

自己都合による退職の場合は？

失業給付金

受給までの流れ 簡単図解

自己都合による退職で、失業給付金を受給するまでの流れ

退職

- ・会社から離職票を受け取る

ハローワークで求職申込

- ・離職票を提出する
- ・資格決定

待定期間（7日間）

雇用保険受給説明会の参加

失業認定日（初回認定日）

失業認定日（2回目）

基本手当の振込

- ・支給終了または再就職するまで失業認定⇒振込が繰り返し行われる
- ・認定対象期間中、2回以上の求職活動実績が必要



待定期間満了日の翌日から
2か月間は給付制限のため
基本手当の支給はありません



退職時の準備について

- ・雇用保険被保険者証の確認
在職中に「雇用保険被保険者証」の有無を確認しましょう。
- ・離職証明書の確認
退職時に会社が作成する「離職証明書」について、氏名や離職理由などが正しく記載されているか確認してください。
- ・離職票の受け取り
退職後、会社から「雇用保険被保険者離職票（1・2）」が発行されます。郵送か直接受け取りで入手します。
※もし離職票が発行されない場合は、管轄のハローワークに相談してください。

受給資格決定の手続き

住居地を管轄するハローワークで以下の手続きを行います。

【手続きの流れ】

1. 求職申込み
ハローワークに行き、求職申込みを行います。
2. 書類の提出
必要書類をハローワークに提出します。

（雇用保険被保険者離職票、マイナンバーカード、預金通帳/キャッシュカードなど）

自己都合退職後の失業給付金受給までの手続きとポイント

求職活動の実績が必要

失業の認定を受ける期間（通常、前回の認定日から次回の認定日の前日までの期間）中に、求職活動の実績が求められます。具体的には、以下の回数が必要です。

- 通常期間：原則として2回以上の求職活動
- 初回認定期間：1回の求職活動でOK

求職活動とは、就職への意欲を具体的かつ客観的に示す行動のことで（例：面接、セミナー参加、求人への応募など）。

給付制限期間について

自己都合退職の場合、離職理由によっては給付制限期間が設けられます。この期間中は失業給付金が支給されません。初回待定期間終了後、通常2か月間（過去5年間に2回以上自己都合退職している場合は3か月間）。

給付制限期間がある場合でも、その期間中に求職活動の実績が必要です。求められる活動回数は以下の通りです。

- 給付制限期間が2か月の場合：期間中に2回以上の求職活動
- 給付制限期間が3か月の場合：期間中に3回以上の求職活動

給付制限期間が終了し、必要な求職活動の実績を報告すると、基本手当の支給が開始されます。



もっと詳しく！おすすめのガイド

社会保険・労働保険の手続きガイド



企業において社会保険および労働保険の加入・喪失手続きは必ず発生し、手続きを誤れば保険事故が発生した際に従業員が不利益を被る可能性があります。この資料では、各保険の基本的な手続き方法を入社・退職・異動のシーン別にまとめました。

[ダウンロードする](#) >

マネーフォワードクラウド社会保険 サービス資料



社会保険手続きに必要な書類の作成や電子申請が簡単にできると、担当者の業務がぐっとラクに。マネーフォワードクラウド社会保険は、中小企業から大企業まで多くの企業様にご利用いただいております。多くの企業様にお読みいただいておりますので、ぜひお気軽にご覧ください。

[ダウンロードする](#) >