

退職後に必要な年金手続き 簡単まとめ

 Money Forward クラウド

※当資料に従うことで、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5月時点の内容となっております。最新の情報は国の資料等をご確認ください。

退職後に必要な年金手続き 簡単まとめ

退職後の年金手続きは状況により異なります。主なケースは以下の通りです。

ケース	年金種類	手続き先	期限	主な必要書類
自営業・無職等	国民年金第1号	市区町村役場	退職翌日～14日以内	基礎年金番号通知書、退職日確認書類
配偶者の扶養に	国民年金第3号	配偶者の勤務先	事由発生～5日以内	基礎年金番号通知書、続柄・収入確認書類
新会社へ就職	厚生年金 (国民年金第2号)	新しい勤務先	就職日～5日以内	基礎年金番号通知書、マイナンバー

国民年金第1号被保険者になる場合

自営業者や失業期間中の60歳未満の方が対象です。退職日の翌日から14日以内に市区町村役場で手続きします。基礎年金番号通知書や退職証明書等が必要です。令和7年度の保険料は月額17,510円です。60歳以上でも条件を満たせば任意加入できます。

国民年金第3号被保険者になる場合

厚生年金加入の配偶者に扶養される20歳以上60歳未満（年収130万円未満等の条件あり）の方が対象。事由発生から5日以内に配偶者の勤務先経由で手続きします。基礎年金番号通知書、続柄・収入確認書類等が必要ですが、マイナンバー提示で一部省略可能です。本人の保険料負担はありません。

退職後に必要な年金手続き 簡単まとめ

厚生年金に加入する場合

厚生年金適用事業所に転職する場合、70歳まで加入します。手続きは新しい勤務先が就職日から5日以内に行います。従業員は基礎年金番号通知書等を提出します。複数事業所勤務の場合は自身での届出が必要です。保険料は給与から天引きされ、事業主と折半します。

厚生年金加入者の退職後、扶養配偶者の手続き

- 退職者が国民年金第1号になる場合：扶養配偶者も国民年金第1号への変更手続きが必要。保険料納付義務が生じます。
- 退職者が新勤務先で厚生年金に加入する場合：配偶者は第3号のままが多いですが、書類提出を求められることがあります。

退職後の確定拠出年金（企業型DC）

企業型DC加入者は退職後6ヶ月以内に手続きが必要です。

- 転職先に企業型DCがある場合：資産を移管します。
- 転職先に企業型DCがない、または自営業等になる場合：iDeCo等へ資産を移管します。未手続の場合、資産は国民年金基金連合会へ自動移管され、運用できず手数料も発生する等のデメリットがあります。