

利用登録は、マイナポータルからがとっても簡単！

ご注意ください▶

- ・マイナンバーカード
- ・数字4桁のパスワード
(マイナンバーカード受け取り時に設定した利用者証明用電子証明書パスワード)



まずは ▶ マイナポータルの利用者登録

マイナポータルはこちらから →
<https://myna.go.jp>

- 1 マイナポータルアプリをダウンロード
- 2 マイナポータルアプリを起動し、トップページの「登録・ログイン」を選択する
- 3 数字4桁のパスワードを入力する
- 4 スマートフォンにマイナンバーカードをかざして読み取り開始
- 5 読み取りが完了したらログインが完了

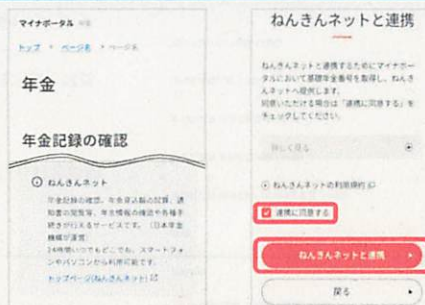


画面イメージ

▶ マイナポータルの利用者登録が完了！

つぎに ▶ ねんきんネットとの連携

- 1 マイナポータルのトップ画面「年金」から「トップページ（ねんきんネット）」を選択する
- 2 「連携に同意する」にチェックを入れ、「ねんきんネットと連携」を選択する
- 3 「メールアドレスの登録/変更」からメールアドレスを入力する



画面イメージ

▶ ねんきんネットとの連携が完了！

注意

- ・マイナポータルからねんきんネットへつなぐ場合の初回の利用登録の時間帯は、平日8時から23時までです。時間帯によっては、つながるまでにお時間を要する場合があります。
- ・基礎年金番号をお持ちでない方等、一部ご利用できない場合があります。

利用登録後は、24時間いつでも「ねんきんネット」をご利用いただけます

マイナンバーカードがなくても利用できます。

マイナンバーカードをお持ちでない方も、ユーザIDを取得すると「ねんきんネット」を利用できます。

詳しくは日本年金機構ウェブサイトへ

ねんきんネット

検索

https://www.nenkin.go.jp/n_net/



受付
時間

月	午前8:30～午後7:00
火～金	午前8:30～午後5:15
第2土	午前9:30～午後4:00

※月曜日が祝日の場合は、翌日以降の開所日初日に午後7:00まで相談をお受けします。
※第2土曜日を除く土日祝日、12月29日～1月3日はご利用いただけません。



0570-058-555

050から始まる電話番号からは 03-6700-1144

マイナポータルとの連携で 「ねんきんネット」は もっと便利になります！

利用者数

1000 万人
突破！

「ねんきんネット」は、パソコンやスマートフォンからご自身の年金情報を手軽に確認できるサービスです。

「ねんきんネット」を使って以下のことができます

- ご自身の年金記録の確認
- 将来の年金見込額の試算
- 「ねんきん定期便」や各種通知書の確認
- 持ち主不明の年金記録の検索 など



ねんきんクマ
「ねんきんネット」マスコット

さらに！マイナポータルと連携することで以下のこともできます

- 扶養親族等申告書の電子申請
- 社会保険料（国民年金保険料）控除証明書等の電子データの受け取り など



ねんきん太郎
「ねんきんネット」マスコット

「年金の日」とは

11月30日は
年金の日

厚生労働省では、「国民一人一人、「ねんきんネット」等を活用しながら、高齢期の生活設計に思いを巡らしていただく日」として、11月30日（いいみらい）を「年金の日」としました。



厚生労働省
Ministry of Health, Labour and Welfare



日本年金機構
Japan Pension Service

「ねんきんネット」ではこんなことができます

※「ねんきんネット」は、マイナンバーカードをお持ちでない方も利用できます

ご自身の年金記録の確認

ご確認いただけるもの

- ① 月別の年金記録
月別にどの年金制度に加入していたかを一目で確認
- ② 国民年金の加入記録
国民年金の加入月数、各月の納付状況、免除制度、学生納付特例制度、納付猶予制度の適用期間など、追納できる月数と金額等
- ③ 厚生年金保険の加入記録
厚生年金の加入月数、標準報酬月額・標準賞与額、資格取得・喪失年月日、お勤め先の名称等

月別の年金記録

令和4年度（32歳）

月	加入制度
4月	国民
5月	国民
6月	国民
7月	国民
8月	国民
9月	厚生
10月	厚生
11月	厚生

画面イメージ

将来の年金見込額の試算

ご確認いただけるもの

- ① かんたん試算
現在の加入条件が60歳まで継続したと仮定した場合の年金見込額を自動表示します
- ② 詳細な条件で試算
今後の働き方や、年金の受給開始年齢などの条件を自分で設定して試算します
- ③ 年金受給開始年齢、各年齢の年金見込額などを表やグラフで表示

試算結果（詳細）を確認する

受給年齢
65歳01ヶ月～

期間

年金見込額 特別支給の老齢厚生年金（月額）	0円
年金見込額 老齢厚生年金（月額）	48,000円
年金見込額 老齢基礎年金（月額）	60,000円
支給停止見込額（月額）	0円
受給予定年金見込額（月額）	108,000円

画面イメージ

「ねんきん定期便」や各種通知書の確認

ご確認いただけるもの

- 電子版「ねんきん定期便」
- 年金振込通知書 ● 公的年金等の源泉徴収票
- 年金額改定通知書 ● 年金支払通知書
- 年金決定通知書・支給額変更通知書
- 社会保険料（国民年金保険料）控除証明書

ねんきん定期便

画面イメージ

環境にもやさしい電子版「ねんきん定期便」をご利用ください

「ねんきんネット」から、紙の「ねんきん定期便」の郵送を停止することができます。電子版「ねんきん定期便」は、紙の「ねんきん定期便」より1か月程度早く確認でき、環境にもやさしいペーパーレス化推進につながります。ぜひ電子版「ねんきん定期便」をご利用ください。

ほかにもさまざまな便利な機能があります！

- ◆ 日本年金機構に提出する一部の届書を簡単に作成・印刷できます。
→ 基礎年金番号や氏名などの入力を省ける自動表示機能や入力誤りを防止する入力チェック機能
- ◆ 持ち主不明の年金記録の検索ができます。
→ 氏名、性別、生年月日が一致する持ち主不明の年金記録の検索機能

「マイナポータル」と「ねんきんネット」を連携してさらに便利に！

※事前にマイナポータルと「ねんきんネット」を連携することで以下の機能が利用できます

● 扶養親族等申告書の提出がスマートフォン等のできるようになりました！

オンラインで提出すれば、紙の扶養親族等申告書を郵送する手間も切手代も不要です

入力は簡単！

氏名、生年月日などの本人情報が自動で入力されます。また、その他の項目もほとんどが選択式のため簡単に作成いただけます。加えて、入力漏れもその場でチェックすることができます。

1 受給者情報

氏名	年金 太郎様
基礎年金番号	0123-456789
年金コード	1130
氏名（フリガナ）	ネンキン タロウ
生年月日	昭和30年1月12日

画面イメージ

本人情報は自動入力！

前年分の申告書を提出している方はもっと簡単！

氏名、生年月日などの本人情報に加えて、前年の申告内容も自動入力されます。内容を確認いただき、変更がある場合は変更箇所を修正して提出いただけます。

ねんきんネット

1 作成 2 確認 3 署名 4 完了

2 申告書の作成

【前年の申告書の確認・変更内容の入力】を押して、表示される前年の申告内容を確認してください。今回申告するが前年と異なる箇所は、該当する箇所を変更してください。

前年分の申告内容を確認・変更内容の入力

画面イメージ

前年の申告内容も自動入力！

● 電子送付の希望登録で確定申告に必要な控除証明書等を電子データで受け取れます！

これまで書面で交付されていた控除証明書等を電子データで受け取り、e-Taxによる確定申告等で利用できるようになりました。

対象となる通知書

国民年金保険料を納めている方	社会保険料（国民年金保険料）控除証明書
老齢年金を受け取られている方	公的年金等の源泉徴収票

お知らせ詳細

件名	控除証明書の送付について
内容	社会保険料（国民年金保険料）控除証明書を送付します。e-Taxでの申告時にご利用ください。
発出先	日本年金機構（ねんきんネット）
受信日時	XXXX年XX月XX日 XX:XX
保存期限	XXXX年XX月XX日
添付ファイル	社会保険料（国民年金保険料）控除証明書.pdf

画面イメージ

● その他オンラインでできる手続き

- 国民年金第1号被保険者加入の届出（退職後の厚生年金からの変更等）
- 国民年金保険料の免除・納付猶予の申請
- 国民年金保険料の学生納付特例の申請
- 老齢年金請求書の簡易な電子申請（令和6年度中に開始予定）

オンラインでの**確定申告**に使える 公的年金等の**源泉徴収票**を **マイナポータル**で受け取れます！

簡単！

便利！

書面でお届けしている源泉徴収票は、マイナポータルにおいて電子データで受け取ることが可能です。受け取った電子データは、e-Tax※¹を利用した確定申告に利用できます。

※¹ 国税に関する各種手続きを、インターネットを利用して電子的に行えるシステム。

STEP 1

マイナポータルとねんきんネットの連携

- ・マイナポータルとねんきんネットの連携手続きを行う必要があります。連携手続きがお済みでない方は裏面をご確認ください。

STEP 2

ねんきんネットで電子送付希望の登録

- ・マイナポータルのトップ画面の「年金」を選択し、「**通知書のペーパーレス化（ねんきんネット）**」からねんきんネットにログインし、確定申告をする年の前年12月下旬頃までに**電子送付希望の登録**をしてください。※²

※² 「電子送付する」と登録した場合、書面の源泉徴収票は郵送されなくなります。12月中旬以降に登録を行った場合、書面の源泉徴収票が届くことがあります。お早めにご登録ください。

STEP 3

マイナポータルで電子データの受け取り

- ・12月下旬から1月上旬にかけて当年分の源泉徴収票の電子データがマイナポータルの「お知らせ」に届きます。※³
- ・一度登録することで、**毎年**電子データで受け取れます。※⁴

※³ 上記の期間に電子データを受け取れなかった方も、ねんきんネットからの再交付申請を行うことで、電子データを受け取れます。

※⁴ 電子データはデータ取込を目的としているため、源泉徴収票の内容を確認したい場合は、ねんきんネットの「通知書を確認する」からご確認ください。

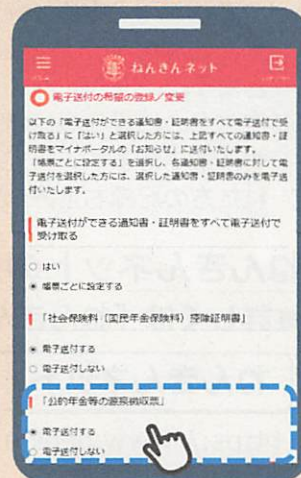
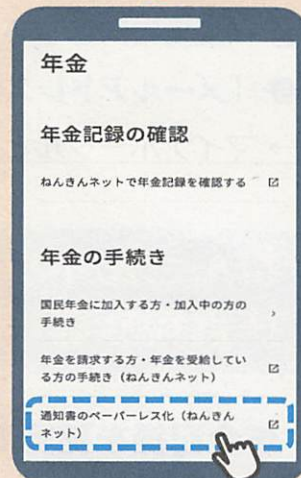
STEP 4

e-Taxでの確定申告に利用

- ・国税庁のホームページから「**確定申告書等作成コーナー**」を開き、**e-Taxでの確定申告**を行ってください。
- ・マイナポータル連携を利用して、源泉徴収票の内容を簡単に**取り込み**、確定申告書に**自動入力**されます。



【STEP 2のイメージ】



利用方法等の詳細は、日本年金機構のホームページをご確認ください。

https://www.nenkin.go.jp/tokusetsu/denshisofu_kojin.html

日本年金機構
Japan Pension Service



あなたの **年金** 簡単便利な「ねんきんネット」で

「マイナポータル」と「ねんきんネット」を連携する際は、
スマートフォンと**マイナンバーカード**をご用意ください！

お手元にご用意ください

※事前にスマートフォンにマイナポータルアプリをインストールするようお願いします。

①マイナンバーカード



②数字4桁のパスワード

(例) 1 2 3 4

※マイナンバーカード受け取り時に設定した「利用者証明用電子証明書パスワード」

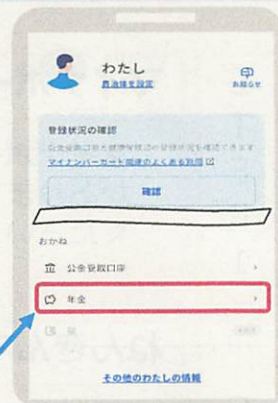
STEP1：マイナポータルの利用者登録



←マイナポータルはこちら
<https://myna.go.jp>

- ① マイナポータルのログイン画面を開き、下部の「登録・ログイン」を選択。
- ② ご自身で設定した**数字4桁のパスワード**を入力の上、**スマートフォンの裏面にマイナンバーカード**をかざして読み取る。
- ③ 画面の案内に従い入力・選択。

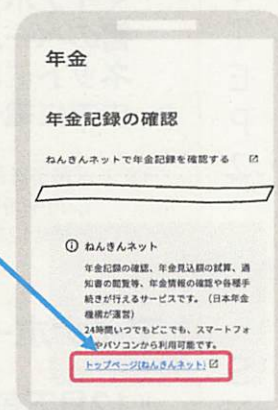
→ マイナポータルの利用者登録およびログインが完了



STEP2：マイナポータルからねんきんネットへの連携手続き

- ① マイナポータルにログインした状態で、トップ画面の「**年金**」を選択し、遷移後のページ内の「**トップページ（ねんきんネット）**」を選択。
- ② 「**連携に同意する**」をチェックし、「**ねんきんネットと連携**」を選択。
- ③ 「**メールアドレスの登録／変更**」からメールアドレスを入力。

→ マイナポータルとねんきんネットの連携が完了



ねんきんネットでは、年金記録・各種通知書の確認や、扶養親族等申告書の提出等ができます！

年金記録を確認できる

- ご自身の国民年金の記録や、お勤めになられた会社の履歴、標準報酬月額等が確認できます。
- 持ち主のわからない年金記録も検索できます。（亡くなられた方の記録も含まれます）

各種通知書を確認できる

- 年金振込通知書や年金額改定通知書等の各種通知書の内容確認ができます。

扶養親族等申告書の提出ができる

- マイナポータルからログインすると、扶養親族等申告書の提出ができます。

ねんきんネットの操作にお困りの場合

※マイナポータルに関する内容については、マイナポータルの「よくあるご質問」を参照してください。

■詳しくは「ねんきんネット」で検索

ねんきんネット

検索

https://www.nenkin.go.jp/n_net/



0570-058-555

受付時間

月曜日：午前8時30分～午後7時00分
火曜日～金曜日：午前8時30分～午後5時15分
第2土曜日：午前9時30分～午後4時00分
※休日、祝日（第2土曜日は除く）、12月29日～1月3日はご利用いただけません。

050から始まる電話で
おかけになる場合は
03-6700-1144

オンラインでの確定申告や年末調整に使える

社会保険料（国民年金保険料）控除証明書を

簡単！

便利！

マイナポータルで受け取れます！

書面でお届けしている控除証明書は、マイナポータルにおいて電子データで受け取ることが可能です。受け取った電子データは、e-Tax※¹での確定申告等で利用できます。

※1 国税に関する各種手続きを、インターネットを利用して電子的に行えるシステム。

STEP 1

マイナポータルとねんきんネットの連携

- ・マイナポータルとねんきんネットの連携手続きを行う必要があります。連携手続きがお済みでない方は裏面をご確認ください。

STEP 2

ねんきんネットで電子送付希望の登録

- ・マイナポータルのトップ画面の「年金」を選択し、「通知書のペーパーレス化（ねんきんネット）」からねんきんネットにログインし、10月中旬頃までに電子送付希望の登録をしてください。※²

※² 「電子送付する」と登録した場合、書面の控除証明書は郵送されなくなります。10月上旬以降に登録を行った場合、書面の控除証明書が届くことがあります。お早めにご登録ください。

STEP 3

マイナポータルで電子データの受け取り

- ・10月下旬頃に当年分の控除証明書の電子データがマイナポータルの「お知らせ」に届きます。※³
- ・一度登録することで、毎年電子データで受け取れます。※⁴

※³ 上記の期間に電子データを受け取れなかった方も、ねんきんネットからの再交付申請を行うことで、電子データを受け取れます。

※⁴ 電子データはデータ取込を目的としているため、控除証明書の内容を確認したい場合は、ねんきんネットの「通知書を確認する」からご確認ください。

STEP 4

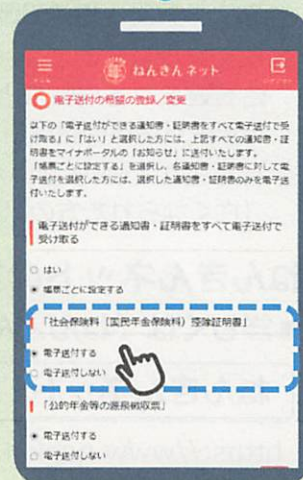
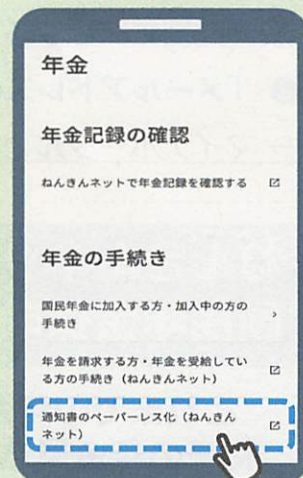
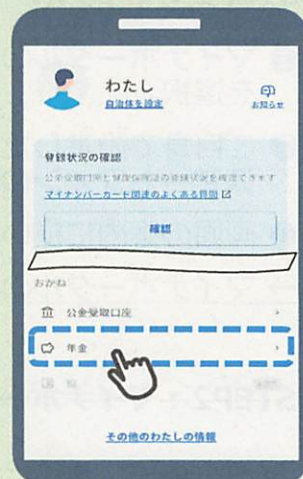
e-Taxでの確定申告等を利用※⁵



- ・国税庁のホームページから「確定申告書等作成コーナー」を開き、e-Taxでの確定申告を行ってください。
- ・マイナポータル連携を利用して、控除証明書の内容を簡単に取り込み、確定申告書に自動入力されます。

※⁵ 勤務先が年末調整の電子化に対応している場合には、年末調整で控除証明書の電子データを利用することができます。

【STEP 2 のイメージ】



利用方法等の詳細は、日本年金機構のホームページをご確認ください。

https://www.nenkin.go.jp/tokusetsu/denshisofu_kojin.html



日本年金機構
Japan Pension Service



あなたの **年金** 簡単便利な「ねんきんネット」で

「マイナポータル」と「ねんきんネット」を連携する際は、
スマートフォンと**マイナンバーカード**をご用意ください！

お手元にご用意ください

※事前にスマートフォンにマイナポータルアプリをインストールするようお願いします。

①マイナンバーカード



②数字4桁のパスワード

(例) 1 2 3 4

※マイナンバーカード受け取り時に設定した「利用者証明用電子証明書パスワード」

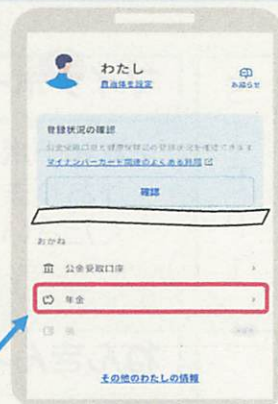
STEP1：マイナポータルの利用者登録



←マイナポータルはこちら
<https://myna.go.jp>

- ① マイナポータルのログイン画面を開き、下部の「登録・ログイン」を選択。
- ② ご自身で設定した**数字4桁のパスワード**を入力の上、**スマートフォンの裏面**に**マイナンバーカード**をかざして読み取る。
- ③ 画面の案内に従い入力・選択。

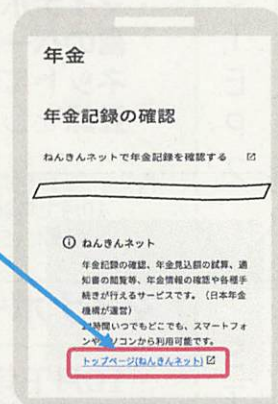
→ マイナポータルの利用者登録およびログインが完了



STEP2：マイナポータルからねんきんネットへの連携手続き

- ① マイナポータルにログインした状態で、トップ画面の「年金」を選択し、遷移後のページ内の「**トップページ（ねんきんネット）**」を選択。
- ② 「**連携に同意する**」をチェックし、「**ねんきんネットと連携**」を選択。
- ③ 「**メールアドレスの登録／変更**」からメールアドレスを入力。

→ マイナポータルとねんきんネットの連携が完了



ねんきんネットでは、年金記録の確認や年金見込額の試算・国民年金保険料の納付に関する手続き等ができます！

これまでの年金記録の確認や、 将来の年金見込額の試算ができる

- ご自身の国民年金の記録や、お勤めになられた会社の履歴、標準報酬月額等が確認できます。
- 働きながら年金を受け取る場合や、年金の受給開始を遅らせる場合など、さまざまな条件に合わせた年金見込額の試算ができます。
- 持ち主のわからない年金記録も検索できます。（亡くなられた方の記録も含みます）

国民年金保険料の納付に 関する手続きができる

- マイナポータルからログインすると、国民年金保険料を口座振替により納付するための手続き等ができます。

ねんきんネットの操作にお困りの場合

※マイナポータルに関する内容については、マイナポータルの「よくあるご質問」を参照してください。

■詳しくは「ねんきんネット」で検索

ねんきんネット

検索

https://www.nenkin.go.jp/n_net/



0570-058-555

受付時間

月曜日：午前8時30分～午後7時00分
火曜日～金曜日：午前8時30分～午後5時15分
第2土曜日：午前9時30分～午後4時00分
※休日、祝日（第2土曜日は除く）、12月29日～1月3日はご利用いただけません。

050から始まる電話で
おかけになる場合は
03-6700-1144

国民年金に加入中の方、国民年金に加入される方へ

マイナポータルから スマホで 国民年金手続の電子申請ができます

対象手続

- ① 国民年金（第1号被保険者）加入の届出
➢ お勤め先を退職した場合などの、国民年金へ加入する手続
 - ② 国民年金保険料 免除・納付猶予の申請
➢ 経済的に保険料の納付が困難な場合に、納付の免除または猶予を申請する手続
 - ③ 国民年金保険料 学生納付特例の申請
➢ 学生の方が保険料の納付が困難な場合に、納付の猶予を申請する手続
 - ④ 国民年金付加保険料納付申出(辞退)の申出
➢ 将来の老齢基礎年金の額を増やす場合に、付加保険料を納付するための手続
 - ⑤ 国民年金付加保険料該当（非該当）の届出
➢ 農業者年金に加入した場合に、付加保険料を納付するための手続
 - ⑥ 国民年金保険料の産前産後免除の届出
➢ 出産予定または出産した場合等に、産前産後期間が免除となる手続
- ※令和6年3月29日から④、⑤、⑥の電子申請ができるようになりました。

メリット
1

スマートフォンで簡単に申請できます！

メリット
2

24時間365日、申請できます！

メリット
3

処理状況や申請結果が確認できます！

電子申請の方法は
裏面をご覧ください。



電子申請の利用方法等については、
日本年金機構ホームページで動画も公開しております。



ホームページ・動画はこちら
https://www.nenkin.go.jp/tokusetsu/denshi_kokunen.html

ぜひ、ご利用ください！

マイナポータルとねんきんネットがつながるともっと便利！

■ マイナポータルとねんきんネットをつなぐと、対象の方にお知らせが届き、かんたんに電子申請できます

学生納付特例
の更新

翌年度以降も在学予定の方へ
お知らせを送付

免除・納付猶予
の案内

該当する見込みの方へ
お知らせを送付

必要最小限の入力で
電子申請が可能に！

- 免除や猶予の承認を受けた期間や、さかのぼって納められる保険料を確認できます
- 最新の年金記録の確認や将来の年金見込額の試算などもできます

「ねんきんネット」
マスコットキャラクター
ねんきん太郎



マイナポータルとねんきんネットを
つなげる手続は簡単！
詳しくは、「ねんきんネット」で検索！



スマホの方はこちらから
https://www.nenkin.go.jp/n_net/



日本年金機構
Japan Pension Service

かんたん！ スマートフォンで電子申請

1 マイナポータル「年金」から、「国民年金に加入する方・加入中の方の手続き」に進む

① スマートフォンとマイナンバーカードでマイナポータルにログイン



マイナポータルはこちら
<https://myna.go.jp>

※ 初めてマイナポータルを利用される方は、
 マイナポータルのログイン画面の「登録・ログイン」
 から「利用者登録」を行ってください。

② マイナポータルのトップ画面で「年金」をタップし「国民年金に加入する方・加入中の方の手続き」を選択

2 手順の選択（希望する手順を選択する）

「国民年金に関する手順」画面で手順に沿って手順を選択し、「この条件で検索」をタップ

手順1	手順2	手順3	手順4	手順の種別
国民年金への加入				資格取得(種別変更)届
保険料の免除・納付猶予、 または学生納付特例	・学生である ・学生でない	・国民年金に加入中 ・会社を退職した方、 配偶者の扶養から 外れた方等		国民年金保険料 免除・納付猶予の申請 ----- 国民年金保険料 学生納付特例の申請
付加保険料納付申出、ま たは納付辞退	・付加保険料の納付 を申出する ・付加保険料の納付 を辞退する	・国民年金に加入中 ・その他の方 ・農業に従事しな くなった	・農業者年金に加入 中の方 ・農業者年金に加入 中でない	付加保険料納付申出、 または納付辞退 ----- 付加保険料納付該当、 または納付非該当
産前産後の保険料免除	・国民年金に加入中 の方			産前産後の保険料免除

3 本人情報の入力（マイナンバーカードを読み取り、申請に必要な内容を入力する）

① 4桁のパスワード（券面事項入力補助用）を入力の上、スマートフォンの裏面に

マイナンバーカードをかざして読み取る（本人情報を自動入力）

② 入力画面の案内に従い、申請に必要な内容の選択および入力

申請に必要な「氏名（漢字）」、
 「生年月日」、「住所」などは
 自動入力されます！

手順の種別	申請に必要な内容の選択および入力事項	
	(被保険者情報)	(申請情報)
国民年金保険料 免除・納付猶予の申請	氏名（カタカナ） 電話番号種別（携帯電話 等） 電話番号 郵便番号	申請年度
国民年金保険料 学生納付特例の申請		申請期間、学校の名称、学校の所在地、在学予定期間、学 生の区分、添付書類（学生証等）
資格取得（種別変更）届		資格取得（種別変更）該当年月日
付加保険料納付（辞退）申出		申出年月日
付加保険料納付該当（非該当）届		該当年月日（農業者年金の 資格取得日） 非該当年月日（農業者年金の 資格喪失日）
産前産後免除該当届		出産（予定）年月日

4 入力内容を確認（入力内容を確認し、電子申請する）

入力内容を確認し「次へ」をタップし、「申請する」をタップ
 送信完了が表示されたら「電子申請」は完了

ご不明な点等ございましたら、以下をご覧ください。

■ ホームページで確認

■ お電話で確認（ねんきん加入者ダイヤル）

国民年金 電子申請

検索

https://www.nenkin.go.jp/tokusetsu/denshi_kokunen.html



0570-003-004

050から始まる電話でおかけになる場合は
 ナビダイヤル 03-6630-2525

受付時間

月曜日～金曜日：午前8時30分～午後7時
 第2土曜日：午前9時30分～午後4時
 ※土曜日、日曜日、祝日（第2土曜日を除く）、
 12月29日～1月3日はご利用いただけません