

転職時の健康保険・ 年金手続きチェックリスト (空白期間対応)



※チェックリストに従うことで、法令違反がないことを保証する資料ではありません。
※あくまで参考としてご利用いただくことを想定している資料です。実際の制度内容は国の資料等をご確認ください。
※当資料は、2025年2月時点の内容となっております。最新の情報はの資料等をご確認ください。

健康保険に関する手続き 理解チェックリスト

健康保険に関する手続き

退職時の健康保険証回収

- 退職する従業員から会社支給の健康保険証を必ず返却してもらいます。
- 退職日の翌日以降、その保険証は無効となるため、誤って使用すると医療費の返還請求等のトラブルになります。最終出社日までに回収できなかった場合は速やかに郵送などで返却を受けてください。

国民健康保険への加入案内

- 退職後に次の会社に入社するまで空白期間がある場合は、原則として国民健康保険に加入する必要があります。
- 従業員本人に対し、退職日の翌日から14日以内に住所地の市区町村役所で国民健康保険の加入手続きを行うよう案内します。14日を過ぎても手続き自体は可能ですが、その場合でも保険料は退職翌日までさかのぼって徴収されます。
- 加入手続きの際には、会社から発行する健康保険資格喪失日のわかる証明書（資格喪失証明書）や本人確認書類、場合によって離職票などが必要となるため、事前に従業員へ周知しておきます。
- なお、国民健康保険には扶養という概念がなく、加入者一人ひとりに保険料が発生する点も認識しておきましょう。

健康保険に関する手続き

健康保険の任意継続手続き

- 従業員が希望する場合、退職後もそれまでの健康保険に任意継続被保険者として加入できるケースがあります。
- 任意継続の条件は
 - (1) 退職前に継続して2カ月以上の被保険者期間があること、
 - (2) 退職日の翌日から20日以内に所定の継続手続きを行うこと です。
- 条件を満たせば退職翌日から最長2年間、会社の健康保険に個人負担で加入継続できます。ただし、任意継続中の保険料は会社負担分も含め全額本人負担となり、退職時の標準報酬月額に基づいて協会けんぽ等が算定した額を毎月支払います。
- 任意継続を選択する場合は、従業員に20日以内の手続き締切を伝え、健康保険組合または協会けんぽ支部への申請書提出方法を案内してください。また、任意継続後の留意事項として、原則途中で国民健康保険や家族の扶養へ切り替えることはできない点にも注意が必要です。
- ただし、任意継続中でも保険料を納付期日までに納めないと資格喪失となり、新たに他社の健康保険に加入した場合もその時点で任意継続の資格を失います。これらの条件・手続き事項を従業員にも周知し、漏れのないよう確認しましょう。

家族の被扶養者として加入

- 従業員に厚生年金・健康保険に加入中の配偶者（または親）がいる場合、その家族の健康保険の被扶養者になる選択肢も検討します。各健康保険組合・協会けんぽで定める被扶養者認定基準を満たす必要があり、一般的には「年収130万円以下かつ被保険者年収の1/2以下」が目安です。
- 退職後に収入が無くなれば多くの場合この条件に該当しますが、失業手当を受給予定の場合は注意が必要です。雇用保険の基本手当（日額）×受給日数によって年収見込みが130万円を超える場合、失業手当受給中は扶養に入れないことがあります。特に基本手当日額が3,612円以上の場合、受給開始後は扶養資格を満たさなくなるため、受給が始まる段階で扶養から外れる対応が必要です。
- 被扶養者となる場合、手続きは扶養元の家族の勤務先経由で行います。退職後速やかに従業員から家族の勤務先に申し出てもらい、健康保険被扶養者（異動）届の提出等の手続きを進めてもらってください。雇用保険の受給予定がある場合はその旨も申告し、扶養可否の判断を仰ぐよう従業員に伝えます。

健康保険に関する手続き

無保険期間を作らない

- 短期間であっても空白期間中に医療保険に未加入の状態を作らないよう徹底します。
- 日本は国民皆保険制度の下、何らかの公的医療保険への加入が法律で義務付けられています。万一無保険のまま病気やケガで医療機関にかかった場合、その期間の医療費は全額自己負担となり大きな経済的リスクを伴います。
- また後日発覚して国民健康保険料を請求された場合、最長で過去2年分まで遡って保険料を納めなければならないケースもありますが、遡及で保険料を支払ってもその無保険期間中の医療費には保険給付が適用されません。
- このような事態を防ぐためにも、退職者には必ず上記いずれかの健康保険に加入するよう案内し、加入後は新しい保険証の提示を確認するなどフォローしてください。

年金(厚生年金→国民年金)に関する手続き理 解チェックリスト

年金(厚生年金→国民年金)に関する手続き

国民年金第1号被保険者への切替え

- 社員が退職により厚生年金の資格を喪失した場合、次の就職までに1日以上空白期間が生じるなら国民年金への加入手続きが必要です。
- 具体的には、退職した月の翌月以降に次の会社へ入社するケースでは、その空白期間中は自分で国民年金に加入し保険料を納める義務があります。
- 退職日の翌日から14日以内に、従業員の住所地の市区町村役所（国民年金担当窓口）で第1号被保険者への種別変更手続きを行うよう案内します。万一14日を過ぎてしまっても手続き自体は可能ですが、手続きを失念していると後日「国民年金未納分の納付案内」が自宅に届きます。
- その場合、未納期間分の保険料を後から一括で納付しなければならないため、できるだけ早めに手続きを行うよう促してください。加入手続きの際には年金手帳もしくは基礎年金番号のわかる書類、本人確認書類、退職日の証明書類（離職票など）を持参するよう伝えます。国民年金保険料は定額で全国一律です。令和6年度（2024年4月～2025年3月）の保険料は月額16,980円となっています。
- 退職月の翌月分から支払いが発生し、納付書または口座振替により本人が納めます。国民年金保険料は毎年度見直されるため、最新の金額を年金機構や自治体からの通知で確認しましょう。

配偶者の扶養による国民年金第3号への種別変更

- 退職者に厚生年金加入中の配偶者がいる場合、健康保険の扶養手続きと併せて国民年金第3号被保険者への種別変更手続きを行います。
- 退職により本人は厚生年金（第2号）資格を失いますが、配偶者の扶養に入ることによって20歳以上60歳未満であれば国民年金第3号被保険者となり、自身で国民年金保険料を負担する必要がなくなります。
- 第3号被保険者への種別変更届（国民年金被保険者関係届出書）を配偶者の勤務先経由で日本年金機構へ提出してもらいましょう。配偶者の健康保険の扶養認定と並行して行う形になります。
- 万一、配偶者の扶養に入れない場合（収入要件を満たさない等）は第3号にはなれないため、その場合は第1号としてご本人が国民年金保険料を納付する必要があります。
- 配偶者がいない場合や配偶者が厚生年金に加入していない場合も同様に、退職後は第1号被保険者として加入手続きを行う必要があります。

年金(厚生年金→国民年金)に関する手続き

国民年金保険料の免除・猶予申請

- 退職に伴い収入が減少し、国民年金保険料の納付が困難な場合は、保険料免除や納付猶予の制度を利用できることを本人に案内します。
- 国民年金は強制加入のため未納のまま放置することはできませんが、所得状況に応じて全額免除・一部免除や納付猶予が承認される場合があります。
- 失業中の場合の特例として、退職による収入減少で保険料支払いが困難な場合は「失業」を理由とした保険料免除申請が可能です。
- この申請を行う際は、ハローワークで発行される雇用保険受給資格者証や離職票の写しを提出する必要があります。
- 免除や猶予が認められた期間は未納扱いにはならず、将来受け取る年金額への影響も軽減されます（免除期間分は原則として受給額に反映されませんが、10年以内に追納することで満額に近づけることが可能です）。
- 退職者には、市区町村役所の年金担当窓口または年金事務所でこれらの制度について相談・申請するよう勤めてください。

国民年金保険料の未納リスク周知

- 国民年金保険料を未納のままにしておくことは厳禁です。
- 未納が続くと老後の年金受給額に影響が出るだけでなく、一定期間保険料を納めていないと重度の障害を負った際の障害年金や、万一死亡した場合の遺族年金を受給できない恐れがあります。
- 退職者には必ず国民年金への加入と保険料納付（もしくは免除申請）の必要性を説明し、未納期間が生じないよう対策してください。

雇用保険(失業手当)に関する対応 理解チェックリスト

雇用保険(失業手当)に関する対応

離職票の交付

- 従業員が退職したら、会社は雇用保険被保険者資格喪失手続き（離職証明書の提出）を行い、「雇用保険被保険者離職票」を発行します。
- 離職票は従業員がハローワークで失業手当（基本手当）の受給手続きを行う際に必要となる書類です。
- 自己都合退職の場合も含め、希望者には漏れなく交付してください。
- 離職票には離職理由や賃金額等が記載され、ハローワークでの給付制限期間や受給額算定に用いられます。退職者には、離職票が届いたらハローワークで速やかに失業給付の申請手続きを行うよう案内しましょう。

失業手当受給中の社会保険継続

- 従業員が退職後に失業手当を受ける場合であっても、健康保険および国民年金への加入手続きを省略できるわけではありません。
- 雇用保険の失業給付はあくまで生活保障の給付であり、医療保険や年金の役割は別途維持する必要があります。
- 失業手当からは健康保険料・年金保険料は差し引かれられないため、国民健康保険料や国民年金保険料は従業員本人が自分で支払う必要があります。そのため、上記で案内した国民健康保険または任意継続、国民年金の加入手続きを失業中であっても必ず行い、保険料の納付も継続するよう本人に周知してください。
- 特に国民健康保険料は前年収入に基づき算定されるため、退職直後で収入が途絶えても前年の所得によっては高額になる可能性があります。不払いとならないよう注意しましょう。

雇用保険(失業手当)に関する対応

失業給付と扶養条件の再確認

- 前述の通り、失業手当を受給する期間中は給付額によって配偶者の健康保険扶養認定から外れる場合があります。基本手当日額が一定額以上（3,612円以上）の場合、受給開始後は年収見込みが130万円超と判断され扶養から除外されます。
- そのため、退職時点では扶養に入れても、失業給付の支給開始時に従業員をご家族の健康保険扶養から削除する手続きが必要となるケースがあります。
- 人事担当者は、配偶者の勤務先の担当者とも連携し、失業手当受給開始に伴う被扶養者資格の見直しを適切に行ってください。
- 受給開始前の待機期間中（自己都合退職の場合は退職後約3ヶ月の給付制限期間＋7日間の待期）は収入が無いため一時的に扶養に入れることもありますが、給付開始後は扶養から外す対応が原則となります。

国民健康保険料の特例軽減確認

- 会社都合退職や契約期間満了などの非自発的失業に該当する退職者には、各自治体で用意されている国民健康保険料の軽減制度についても案内します。
- ハローワーク発行の離職票に離職理由コード「特定受給資格者」「特定理由離職者」（倒産・解雇・やむを得ない契約終了等）と記載された方は、多くの市区町村で国民健康保険料の算定において前職の給与所得を30%相当として扱う特例措置が受けられます。
- この制度により翌年度分の国民健康保険料負担が軽減される場合があります（その他の所得状況によっては軽減とならないケースもあります）。該当者には離職票を持参のうえ、住所地の役所で所定の手続きを行うよう伝えてください。
- 軽減措置の適用期間や詳細は自治体によって異なるため、必要に応じて各自治体の国民健康保険担当部署へ事前に確認しておくとう安心です。

【免責】

※チェックリストに従うことで、法令違反がないことを保証する資料ではありません。

※あくまで参考としてご活用いただくことを想定している資料です。実際の制度内容は国の資料等をご確認ください。

※当資料は、2025年2月時点の内容となっております。最新の情報はの資料等をご確認ください。