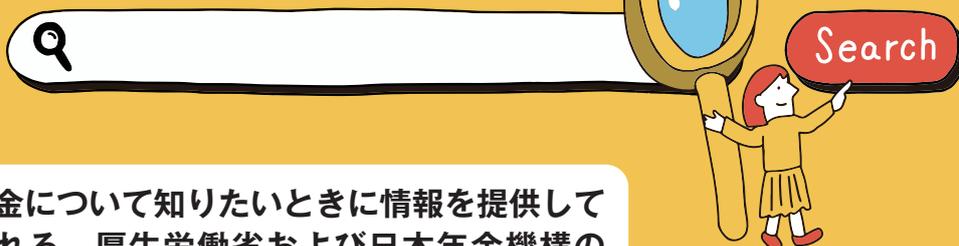


年金について知りたいとき、どうすればいい!?

# 年金の情報提供サービス



年金について知りたいときに情報を提供してくれる、厚生労働省および日本年金機構のサービスをご紹介します。

## 1 ねんきん定期便

「ねんきん定期便」では、厚生年金保険・国民年金のすべての被保険者に、年金加入期間や年金（見込）額などの年金個人情報を毎年誕生月に提供しています。

「ねんきん定期便」では、次の年金個人情報が確認できます。

### ■ 35歳・45歳・59歳の節目年齢の人（封書）

①これまでの年金加入期間、②これまでの加入実績に応じた年金額（50歳以上の人は年金見込額）、③これまでの保険料納付額、④これまでの加入履歴、⑤厚生年金保険の標準報酬月額・標準賞与額と厚生年金保険料の納付額の月別状況、⑥これまでの国民年金保険料の納付状況。

### ■ 節目年齢以外の人（はがき形式）

上記①～③、⑤、⑥の直近13月の記録

※「ねんきんネット」では、電子版「ねんきん定期便」が確認できます。



## 2 窓口・電話による年金相談

### ● 窓口相談

- 全国の年金事務所または街角の年金相談センターの窓口

### ● 相談チャット



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

### ● 年金相談

- ねんきんダイヤル

☎ **0570-05-1165** (ナビダイヤル)  
050から始まる電話からは☎03-6700-1165

- ねんきん定期便・ねんきんネット専用番号

☎ **0570-058-555** (ナビダイヤル)  
050から始まる電話からは☎03-6700-1144



### 3 ねんきんネット

「ねんきんネット」は、スマートフォンやパソコンからご自身の年金情報を手軽に確認できるサービスです。「ねんきんネット」では年金記録が一覧で表示され、未加入期間や未納時期、標準報酬月額、年金見込額などを確認することができます。年金見込額試算のページでは、60歳以降も在職した場合や繰上げ・繰下げ受給をした場合などの年金見込額・年金累計額の比較をすることもできます。また、受給者に送付される「年金振込通知書」「年金支払通知書」「年金額改定通知書」「年金決定通知書・支給額変更通知書」のほか、追納・後納等が可能な過去の期間と保険料額が確認できるなど、さまざまなサービスがあります。

「ねんきんネット」を利用するには「ねんきんネット」への登録が必要です。登録には、以下の2つの方法があります。

- ① マイナポータルからの登録（「ねんきんネット」のユーザID取得不要）
- ② ねんきんネットのユーザID取得

詳細は、日本年金機構ホームページ「ねんきんネット」のページをご参照ください。



#### ● ねんきんネット

 [https://www.nenkin.go.jp/n\\_net/](https://www.nenkin.go.jp/n_net/)



### 4 公的年金シミュレーター

年金額の簡易試算ツール、「公的年金シミュレーター」が利用できます。任意で入力可能なため、働き方・暮らし方の変化によって年金額にどのような変化が生じるかを直感的な操作でシミュレーションできるものです。「ねんきん定期便」に記載されている二次元コードを活用すれば、入力の手間を省くことができます。

なお、本サービスは老齢年金を計算対象としており、障害年金、遺族年金等は試算できません。また、特別支給の老齢厚生年金、加給年金額、振替加算、国民年金の任意加入などの詳細な試算には対応していません。

※「公的年金シミュレーター」は簡易に年金額の試算を行うためのものであり、実際の年金額とは一致しません。より正確な年金見込額を知りたい方は、「ねんきんネット」をご利用ください。



#### ● 公的年金シミュレーター

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



その他、年金に関する詳細は日本年金機構のホームページへ

制度の仕組みや手続き、申請・届出様式のダウンロードやQ&Aが掲載されています。

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