

みんな

# 20歳になったら 国民年金

国民年金って、はっきり言って  
何十年もあとにもらうものでしょ。  
僕はまだ若いんだから、  
老後なんてずっと先のことだよなあ…



ご存知  
ですか？

## 国民年金ってなんのためにあるの・・・



なぜ若いうちから国民年金に入らないといけないんですか？

想像してみてください。  
もしあなたに“まさか！？”の事態が起こったとしたら。

例  
えば



通学中、事故に巻き込まれ  
障がい者になってしまったら…



年間交通事故発生件数 **約30.8万件** (内、負傷者数約 37 万人)  
\* 令和 5 年中の交通事故の発生状況 (警察庁調べ)

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**25.3**万人

(全体の新規受給権者 **10** 万人)

20歳前の  
障害基礎年金  
対象者(受給権者)

約**119**万人

(内、新規受給権者 4 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)

\* 令和 4 年度 厚生年金保険・国民年金事業年報

国民年金は、“今”のあなたも支えています。

だから、20歳になったら国民年金

ご存知  
ですか？

## 国民年金ちよつと解説

「今」も「将来」も「老後」も。国民年金は一生のリスクの備えです。

年金は老後に備えるものって誤解してはいませんか？  
学生のみなさんにとっても今の生活に関わる「まさか」の備えになっています。

今の「まさか」に

### 障害基礎年金

病気やけがなどで障がい者  
になった際に受け取る年金。

将来の「まさか」に

### 遺族基礎年金

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。

老後の「安心」に

### 老齢基礎年金

65歳になったら生活費の一部  
として受け取る年金。

時代の変化に合わせて生活を支えます。

国民年金の受取額は、時代の状況や物価を考慮し、  
生活に適した額を給付します。国がなくならないかぎり  
確実に受け取れるしくみになっています。



保険料はかならず納める。それが日本のルールです。

国民年金の保険料は、「20歳になったら必ず納めなければいけない」ことが法律で  
決められています。もし保険料を未納のままにしておくと、障害基礎年金や遺族基礎年金が  
受け取れない場合があります。

もし、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です。
- ・ 事前に審査があります。前年所得が基準額以下の学生本人が対象となります。
- ・ ガクトク期間中も障害基礎年金などを受け取ることができます。
- ・ ガクトク期間は将来年金を受け取るための期間に加えられますが、年金額の計算には入りません。
- ・ 学生でない方は国民年金保険料免除・納付猶予制度が利用できることがあります。

\* 学生とは学校教育法に定める、大学(大学院)・短大・高等学校・高等専門学校・専修学校・各種学校に在籍する学生。(一部対象とならない学校もあります。)

ご存知  
ですか？

# 保険料を納めるのが難しい時

## 申請免除・学生納付特例のお手続き先

お手軽に申請できる**電子申請**で  
お手続きください。

お近くの**市区町村の年金窓口**または  
**年金事務所、郵送**でもお手続き可能です。



マイナポータルはこちら



手続き



電子申請



年金事務所・  
市区町村の年金窓口

## 必要書類

学生納付特例の場合、学生であることを確認するため、  
**学生証や在学を証明する書類等が必要**となりますので、事前にご確認ください。  
また窓口でのお手続きの場合、  
**ご本人が確認できる書類（免許証等）、基礎年金番号通知書や年金手帳等、  
基礎年金番号の確認できるものが必要**になります。

申請書

## お手続きまでの流れ

1

20歳到達日に、  
日本年金機構にお  
いて加入手続きが  
行われます。

令和元年10月より  
20歳到達者の国民年金第1号  
被保険者の加入届出が  
原則として不要となりました。  
ただし、従来通り  
届出によるお手続きが必要な  
場合もあります。

2

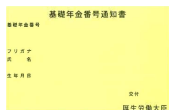
加入のお知らせ  
が送付されます。

「国民年金加入のお知らせ」・  
「国民年金保険料納付書」・  
「基礎年金番号通知書」  
をお送りします。

3

申請免除、学生納  
付特例のお手続き

学生の方は、  
手続きを行うことにより、  
保険料の納付が猶予されま  
す。  
学生でない方も、申請免除の  
申請をすることができます。



基礎年金番号通知書は、就職して厚生年金に加入するときや  
将来年金を受け取る時などに必要になりますので、大切に  
保管してください。

## ご注意ください！

保険料を納めていないと、あなたや家族の財産が  
「差し押さえ」になる場合があります。



ご存知  
ですか？

## 保険料の手軽な納め方

一定期間の保険料をまとめて納めると、  
保険料が割引になりおトクです。

納め方

1



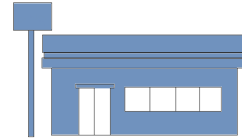
「口座振替」で、手間いらず。

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。

◎事前にお手続きが必要です。  
マイナンバーカードがあれば、  
スマホからオンラインによる申請も可能です。  
年金事務所や金融機関でもお手続きできます。

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 6 年度)

月額

16,980 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。

納め方

4



「スマホ」や「パソコン」で、  
スイスイと。

〇〇PAY 等のスマホアプリや  
インターネットバンキングで  
ご自宅から納めることができます。

◎納める際には「納付書」が必要です。  
◎インターネットバンキングの場合、  
事前に金融機関でのお手続きが必要です。

将来の年金額を増やしたいなら『付加保険料』で堅実に。

定額保険料(16,980 円)に付加保険料(月額 400 円)をプラスして納めることで、受給する年金額を増やせます。

\*令和 6 年度

●例えば、20 歳以上 60 歳未満の 40 年間、付加保険料を納めていた場合の受取額は…

200 円×480 月(40 年) = **96,000** 円が基本額に加算されます。

※付加年金の加入は、申し込んだ月分からになります。なお、国民年金基金に加入中の方は、付加年金に加入できません。

付加保険料を納めた分は、  
受給 2 年以上でプラスに！

# パンフレットをご覧のみなさまへ



「免除・猶予・学生納付特例」制度の申請や  
年金の給付については、詳細な条件があります。

一般的な国民年金に関するお問い合わせは

ねんきん加入者  
ダイヤル

**0570-003-004** (ナビダイヤル)

050 ではじまる電話で  
おかけになる場合は

(東京) **03-6630-2525** (一般電話)

受付時間

月～金曜日 午前 8 : 30～午後 7 : 00  
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 時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 日から 1 月 3 日はご利用いただけません。

詳細については、お近くの年金事務所  
または市区町村の窓口にお問い合わせください。