場合は、加給年金は停止されません。

○老齢厚生年金を繰り下げる場合、受取開始までの期間は加給年金は支給されません。

○老齢厚生年金の繰下げをしても、加給年金額は増額されません。

振替加算額の加算について

上記に該当する配偶者※(厚生年金保険等の被保険者期間が20年以上の方等を除く)が65歳に到達した場合、老齢厚生年金等に加給年金額が加算されなくなる代わりに配偶者の老齢基礎年金に振替加算が加算されます。

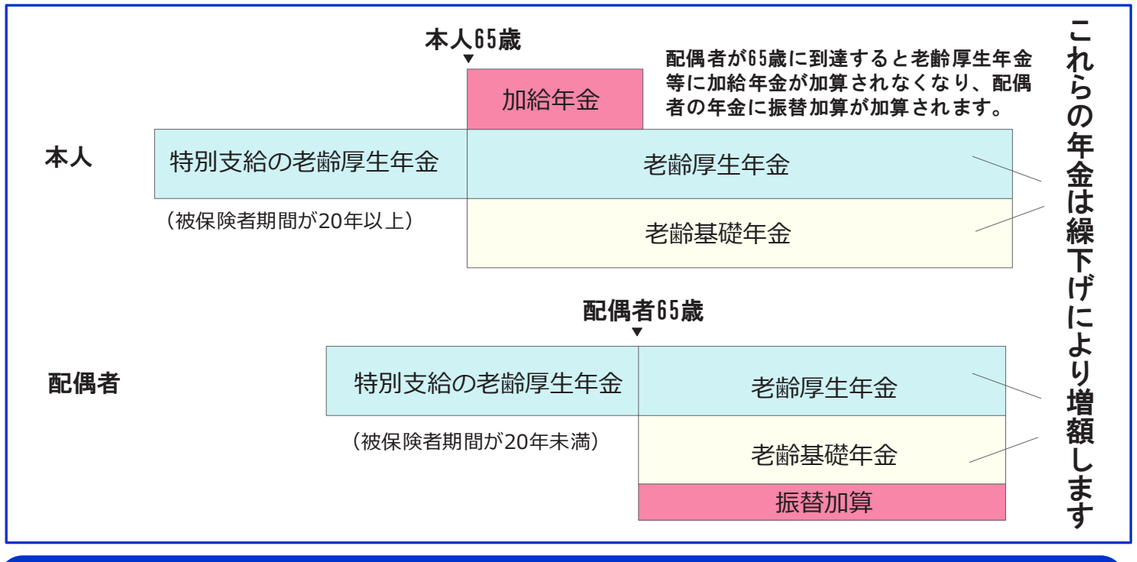
※昭和41年4月１日以前に生まれた配偶者のみが対象となります。

以下の点にご注意ください。

○振替加算の額は、老齢基礎年金を受けられる方の生年月日によって異なります。（加給年金額と同額ではありません。）

○老齢基礎年金を繰り下げる場合、受取開始までの期間は振替加算は支給されません。

○老齢基礎年金の繰下げをしても、振替加算額は増額されません。



２つ以上の年金を受け取れる方へ

すでに障害年金や遺族年金を受けている方は、老齢年金の請求にあわせて、どの年金を受け取るか選択していただくための手続きが必要です。**現在受給している年金より多く受け取ることができる場合がありますので、年金事務所等へご相談のうえ、「年金受給選択申出書」をご提出ください。**

○手続きの詳細は、「老齢年金請求者専用フリーダイヤル」またはお近くの年金事務所へお気軽にお問い合わせください。

繰下げ請求の注意点

年金を繰り下げて年金額を増やすことを検討される際は、以下の点にご注意ください。

●厚生年金保険の被保険者の方等へ

65歳以降の繰下げ待機期間中に厚生年金保険被保険者等である場合、繰下げ待機期間中の給付のうち、在職支給停止の対象となる額※に相当する部分は、繰下げ増額分の計算に含まれません。

※老齢厚生年金の額と給与や賞与の額に応じて、年金の一部又は全部が支給停止となる場合があります。この支給停止となる年金額を在職支給停止額といいます。

●66歳前に障害年金や遺族年金を受け取る権利を有した場合

66歳前に障害年金や遺族年金を受け取る権利を有した場合は、繰下げ請求はできません。速やかに受給開始の手続きを行ってください。ただし、障害基礎年金または旧国民年金法による障害年金のみ受け取る権利がある方は、老齢厚生年金に限り繰下げ請求ができます。

●66歳以降に障害年金や遺族年金を受け取る権利を有した場合

66歳に到達した日後に障害年金や遺族年金を受け取る権利を有した場合は、その時点で増額率が固定されます。他の年金を受け取る権利を有した日以降は、繰り下げて年金の増額ができません。速やかに受給開始の手続きを行ってください。ただし、障害基礎年金または旧国民年金法による障害年金のみ受け取る権利がある方は、老齢厚生年金に限り繰下げ請求ができます。

●共済組合等の加入期間がある方へ

共済組合等の加入期間があり、複数の老齢厚生年金の権利を有する場合には、すべての老齢厚生年金を同時に繰り下げる必要があります。

●厚生年金基金または企業年金連合会（基金等）から年金を受け取っている方へ

老齢厚生年金の繰下げ請求を希望される場合は、基金等の年金もあわせて繰下げとなりますので、年金の支払い元である基金等にご確認をお願いします。

《企業年金連合会のお問い合わせ先　0570-02-2666（050から始まる電話番号からは、03-5777-2666）》

◎繰下げ請求を行わず、さかのぼって年金を受け取る場合

繰下げを希望し、65歳時点では請求を行わなかった場合でも、実際の請求時に繰下げの申出をせず、65歳到達時点の年金額を受給権発生時点※にさかのぼって請求することも可能です。

※ 70歳に到達した日後に、受給権発生時点からの年金をさかのぼって受け取ることを選択した場合は、請求の5年前の日時点で繰下げ申出をしたものとみなし、増額した年金を一括で受け取ることになります。ただし、障害年金や遺族年金を受け取る権利がある場合は、増額されないことがあります。

※ また、過去分の年金を一括して受給することにより、過去にさかのぼって、医療保険・介護保険の自己負担や保険料・税金等に影響のある場合があります。

ご相談は「老齢年金請求者専用フリーダイヤル」をご利用ください

0120－08－6001（通話料無料）

<受付時間>
月　曜　日　午前８：３０～午後７：００
火～金曜日　午前８：３０～午後５：１５
第２土曜日　午前９：３０～午後４：００

※月曜日が祝日の場合は、翌日以降の開所日初日に午後7:00まで相談をお受けします。
※土曜日、日曜日、祝日(第2土曜日を除く)、12月29日～1月3日はご利用いただけません。

お問い合わせ、ご予約の際は、基礎年金番号がわかるものをご用意ください。

●老齢年金の請求に関するご相談については、「老齢年金請求者専用フリーダイヤル」にてご予約を受付けております。
●日本国外からおかけになる場合は、「（東京）03－6700－1165（ねんきんダイヤル）」をご利用ください。
この場合、通常の通話料金が発生いたします。
●間違い電話になっているケースが発生していますので、おかけ間違いには十分ご注意ください。
●月曜日など休日明けや、お客様のお手元に書類が届いた直後（５日間程度）は電話がつながりにくくなっております。
●代理人（二親等以内）の方からお問い合わせいただく場合は、ご本人の基礎年金番号に加え、代理人の方の基礎年金番号も必要となります。

ホームページに、年金に関する届け出、手続き案内やお近くの年金事務所の所在地・お問い合わせ先などを掲載していますので、ご活用ください。

検索またはURLを入力
日本年金機構　検索
https://www.nenkin.go.jp

「年金請求書　兼　年金生活者支援給付金請求書」の記入のしかた　（あ ～ う の順でご記入ください）

年金請求書　兼　年金生活者支援給付金請求書

この枠内は記入したり、汚したりしないでください。

あ 令和△△年△△月△△日 提出

加給年金額対象者内訳
配偶者　有　子　1　人
※1

い 下記の加給年金額の対象者は、私が生計を維持していることを申し立てます。

受給権者・加給年金額対象者	住所	杉並区　高井戸西　3－5－24	電話番号	xx－xxxx－xxxx	
受給権者	フリガナ	ネンキン　タロウ	配偶者	フリガナ	ネンキン　ハナコ
	氏名	年金　太郎		氏名	年金　花子
	生年月日	昭和-△△.△△.△△		生年月日	昭和-△△.△△.△△
子	フリガナ	ネンキン　イチロウ	子	フリガナ	
	氏名	年金　一郎 ※2		氏名	
	生年月日	平成-△△.△△.△△　障害 1		生年月日	障害

う ご希望する年金の受取方法について下枠内の**いずれか一つをチェック**してください。

受取方法欄			
1	☑	**基礎**年金・**厚生**年金を両方65歳から受け取る	・今回受け取らなかった年金は75歳までに別途、請求手続きが必要です。 ・左記の1または2を選択した方は年金生活者支援給付金を請求することになります。
2	☐	**基礎**年金のみ65歳から受け取る（厚生年金は**繰下げ予定**）	
3	☐	**厚生**年金のみ65歳から受け取る（基礎年金は**繰下げ予定**）	
4	☐	66歳以降に年金を(繰下げ)請求予定 ※はがきの提出は不要です。	

※1：「有」は年金の決定時に生計維持関係があった配偶者がいることを表しています。
また、年金の決定時に生計維持関係があった子がいるときは、その人数を表しています。
※2：「1」は障害の状態にあることを表しています。

あ 提出日をご記入ください。

い 住所、氏名、電話番号および生計を維持している配偶者・子の氏名をご記入ください。

＜住所・氏名について＞

○ この「年金請求書」ハガキでは、住所・氏名の変更は行えません。
同封のハガキに記載されている住所・氏名について、変更がある場合は、「ねんきんダイヤル」またはお近くの年金事務所にお問い合わせください。

＜生計を維持している配偶者・子について＞

○ 生計維持している配偶者・子の氏名を必ずご記入ください。加給年金を加算するために必要です。（裏面参照）
※生計維持の要件　①生計を同じくしていること（同居していること、生活費を共にしていること、健康保険の扶養家族であること等）
②加給年金額等対象者の前年の収入が８５０万円未満、または所得が６５５万５千円未満であること

○ 加給年金額の対象となる子は「18歳に到達する年度末までの子」または「障害等級1級・2級の障害の状態にある20歳未満の子」をいいます。

○ 子の人数が3人以上の場合は、3人目以降の子の氏名（フリガナ）、生年月日を便せんなどにご記入いただき、あわせてご提出ください。

○ 生計維持関係がない加給年金額対象者の欄は斜線で抹消してください。
年金の決定時に生計維持関係があった配偶者や子について、離婚や死亡などにより、生計維持関係がなくなった場合は、別途届出が必要です。
詳しくは、「ねんきんダイヤル」またはお近くの年金事務所にお問い合わせください。

う ご希望の受取方法を一つ選択し、チェック☑をつけてください。

老齢基礎年金および老齢厚生年金は、65歳から受け取るか、66歳以降に繰り下げて増額した年金を受け取るかそれぞれ選択することができます。
手続きの方法は下の 1 ～ 4 の４種類です。よくお読みいただきお間違いのないようにお願いします。

⚠ 注意事項

「受取方法欄」に複数チェック☑されたり、いずれの受取方法にもチェック☑されなかった場合、年金の受取方法の確認のため、届書をお返しさせていただくこととなりますので、ご注意ください。

⚠ 誤った記入例

複数の受取方法にチェック☑されている場合

受取方法欄			
1	☑	**基礎**年金・**厚生**年金を両方65歳から受け取る	
2	☑	**基礎**年金のみ65歳から受け取る(厚生年金は**繰下げ予定**)	
3	☑	**厚生**年金のみ65歳から受け取る(基礎年金は**繰下げ予定**)	
4	☑	66歳以降に年金を(繰下げ)請求予定 ※はがきの提出は不要です。	

いずれの受取方法にもチェック☑されていない場合

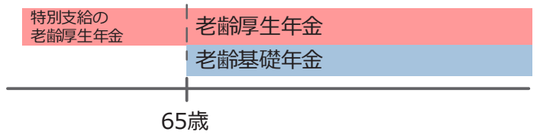
受取方法欄			
1	☐	**基礎**年金・**厚生**年金を両方65歳から受け取る	
2	☐	**基礎**年金のみ65歳から受け取る(厚生年金は**繰下げ予定**)	
3	☐	**厚生**年金のみ65歳から受け取る(基礎年金は**繰下げ予定**)	
4	☐	66歳以降に年金を(繰下げ)請求予定 ※はがきの提出は不要です。	

手続きのしかた

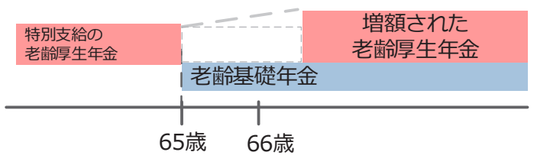
受け取る年金額を増額させますか？

- **増額させない場合** → **繰下げを希望しない** → 1
- **増額させる場合**（**繰下げを希望する**）
  ※裏面の「繰下げ請求の注意点」をご参照ください。
  - → **基礎年金と厚生年金のどちらか一方のみを増額させる場合** → 2 / 3
  - → **基礎年金と厚生年金の両方を増額させる場合** → 4

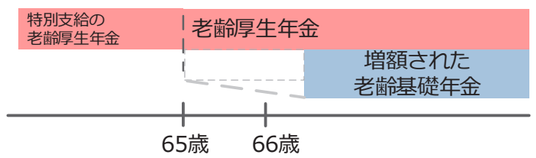
1 65歳から老齢基礎年金・老齢厚生年金を受け取ることを希望



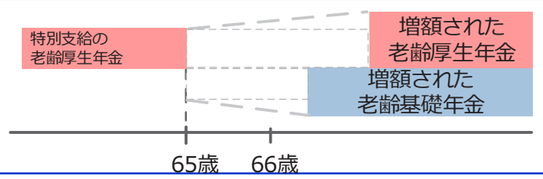
2 老齢基礎年金のみ65歳から受け取る
老齢厚生年金を増額（繰下げ）する



3 老齢厚生年金のみ65歳から受け取る
老齢基礎年金を増額（繰下げ）する



4 老齢基礎年金と老齢厚生年金の両方を繰下げ



このハガキを提出してください

この受け取り方を選択される方は**「1」にチェック**をつけてご提出ください。

受取方法欄			
1	☑	**基礎**年金・**厚生**年金を両方65歳から受け取る	
2	☐	**基礎**年金のみ６５歳から受け取る(厚生年金は**繰下げ予定**)	
3	☐	**厚生**年金のみ６５歳から受け取る(基礎年金は**繰下げ予定**)	
4	☐	６６歳以降に年金を(繰下げ)請求予定 ※はがきの提出は不要です。	

この受け取り方を選択される方は**「2」にチェック**をつけてご提出ください。

受取方法欄			
1	☐	**基礎**年金・**厚生**年金を両方65歳から受け取る	
2	☑	**基礎**年金のみ６５歳から受け取る(厚生年金は**繰下げ予定**)	
3	☐	**厚生**年金のみ６５歳から受け取る(基礎年金は**繰下げ予定**)	
4	☐	６６歳以降に年金を(繰下げ)請求予定 ※はがきの提出は不要です。	

この受け取り方を選択される方は**「3」にチェック**をつけてご提出ください。

受取方法欄			
1	☐	**基礎**年金・**厚生**年金を両方65歳から受け取る	
2	☐	**基礎**年金のみ６５歳から受け取る(厚生年金は**繰下げ予定**)	
3	☑	**厚生**年金のみ６５歳から受け取る(基礎年金は**繰下げ予定**)	
4	☐	６６歳以降に年金を(繰下げ)請求予定 ※はがきの提出は不要です。	

提出不要

○ 同封のハガキの提出は不要です。
○ 75歳までのご希望の時期に年金の請求手続きを行ってください。
○ 手続きの方法については、「ねんきんダイヤル」またはお近くの年金事務所にお問い合わせください。

⚠ 障害年金や遺族年金を受け取ることができる場合について

障害年金や遺族年金を受け取る権利を有している場合は、老齢年金を繰り下げて受け取ることができません。（裏面の「繰下げ請求の注意点」参照）
選択できない受取方法については、「＊」を表示しておりますので、「＊」が表示されていない受取方法の中から選択してください。
「＊」が表示されている場合でも、65歳の誕生日の前日までに障害年金や遺族年金を受け取る権利を失ったときは、繰下げ請求ができます。詳しくは、「ねんきんダイヤル」またはお近くの年金事務所にお問い合わせください。

加給年金額の加算について

加給年金額は65歳未満の配偶者または子※がいるときに老齢厚生年金等に加算されます。

※子とは18歳到達年度の末日が到来していない、または障害の状態（障害基礎年金の障害等級表の1級または2級の状態）にある20歳未満の子をいいます。

以下の点にご注意ください。

○配偶者または子の前年の収入が、年額850万円（所得655.5万円）以上の場合は、生計維持関係が認められないため、加算されません。

○配偶者が厚生年金保険等の被保険者期間が20年以上の老齢（退職）年金の受給権を有するときや、障害年金を受け取る間は、加給年金額は支給停止されます。

※障害年金が全額支給停止の場合は、加給年金は停止されません。

○老齢厚生年金を繰り下げる場合、受取開始までの期間は加給年金は支給されません。

○老齢厚生年金の繰下げをしても、加給年金額は増額されません。

振替加算額の加算について

上記に該当する配偶者※(厚生年金保険等の被保険者期間が20年以上の方等を除く)が65歳に到達した場合、老齢厚生年金等に加給年金額が加算されなくなる代わりに配偶者の老齢基礎年金に振替加算が加算されます。

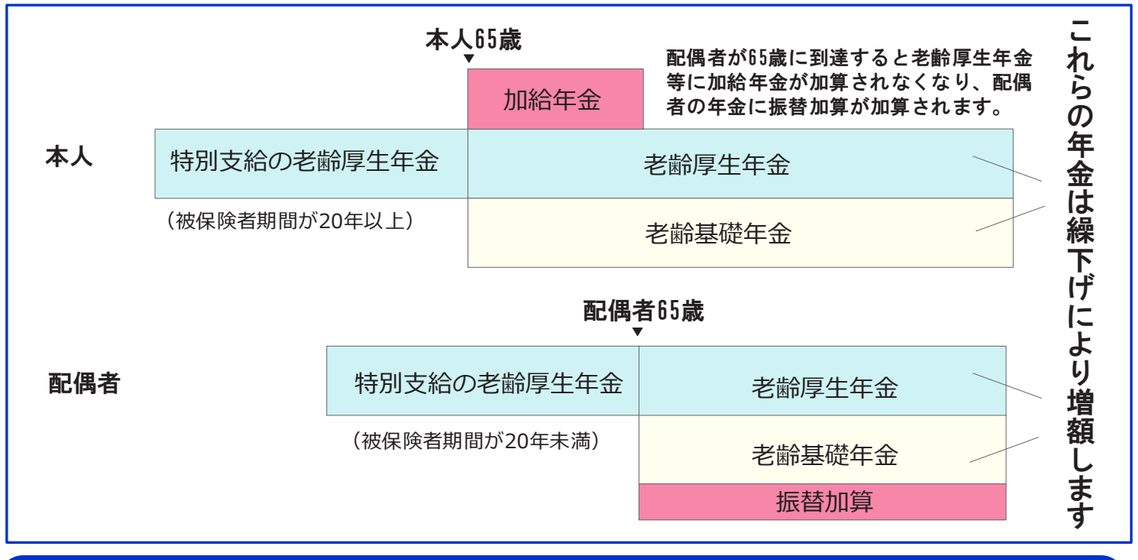
※昭和41年4月１日以前に生まれた配偶者のみが対象となります。

以下の点にご注意ください。

○振替加算の額は、老齢基礎年金を受けられる方の生年月日によって異なります。（加給年金額と同額ではありません。）

○老齢基礎年金を繰り下げる場合、受取開始までの期間は振替加算は支給されません。

○老齢基礎年金の繰下げをしても、振替加算額は増額されません。



２つ以上の年金を受け取れる方へ

すでに障害年金や遺族年金を受けている方は、老齢年金の請求にあわせて、どの年金を受け取るか選択していただくための手続きが必要です。**現在受給している年金より多く受け取ることができる場合がありますので、年金事務所等へご相談のうえ、「年金受給選択申出書」をご提出ください。**

○手続きの詳細は、「老齢年金請求者専用フリーダイヤル」またはお近くの年金事務所へお気軽にお問い合わせください。

繰下げ請求の注意点

年金を繰り下げて年金額を増やすことを検討される際は、以下の点にご注意ください。

●厚生年金保険の被保険者の方等へ

65歳以降の繰下げ待機期間中に厚生年金保険被保険者等である場合、繰下げ待機期間中の給付のうち、在職支給停止の対象となる額※に相当する部分は、繰下げ増額分の計算に含まれません。

※老齢厚生年金の額と給与や賞与の額に応じて、年金の一部又は全部が支給停止となる場合があります。この支給停止となる年金額を在職支給停止額といいます。

●66歳前に障害年金や遺族年金を受け取る権利を有した場合

66歳前に障害年金や遺族年金を受け取る権利を有した場合は、繰下げ請求はできません。速やかに受給開始の手続きを行ってください。ただし、障害基礎年金または旧国民年金法による障害年金のみ受け取る権利がある方は、老齢厚生年金に限り繰下げ請求ができます。

●66歳以降に障害年金や遺族年金を受け取る権利を有した場合

66歳に到達した日後に障害年金や遺族年金を受け取る権利を有した場合は、その時点で増額率が固定されます。他の年金を受け取る権利を有した日以降は、繰り下げて年金の増額ができません。速やかに受給開始の手続きを行ってください。ただし、障害基礎年金または旧国民年金法による障害年金のみ受け取る権利がある方は、老齢厚生年金に限り繰下げ請求ができます。

●共済組合等の加入期間がある方へ

共済組合等の加入期間があり、複数の老齢厚生年金の権利を有する場合には、すべての老齢厚生年金を同時に繰り下げる必要があります。

●厚生年金基金または企業年金連合会（基金等）から年金を受け取っている方へ

老齢厚生年金の繰下げ請求を希望される場合は、基金等の年金もあわせて繰下げとなりますので、年金の支払い元である基金等にご確認をお願いします。

《企業年金連合会のお問い合わせ先　0570-02-2666（050から始まる電話番号からは、03-5777-2666）》

◎繰下げ請求を行わず、さかのぼって年金を受け取る場合

繰下げを希望し、65歳時点では請求を行わなかった場合でも、実際の請求時に繰下げの申出をせず、65歳到達時点の年金額を受給権発生時点※にさかのぼって請求することも可能です。

※ 70歳に到達した日後に、受給権発生時点からの年金をさかのぼって受け取ることを選択した場合は、請求の5年前の日時点で繰下げ申出をしたものとみなし、増額した年金を一括で受け取ることになります。ただし、障害年金や遺族年金を受け取る権利がある場合は、増額されないことがあります。

※ また、過去分の年金を一括して受給することにより、過去にさかのぼって、医療保険・介護保険の自己負担や保険料・税金等に影響のある場合があります。

ご相談は「老齢年金請求者専用フリーダイヤル」をご利用ください

0120－08－6001（通話料無料）

<受付時間> 月　曜　日　午前８：３０～午後７：００
火～金曜日　午前８：３０～午後５：１５
第２土曜日　午前９：３０～午後４：００

※月曜日が祝日の場合は、翌日以降の開所日初日に午後7:00まで相談をお受けします。
※土曜日、日曜日、祝日(第2土曜日を除く)、12月29日～1月3日はご利用いただけません。

お問い合わせ、ご予約の際は、基礎年金番号がわかるものをご用意ください。

●老齢年金の請求に関するご相談については、「老齢年金請求者専用フリーダイヤル」にてご予約を受付けております。
●日本国外からおかけになる場合は、「（東京）03－6700－1165（ねんきんダイヤル）」をご利用ください。
この場合、通常の通話料金が発生いたします。
●間違い電話になっているケースが発生していますので、おかけ間違いには十分ご注意ください。
●月曜日など休日明けや、お客様のお手元に書類が届いた直後（５日間程度）は電話がつながりにくくなっております。
●代理人（二親等以内）の方からお問い合わせいただく場合は、ご本人の基礎年金番号に加え、代理人の方の基礎年金番号も必要となります。

ホームページに、年金に関する届け出、手続き案内やお近くの年金事務所の所在地・お問い合わせ先などを掲載していますので、ご活用ください。

検索またはURLを入力
日本年金機構　検索
https://www.nenkin.go.jp