

# 特定理由離職者の失業保険 受給条件 & 手続きチェックリスト

# 1.対象区分の確認

チェック	注意事項
<input data-bbox="160 325 202 369" type="checkbox"/>	被保険者区分が一般被保険者であることを確認した - 補足：基本手当の制度設計が異なる区分があるため、最初に切り分ける
<input data-bbox="160 489 202 532" type="checkbox"/>	離職理由が「特定理由離職者の範囲」に入る可能性があることを確認した - 補足：厚労省の「範囲と判断基準」に沿って整理する

## 2.受給資格の必須要件

チェック	注意事項
<input type="checkbox"/>	就職する意思と能力があり、現時点で就職できていない状態であることを確認した - 補足：受給は「失業の認定」を前提とする
<input type="checkbox"/>	被保険者期間が「離職以前1年間に6か月以上」あることを確認した - 補足：特定理由離職者は6か月以上で受給資格を得られる旨が明記されている
<input type="checkbox"/>	退職理由を、日付と出来事が分かる時系列メモにした - 補足：離職理由の判定は事実関係の確認を伴う

### 3.離職理由別の証拠資料

チェック	注意事項
<input type="checkbox"/>	契約満了・雇い止めの場合、更新希望と非更新の経緯が分かる資料を用意した - 補足：雇用契約書、更新確認書、メール、面談記録などを用意し、判断基準に沿って説明できる状態にする
<input type="checkbox"/>	病気・けが・心身不調の場合、就労継続が困難だったことを示す医師の書面を用意した - 補足：自己申告だけでは足りず、客観資料が必要になりやすい
<input type="checkbox"/>	妊娠・出産・育児、介護・看護の場合、就労継続が困難だった事情を示す資料を用意した - 補足：判断基準に沿って、事情と期間、必要性を説明できる材料を揃える
<input type="checkbox"/>	配偶者の転勤・転居、通勤困難の場合、転居日・通勤経路・所要時間が説明できる資料を用意した - 補足：住民票の異動が分かる書類、時刻表や経路検索結果など

## 4.初回手続きの持ち物

チェック	注意事項
<input type="checkbox"/>	離職票-1・離職票-2を用意した
<input type="checkbox"/>	マイナンバー確認書類を用意した -補足：マイナンバーカードが基本
<input type="checkbox"/>	本人確認書類を用意した -補足：マイナンバーカードがある場合は一体で満たせる
<input type="checkbox"/>	印鑑を用意した -補足：認印が案内されている
<input type="checkbox"/>	写真2枚を用意した -補足：最近の写真、正面上三分身、縦3.0cm×横2.4cm、マイナンバーカードで代替可
<input type="checkbox"/>	本人名義の預金通帳またはキャッシュカードを用意した

## 5.手続きの実行

チェック	注意事項
<input type="checkbox"/>	ハローワークで求職の申込みを行った
<input type="checkbox"/>	受給資格決定の手続きで、離職理由を「特定理由離職者として申し立てる」意思を明確に伝えた - 補足：離職理由の判定手続きが案内されている
<input type="checkbox"/>	受給説明会に参加し、受給資格者証と失業認定に必要な書類を受領した

## 6.待期と給付制限の整理

チェック	注意事項
<input type="checkbox"/>	待期がある前提で資金繰りを整理した - 補足：自己都合でも給付は待期と失業認定を経て支給される
<input type="checkbox"/>	自己都合の給付制限が「離職日」により変わることを確認した - 補足：2025-04-01以降の離職は原則1か月とする案内が出ている
<input type="checkbox"/>	特定理由離職者として認定された場合、給付制限がかからない扱いとなり得る点を確認した - 補足：特定理由離職者は「範囲と判断基準」に沿って判定される

## 7.受給中の失業認定

チェック	注意事項
<input type="checkbox"/>	失業認定日に提出する申告書に向けて、求職活動を日付入りで記録した
<input type="checkbox"/>	就労やアルバイトをした日と収入を、申告できる形で整理した - 補足：就労の扱いは支給可否に影響するため、申告が必要となる

## 8.追加で使える制度

チェック	注意事項
<input data-bbox="160 339 200 380" type="checkbox"/>	国民健康保険料の軽減制度の対象になり得ることを確認した - 補足：特定受給資格者と特定理由離職者を対象とし、前年の給与所得を30/100として算定する制度が示されている
<input data-bbox="160 543 200 584" type="checkbox"/>	国民健康保険料の軽減申請に「雇用保険受給資格者証」などが必要となることを確認した - 補足：自治体の案内で、受給資格者証や受給資格通知の写し提出が求められている

## チェック漏れ防止のための注意事項

チェック	注意事項
<input type="checkbox"/>	離職理由の判定は、提出資料と事実関係の確認を伴うため、時系列メモと証拠を揃える必要がある
<input type="checkbox"/>	写真のサイズは縦3.0cm×横2.4cm。マイナンバーカード提示で省略できる
<input type="checkbox"/>	給付制限は離職日により扱いが変わるため、離職日を起点に整理する必要がある
<input type="checkbox"/>	国民健康保険料の軽減は受給期間と一致しない場合があるため、離職日からの対象期間で整理する必要がある

※2026年3月時点の情報をもとに作成しています