

指 示

令和 6 年 3 月 8 日
年企指 2024-5

「私の履歴整理表」 掲示方法の見直し
（「この仕事はやめられるのでは」 キャンペーン/共 3 9）

| | | | | |
|-------|--|--|-------------------------------|-------------------------------|
| 情報提供先 | 相談センター <input checked="" type="checkbox"/> | 社労士会 <input checked="" type="checkbox"/> | 健保協会 <input type="checkbox"/> | 機構健保 <input type="checkbox"/> |
| 目的・趣旨 | 令和 5 年 1 月 13 日【未来指 2023-3】「働き方改革・女性活躍の促進キャンペーンの実施」の「この仕事はやめられるのでは」キャンペーンの提案により、「私の履歴整理表の活用についてのお知らせ」の掲示方法を見直します。 | | | |
| 指示の内容 | <p>1 概要</p> <p>【未来指 2023-3】により、「待合スペースの「私の履歴整理表」を廃止する」という提案が寄せられたことを踏まえ、平成 22 年 4 月 23 日【サ推指 2010-45】※「年金事務所等における掲示物の統一化」（指示・依頼）で定めている以下の取扱いを変更します。</p> <p>（1）変更前</p> <p>「私の履歴整理表の活用についてのお知らせ」を、年金相談の待合スペース等において、お客様が座られた際の目線の高さに掲示するとともに、すぐそばに履歴整理表と筆記用具を備え付ける。</p> <p>（2）変更後</p> <p>「私の履歴整理表の活用についてのお知らせ」を、年金相談の待合スペースに掲示すること及びすぐそばに履歴整理表と筆記用具を備え付けることは<u>不要とする。</u></p> <p>2 取扱変更日</p> <p>令和 6 年 4 月 1 日（月）</p> | | | |
| （注意点） | 私の履歴整理表は、年金事務所に備え付けていることを日本年金機構ホームページにおいて公表しており、「ねんきんネット」からも私の履歴整理表をご活用いただけるため、引き続き、必要に応じてお客様にご案内してください。 | | | |
| 別添資料 | 【別添】私の履歴整理表 | | | |

| | |
|----------|---|
| 「要報告」の場合 | |
| 報告期限 | — |
| 報告先 | — |

テレビ解説対象 ☐

○記入見本

| 年 | 年齢 | 学校や勤め先等 (自営業、専業主婦等) | 住 所 (市区町村、海外) | 婚姻、配偶者の勤め先、 氏名変更等 |
|-------------|----|--|------------------|------------------------|
| | 16 | | | |
| | | 当時お住まいの市区町村名(海外在住の場合は国名)をご記入ください。 | | |
| | | 年金関連事項をご記入ください。 (下記の『年金関連事項』をご覧ください。) | | |
| 昭和53 (1978) | 19 | 4月〇〇大学入学 | 大阪市 | D 社入社 〈国民年金の特例納付〉 |
| 昭和54 (1979) | 20 | 国民年金加入 (卒業まで親が支払い) | | |
| 昭和55 (1980) | 21 | | | |
| 昭和56 (1981) | 22 | 詳細な、加入状況、納付状況が分かる場合はご記入ください。 | | |
| 昭和57 (1982) | 23 | 大学卒業→A市役所採用 (地方公務員共済) | 大阪市 | |
| 昭和58 (1983) | 24 | | | |
| 昭和59 (1984) | 25 | A市役所退職→B会社就職 (厚生年金) | 神戸市 | |
| 昭和60 (1985) | 26 | | | 〈基礎年金導入〉 |
| 昭和61 (1986) | 27 | | | 結婚 |
| 昭和62 (1987) | 28 | | | |
| 昭和63 (1988) | 29 | | | 長女出産 |
| 平成1 (1989) | 30 | B会社を病気で退社 (国民年金) | 大阪市 | |
| 平成2 (1990) | 31 | | | |
| 平成3 (1991) | 32 | 父の家の手伝い (厚生年金) | 大阪市 | 〈学生の第1号への強制加入〉 長男出産 |
| 平成4 (1992) | 33 | 家族の出来事をご記入ください。 (記憶を思い出すのに有効です。) | | |
| 平成5 (1993) | 34 | | | |
| 平成6 (1994) | 35 | | | 次男出産 〈第3号の特例開始〉 |
| 平成7 (1995) | 36 | C会社入社 (厚生年金) | 杉並区 | |
| 平成8 (1996) | 37 | | | 〈基礎年金番号導入〉 |
| 平成9 (1997) | 38 | | | |
| 平成10 (1998) | 39 | | | |

年金関連事項

昭和36(1961)年 国民年金保険料納付開始 平成 3(1991)年 学生の1号への強制加入開始
昭和45(1970)年 昭和3号の特例届出開始 平成 7(1995)年 第3号の特例届出開始
昭和49(1974)年 国民年金の特例納付 平成 9(1997)年 基礎年金番号導入
昭和53(1978)年 学生納付特例開始 平成12(2000)年 学生納付特例開始
昭和61(1986)年 第3号被保険者適用開始 平成14(2002)年 厚生年金適用年齢上げ(65歳→70歳)

ご本人様用



私の履歴整理表

～年金記録確認をスムーズに行うために～

「私の履歴整理表」は、ご自身のこれまでの勤務先、住所等をご記入し、整理いただくことにより、年金記録を見るだけでは気づかなかったことを思い出してください、スムーズに、より確実に年金記録確認を行うためのものです。

これから年金の請求をされる方で転職歴の多い方、専業主婦の期間が長い方、海外在住期間のある方には受給資格の確認等に特に有効ですので、時間の許す限り記載していただきますようお願い致します。

「私の履歴整理表」は、ご家庭等でご記入いただけるよう、エクセルファイルもご用意しております。日本年金機構ホームページよりダウンロードのうえご使用ください。

日本年金機構

検索

エクセルファイルは生年月日をご記入いただくことで自動的に年齢とそれらに対応した年(和暦、西暦)や、年金制度の重要事項が表示されます。

令和 年 月 日

○年金記録確認をスムーズに行うため、ご自身の履歴を整理してみましよう。
記入見本を参考に、わかる範囲でご記入ください。

氏名 生年月日 年 月 日

| 年 | 年齢 | 学校や勤め先等 (自営業、専業主婦等) | 住 所 (市区町村,海外) | 婚姻、配偶者の勤め先、 氏名変更等 |
|---|----|------------------------|------------------|----------------------|
| | 16 | | | |
| | 17 | | | |
| | 18 | | | |
| | 19 | | | |
| | 20 | | | |
| | 21 | | | |
| | 22 | | | |
| | 23 | | | |
| | 24 | | | |
| | 25 | | | |
| | 26 | | | |
| | 27 | | | |
| | 28 | | | |
| | 29 | | | |
| | 30 | | | |
| | 31 | | | |
| | 32 | | | |
| | 33 | | | |
| | 34 | | | |
| | 35 | | | |
| | 36 | | | |
| | 37 | | | |
| | 38 | | | |
| | 39 | | | |

| 年 | 年齢 | 学校や勤め先等 (自営業、専業主婦等) | 住 所 (市区町村,海外) | 婚姻、配偶者の勤め先、 氏名変更等 |
|---|----|------------------------|------------------|----------------------|
| | 40 | | | |
| | 41 | | | |
| | 42 | | | |
| | 43 | | | |
| | 44 | | | |
| | 45 | | | |
| | 46 | | | |
| | 47 | | | |
| | 48 | | | |
| | 49 | | | |
| | 50 | | | |
| | 51 | | | |
| | 52 | | | |
| | 53 | | | |
| | 54 | | | |
| | 55 | | | |
| | 56 | | | |
| | 57 | | | |
| | 58 | | | |
| | 59 | | | |
| | 60 | | | |
| | 61 | | | |
| | 62 | | | |
| | 63 | | | |
| | 64 | | | |
| | 65 | | | |

○記入見本

| 年 | (本) 年齢 | (配) 年齢 | 学校や勤め先等 (自営業、専業主婦等) | 住 所 (市区町村、海外) | 婚姻、配偶者の勤め先、 氏名変更等 |
|------------------------------|--------|--------|-------------------------------------|------------------|---|
| | 16 | | | | |
| | 17 | | | | |
| | 18 | | | | |
| 昭和53 (1978) | 19 | 18 | 4月〇〇大学入学 | 大阪市 | D 社入社 〈国民年金の特例納付〉 |
| 昭和54 (1979) | 20 | 19 | 国民年金加入 (卒業まで親が支払い) | | |
| 詳細な、加入状況、納付状況が分かる場合はご記入ください。 | | | | | |
| 昭和57 (1982) | 23 | 22 | 大学卒業→A 市役所採用 (地方公務員共済) | 大阪市 | |
| 昭和58 (1983) | 24 | 23 | | | |
| 昭和59 (1984) | 25 | 24 | A 市役所退職→B 会社就職 (厚生年金) | 神戸市 | |
| 昭和60 (1985) | 26 | 25 | | | |
| 昭和61 (1986) | 27 | 26 | | | D 社退職 結婚 氏名変更 (旧姓〇〇) 3号に 〈基礎年金導入〉 |
| 昭和62 (1987) | 28 | 27 | | | 変更前の氏名等をご記入ください。 |
| 昭和63 (1988) | 29 | 28 | | | 長女出産 |
| 平成1 (1989) | 30 | 29 | B 会社を病気で退社 (国民年金) | 大阪市 | |
| 平成2 (1990) | 31 | 30 | | | |
| 平成3 (1991) | 32 | 31 | 父の家族の手伝い (厚生年金) | 大阪市 | 〈学生の第1号への強制加入〉 長男出産 |
| 平成4 (1992) | 33 | 32 | | | |
| 平成5 (1993) | 34 | 33 | 家族の出来事をご記入ください。 (記憶を思い出すのに有効です。) | | |
| 平成6 (1994) | 35 | 34 | | | 次男出産 |
| 平成7 (1995) | 36 | 35 | C 会社入社 (厚生年金) | 杉並区 | 〈第3号の特例届開始〉 |
| 平成8 (1996) | 37 | 36 | | | |
| 平成9 (1997) | 38 | 37 | | | 〈基礎年金番号導入〉 |
| 平成10 (1998) | 39 | 38 | | | |

年金関連事項

| | | | |
|-------------|-------------|-------------|------------------------|
| 昭和36(1961)年 | 国民年金保険料納付開始 | 平成 3(1991)年 | 学生の1号への強制加入開始 |
| 昭和45(1970)年 | | 平成 7(1995)年 | 第3号の特例届出開始 |
| 昭和49(1974)年 | 国民年金の特例納付 | 平成 9(1997)年 | 基礎年金番号導入 |
| 昭和53(1978)年 | | 平成12(2000)年 | 学生納付特例開始 |
| 昭和61(1986)年 | 第3号被保険者適用開始 | 平成14(2002)年 | 厚生年金適用年齢引上げ(6.5歳→7.0歳) |

ご夫婦用

私の履歴整理表

～年金記録確認をスムーズに行うために～

「私の履歴整理表」は、ご自身のこれまでの勤務先、住所等をご記入し、整理いただくことにより、年金記録を見るだけでは気づかなかったことを思い出していただき、スムーズに、より確実に年金記録確認を行うためのものです。

これから年金の請求をされる方で転職歴の多い方、専業主婦の期間が長い方、海外在住期間のある方には受給資格の確認等に特に有効ですので、時間の許す限り記載していただきますようお願い致します。

「私の履歴整理表」は、ご家庭等でご記入いただけるよう、エクセルファイルもご用意しております。日本年金機構ホームページよりダウンロードのうえご使用ください。

日本年金機構

検索

エクセルファイルは生年月日をご記入いただくことで自動的に年齢とそれらに対応した年（和暦、西暦）や、年金制度の重要事項が表示されます。

令和 年 月 日

○年金記録確認をスムーズに行うため、ご自身の履歴を整理してみましよう。
記入見本を参考に、わかる範囲でご記入ください。

ご本人→氏名

生年月日

年

月

日

配偶者→氏名

生年月日

年

月

日

| 年 | (本)年齢 | (配)年齢 | 学校や勤め先等 (自営業、専業主婦等) | 住 所 (市区町村,海外) | 婚姻、配偶者の勤め先、 氏名変更等 |
|---|-------|-------|------------------------|------------------|----------------------|
| | 16 | | | | |
| | 17 | | | | |
| | 18 | | | | |
| | 19 | | | | |
| | 20 | | | | |
| | 21 | | | | |
| | 22 | | | | |
| | 23 | | | | |
| | 24 | | | | |
| | 25 | | | | |
| | 26 | | | | |
| | 27 | | | | |
| | 28 | | | | |
| | 29 | | | | |
| | 30 | | | | |
| | 31 | | | | |
| | 32 | | | | |
| | 33 | | | | |
| | 34 | | | | |
| | 35 | | | | |
| | 36 | | | | |
| | 37 | | | | |
| | 38 | | | | |
| | 39 | | | | |

| 年 | (本)年齢 | (配)年齢 | 学校や勤め先等 (自営業、専業主婦等) | 住 所 (市区町村,海外) | 婚姻、配偶者の勤め先、 氏名変更等 |
|---|-------|-------|------------------------|------------------|----------------------|
| | 40 | | | | |
| | 41 | | | | |
| | 42 | | | | |
| | 43 | | | | |
| | 44 | | | | |
| | 45 | | | | |
| | 46 | | | | |
| | 47 | | | | |
| | 48 | | | | |
| | 49 | | | | |
| | 50 | | | | |
| | 51 | | | | |
| | 52 | | | | |
| | 53 | | | | |
| | 54 | | | | |
| | 55 | | | | |
| | 56 | | | | |
| | 57 | | | | |
| | 58 | | | | |
| | 59 | | | | |
| | 60 | | | | |
| | 61 | | | | |
| | 62 | | | | |
| | 63 | | | | |
| | 64 | | | | |
| | 65 | | | | |