

スマホで年金の情報を 確認しよう(ねんきんネット)



令和8年3月

みなさん、こんにちは。

この講座では、「ねんきんネット」の機能や登録の方法、活用の仕方についてご説明していきますのでよろしくお願いします。

【補足説明】

講師の皆様は、講座を行うにあたって、次の点を注意してください。

受講者の皆様から、「ねんきんネット」について、教材に記載のない内容についての質問を受けた場合は、自身の理解で回答せずに、この教材で紹介しているお問い合わせ先をご案内ください。

目次

1.「ねんきんネット」について

- 1-A 「ねんきんネット」とは？……………P2
- 1-B 「ねんきんネット」でできること……………P3

2.「ねんきんネット」の登録をしよう

- 2-A 「ねんきんネット」の登録方法……………P6
- 2-B 「ねんきんネット」のログイン方法……………P37

3.「ねんきんネット」を活用してみよう

- 3-A こんな時に「ねんきんネット」……………P47
- 3-B よくあるご質問……………P59
- 3-C 問い合わせ先……………P60



この講座は「ねんきんネット」について学ぶ講座です。

第1章では「ねんきんネット」とは何か、また「ねんきんネット」の機能について学びます。

第2章では「ねんきんネット」を利用するための登録の方法を学びます。

第3章では「ねんきんネット」の活用方法について学びます。

1 「ねんきんネット」 について

1

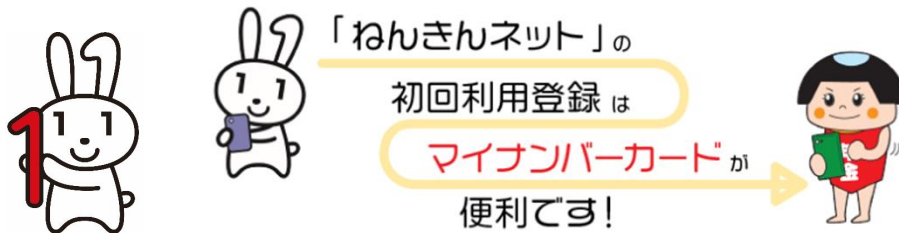
ここでは「ねんきんネット」とは何なのか、また「ねんきんネット」でどんなことができるのかをご説明いたします。

1-A

「ねんきんネット」とは？

「ねんきんネット」は、年金記録の確認、年金見込額の試算、通知書の閲覧等、年金情報の確認や年金に関する各種手続きが行えるサービスです。24時間いつでもどこでも、スマートフォンやパソコンからご利用いただけます。

マイナポータルと連携させることでマイナポータルからも簡単にアクセスが可能になっています。



※マイナポータルから利用登録する場合、初回利用登録が可能な時間帯は平日8時から23時までとなっており、時間帯によっては連携に時間がかかる場合があります

2

「ねんきんネット」は、年金記録の確認、年金見込額の試算、通知書の閲覧等、年金情報の確認や年金に関する各種手続きが行えるサービスです。

24時間いつでもどこでも、スマートフォンやパソコンからご利用いただけます。

マイナポータルと連携させることでマイナポータルからも簡単にアクセスすることが可能となります。

登録の方法については、次章でご紹介いたしますが、初回の利用登録はマイナンバーカードを使うと便利です。

なお、マイナンバーカードを使ってマイナポータルから利用登録する場合、初回利用登録が可能な時間帯は平日8時から23時までとなっており、時間帯によっては連携に時間がかかる場合があります。

1-B

「ねんきんネット」でできること

「ねんきんネット」には以下のような機能があります
(こちらで紹介している機能は一部です)

○ご自身の年金記録の確認

24時間いつでも最新の年金記録を確認できます。

○将来の年金見込額の試算

さまざまな条件を設定することで、将来受け取る老齢年金の見込額が試算できます。

○追納等可能月数と金額の確認

国民年金保険料等が未納の期間や、学生納付特例制度等が適用されている期間とその金額を確認することができます。

○通知書の再交付申請

日本年金機構から送付している様々な通知書の再交付を申請することができます。

▶対象の通知書

社会保険料(国民年金保険料)控除証明書

公的年金等の源泉徴収票

年金額改定通知書

年金振込通知書

支給額変更通知書

○電子版「ねんきん定期便」の確認

毎年誕生月に送付される「ねんきん定期便」を確認できます。

※ねんきん定期便はペーパーレス化登録(ハガキの定期便の郵送停止)をすることも可能です。

3

「ねんきんネット」には、以下のような機能があります。

なお、こちらで紹介している機能は一部です。

ご自身の年金記録の確認

24時間いつでも最新の年金記録を確認できます。

将来の年金見込額の試算

さまざまな条件を設定することで、将来受け取る老齢年金の見込額が試算できます。

追納等可能月数と金額の確認

国民年金保険料等が未納の期間や、学生納付特例制度等が適用されている期間とその金額を確認することができます。

通知書の再交付申請

日本年金機構から送付している様々な通知書の再交付を申請することができます。

電子版「ねんきん定期便」の確認

毎年誕生月に送付される「ねんきん定期便」を確認できます。

ねんきん定期便はペーパーレス化登録（ハガキの定期便の郵送停止）をすることも可能です。

「ねんきんネット」には以下のような機能があります
(こちらで紹介している機能は一部です)

○各種通知書の確認

日本年金機構から送付している様々な通知書を確認できます。

▶年金の支払いに関する通知書

年金振込通知書
年金支払通知書
年金額改定通知書
年金決定通知書・支給額変更通知書
公的年金等の源泉徴収票※

▶国民年金保険料に関する通知書

社会保険料(国民年金保険料)控除証明書(控)※
国民年金保険料口座振替開始(変更)・振替額通知書
国民年金保険料口座振替額通知書
▶その他の通知書
電子版「被保険者記録照会回答票」
※e-Taxでの確定申告に使える電子データの送付もできます

○届書の電子申請

日本年金機構への届出の申請を行うことができます。

▶「ねんきんネット」から申請可能な届書

年金請求書
年金生活者支援給付金請求書
年金受取機関変更届
公的年金等の受給者の扶養親族等申告書
国民年金保険料口座振替納付(変更)申出書兼還付金振込方法(変更)申出書
国民年金保険料口座振替納付辞退申出書

▶マイナポータルから申請可能な届書

国民年金被保険者の資格取得(種別変更)の届出
国民年金付加保険料の申出(辞退)
国民年金付加保険料の該当(非該当)の届出
国民年金保険料の産前産後免除該当の届出
国民年金保険料免除・納付猶予申請
国民年金保険料学生納付特例申請
口座振替納付(変更)申出 兼 還付金振込方法(変更)申出
口座振替辞退申出

○持ち主不明記録検索

現在持ち主がわからなくなっている年金記録などをインターネット上で検索できます。

各種通知書の確認

日本年金機構から送付している様々な通知書を確認できます。
また、e-Taxでの確定申告に使える電子データの送付もできます。

届書の電子申請

日本年金機構への届出の申請を行うことができます。
「ねんきんネット」、マイナポータルそれぞれ申請可能な届書が異なりますので、ご注意ください。

持ち主不明記録検索

現在持ち主がわからなくなっている年金記録などをインターネット上で検索できます。

主にこのような機能を「ねんきんネット」で利用することが可能です。

2 「ねんきんネット」 の登録をしよう

※アプリの更新に伴い、本教材で紹介している画面は
変更になる可能性があります
ご了承ください

5

ここでは、「ねんきんネット」を利用するための登録の方法をご説明いたします。

また、アプリの更新に伴い、本教材で紹介している画面は変更になる可能性があります。

ご了承ください。

「ねんきんネット」の登録には以下の2つの方法があります

マイナポータルからの利用登録
(ユーザID取得不要)

パソコンもしくはスマートフォンからマイナポータルにログイン



マイナポータルトップページの「年金」から「ねんきんネット」へ連携手続きの流れで利用登録を行います。

マイナンバーカードとメールアドレスが必要となります。



「ねんきんネット」から利用登録
(ユーザID取得必要)

「ねんきんネット」のユーザID※を取得の上、「ねんきんネット」から利用登録をします。
アクセスキーを持っている方と持っていない方で登録方法が異なります。

※ユーザIDの取得

→年金手帳や年金証書などで確認できる「基礎年金番号」と登録するメールアドレスが必要となります
アクセスキーをお持ちの場合はあわせてご用意ください

アクセスキー……ユーザIDの取得に必要な17桁の番号です。「ねんきん定期便」などに記載されています。
この番号を使用してお申し込みをいただくことで、即時にユーザIDを取得できます。アクセスキーがなくてもユーザIDは取得できます。

まず、「ねんきんネット」を利用する際の登録方法を2種類ご紹介いたします。

1つ目は、マイナポータルからの利用登録をする方法です。

この方法では、まず、パソコンもしくはスマートフォンからマイナポータルにログインを行い、マイナポータルトップページの「年金」から「ねんきんネット」へ連携手続きをする、といった流れで利用登録を行います。

この登録方法では、マイナンバーカードとメールアドレスが必要となります。

2つ目は、マイナポータルは使わず、「ねんきんネット」から直接利用登録をする方法です。

マイナンバーカードをお持ちでない方はこちらを選択してください。

こちらの方法では、「ねんきんネット」のユーザIDを取得の上、「ねんきんネット」から利用登録を進めます。

こちらの方法は、アクセスキーを持っている方と持っていない方で登録方法が異なります。

ユーザIDの取得には、年金手帳や年金証書などで確認できる「基礎年金番号」と登録するメールアドレスが必要となります。

アクセスキーをお持ちの場合はあわせてご用意ください。

なお、アクセスキーとは、ユーザIDの取得に必要な17桁の番号のことで、「ねんきん定期便」などに記載がされています。

この番号を使用してお申し込みをいただくことで、即時にユーザIDを取得できます。

【補足説明】

講師の皆さまは、受講者の方が、どの方法で登録をしようとしているのか、把握の上講習会を進めてください。

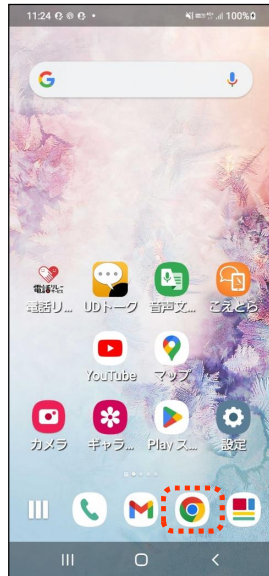
2-A

「ねんきんネット」の登録方法

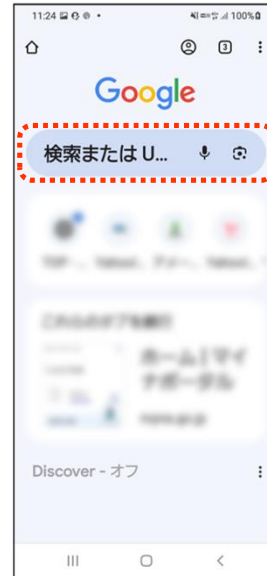
Androidで「ねんきんネット」を検索しましょう

Androidの場合

① Chrome をタップします



② 検索用の枠をタップします
(赤枠内)



7

それでは、「ねんきんネット」を利用するためにまずは検索から始めましょう。

最初に、Androidスマートフォンをお持ちの方の操作方法です。

①ホーム画面の「Chrome」をタップします。

②「検索用の枠」をタップします。

2-A

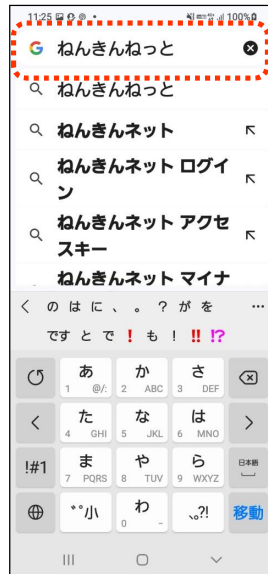
「ねんきんネット」の登録方法

Androidで「ねんきんネット」を検索しましょう

Androidの場合

③ 「ねんきんネット」と入力します

④ 画面右下の「移動」をタップします



8

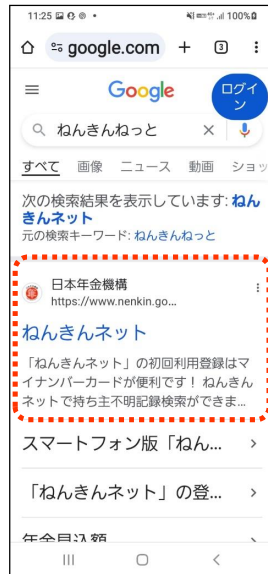
③「ねんきんネット」と入力します。

④画面右下の「移動」をタップします。

Androidで「ねんきんネット」を検索しましょう

Androidの場合

⑤ 検索結果の中から
「ねんきんネット」をタップします



⑥ 「ねんきんネット」が
表示されます



9

⑤検索結果の中から日本年金機構の「ねんきんネット」をタップ
します。

⑥「ねんきんネット」が表示されます。

2-A

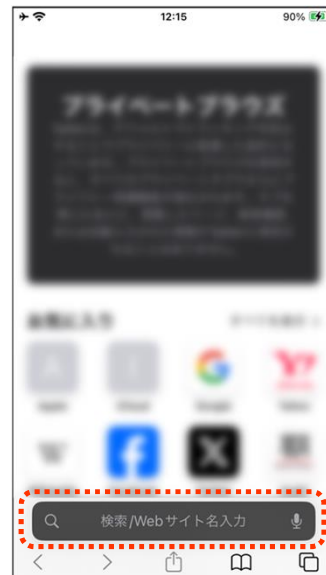
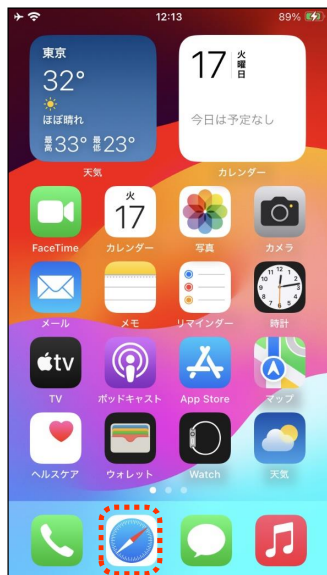
「ねんきんネット」の登録方法

iPhoneで「ねんきんネット」を検索しましょう

iPhoneの場合

① Safari  をタップします

② 検索用の枠をタップします
(赤枠内)



10

次にiPhoneをお持ちの方の操作方法です。

①ホーム画面より「Safari」をタップします。

②「検索用の枠」をタップします。

2-A

「ねんきんネット」の登録方法

iPhoneで「ねんきんネット」を検索しましょう

iPhoneの場合

③ 「ねんきんねっと」と入力します



④ 画面右下のボタン「開く」をタップします



11

③「ねんきんねっと」と入力します。

④画面右下のボタン「開く」をタップします。

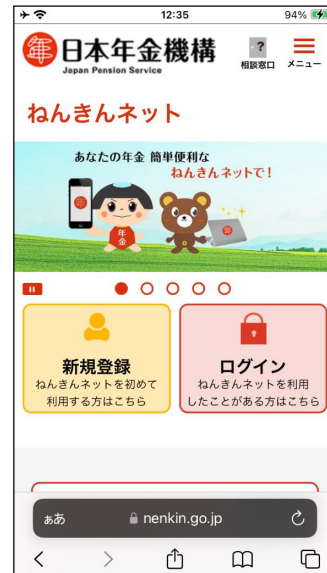
iPhoneで「ねんきんネット」を検索しましょう

iPhoneの場合

⑤ 検索結果の中から
「ねんきんネット」をタップします



⑥ 「ねんきんネット」が表示
されます



12

⑤検索結果の中から日本年金機構の「ねんきんネット」をタップ
します。

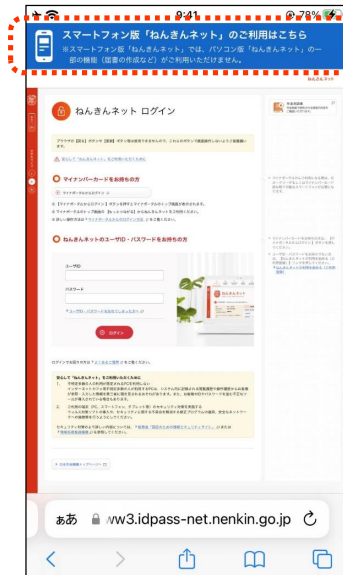
⑥「ねんきんネット」が表示されます。

「ねんきんネット」の利用登録をしましょう

マイナンバーカードあり・
マイナポータルから登録

① 「新規登録」をタップします

② 画面上部の青い部分を
タップします



13

それでは、実際に「ねんきんネット」の利用登録をしてみましょう。

はじめに、マイナンバーカードをお持ちの方の「ねんきんネット」の登録方法をご説明いたします。

①「新規登録」をタップします。

②画面上部の青い部分をタップします。

「ねんきんネット」の利用登録をしましょう

マイナンバーカードあり・
マイナポータルから登録

③ 画面が表示されます



④ マイナンバーカードありを
タップします



14

③画面が切り替わり表示されます。

④表示されている画面から「マイナンバーカードあり」をタップします。

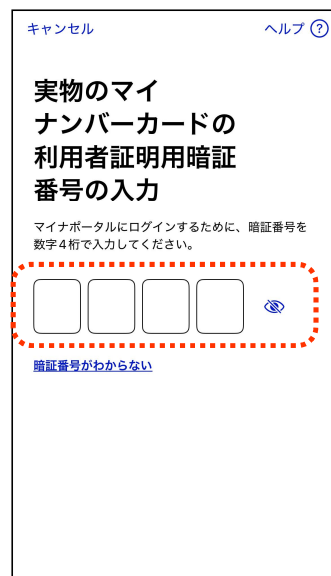
「ねんきんネット」の利用登録をしましょう

マイナンバーカードあり・
マイナポータルから登録

- ⑤ マイナポータルの画面で「ログイン」をタップします



- ⑥ マイナポータルの数字4桁のパスワードを入力します



15

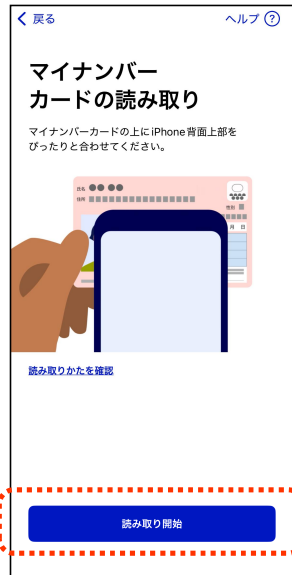
⑤ マイナポータルの画面で「ログイン」をタップします。

⑥ マイナポータルの数字 4 ケタのパスワードを入力します。

「ねんきんネット」の利用登録をしましょう

マイナンバーカードあり・
マイナポータルから登録

⑦ 「読み取り開始」をタップします



⑧ マイナンバーカードを後ろにかざします



※マイナンバー
カードの実物が
必要です

⑦「読み取り開始」をタップします。

⑧マイナンバーカードを後ろにかざします。

2-A

「ねんきんネット」の登録方法

「ねんきんネット」の利用登録をしましょう

マイナンバーカードあり・
マイナポータルから登録

- ⑨ 読み取りが完了したら、
カードを外します



- ⑩ 画面を下から上に
スクロールします



17

⑨読み取りが完了したら、カードを外します。

⑩表示された画面を下から上にスクロールします。

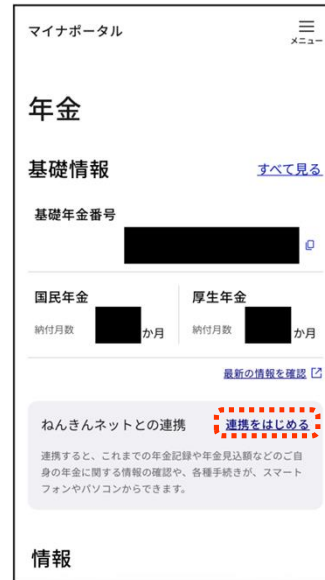
「ねんきんネット」の利用登録をしましょう

マイナンバーカードあり・
マイナポータルから登録

- ⑪ 「おかね」の項目内の
「年金」をタップします



- ⑫ 「連携をはじめる」をタップし
ます



⑪「おかね」の項目内の「年金」をタップします。

⑫「連携をはじめる」をタップします。

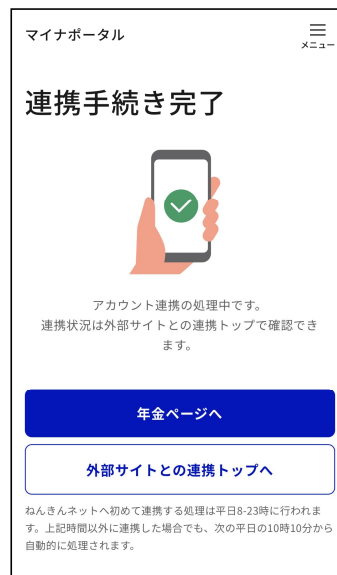
「ねんきんネット」の利用登録をしましょう

マイナンバーカードあり・
マイナポータルから登録

⑬ 「同意して次へ」をタップします



⑭ 連携手続き完了ページが表示されます



⑬「同意して次へ」をタップします。

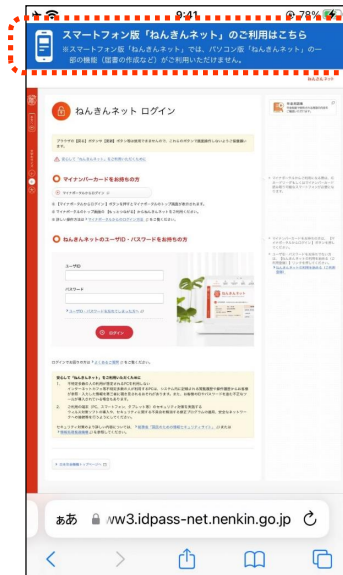
⑭連携手続き完了ページが表示されます。

「ねんきんネット」の利用登録をしましょう

① 「新規登録」をタップします



② 画面上部の青い部分をタップします



続いて、マイナンバーカードをお持ちでない方向けに、「ねんきんネット」から直接登録をする方法をご説明いたします。

①「新規登録」をタップします。

②画面上部の青い部分をタップします。

【補足説明】

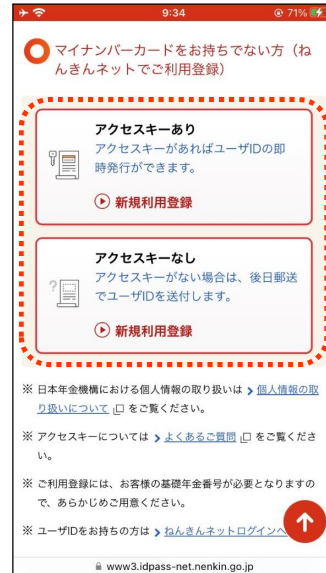
講師の皆さまは、受講者の方がアクセスキーを持っているかを確認の上、講習会を進めてください。

「ねんきんネット」の利用登録をしましょう

- ③ 画面を下から上にスクロールします



- ④ アクセスキーありの場合は上を、なしの場合は下をタップします



③表示された画面を下から上にスクロールします。

④アクセスキーをお持ちの方は「アクセスキーあり」を、お持ちでない方は「アクセスキーなし」をタップします。

「ねんきんネット」のユーザIDを取得しましょう

アクセスキーを
持っている場合

- ① 利用規約を確認し「同意する」に
チェックを入れます



- ② 「ご利用登録を続ける」を
タップします



22

21ページの④で、「アクセスキーあり」を選択した方の手順からご説明いたします。

「アクセスキーなし」を選択した方は、29ページに進んでください。

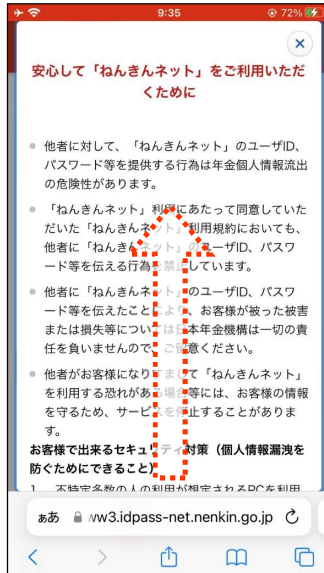
①利用規約を確認し、「同意する」にチェックを入れます。

②「ご利用登録を続ける」をタップします。

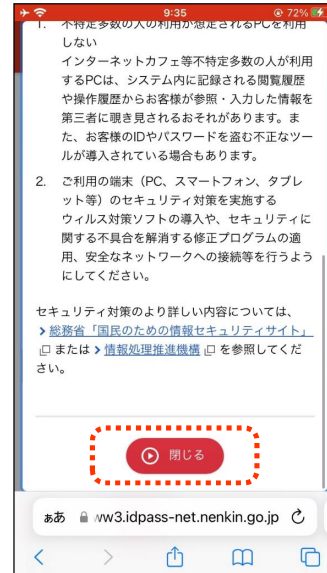
「ねんきんネット」のユーザIDを取得しましょう

アクセスキーを
持っている場合

- ③ 画面を下から上にスクロールします



- ④ 内容を確認し、「閉じる」をタップします



③表示された画面を下から上にスクロールします。

④内容を確認し、「閉じる」をタップします。

「ねんきんネット」のユーザIDを取得しましょう

アクセスキーを
持っている場合

- ⑤ ご自身のアクセスキーを入力します

- ⑥ ご自身の基礎年金番号を入力します



⑤ご自身のアクセスキーを入力します。

⑥ご自身の基礎年金番号を入力します。

「ねんきんネット」のユーザIDを取得しましょう

アクセスキーを
持っている場合

⑦ 氏名を入力します



⑧ 生年月日を入力し性別を選択します

⑦氏名を入力します。

⑧生年月日を入力し性別を選択します。

「ねんきんネット」のユーザIDを取得しましょう

アクセスキーを
持っている場合

- ⑨ パスワードを決め
入力します

- ⑩ 「秘密の質問」を選択し、
「秘密の答え」を入力します

⑨お客様設定パスワードを決め入力します。

⑩「秘密の質問」を選択し、「秘密の答え」を入力します。

「ねんきんネット」のユーザIDを取得しましょう

アクセスキーを
持っている場合

⑪ メールアドレスを入力
します

※ 携帯電話（スマートフォン以外）のメールアドレスの利用も可能ですが、メールにてお知らせするユーザIDの確認用のURLは携帯電話（スマートフォン以外）からご利用いただけません。パソコンかスマートフォンからご確認ください。

※ すでに「ねんきんネット」に登録されているメールアドレスは登録することができません。（例えば、ご家族のメールアドレスを利用したい場合、そのメールアドレスがすでに「ねんきんネット」に登録されている場合は登録できません。）

メールアドレス **必須**

半角英数字または半角記号（255文字以内）で入力してください
(例: riyou-toroku@xxxxxxxx.go.jp)

メールアドレス（再入力） **必須**

9 お知らせメール希望

www.3.idpass-net.nenkin.go.jp

⑫ お知らせメール配信希望を
選択します

9 お知らせメール希望

「希望する」を選択された場合、登録したメールアドレスに日本年金機構からお知らせやアンケートのご協力の依頼などを配信させていただきます。ご了承ください。

「希望しない」を選択された場合でも、電子版「ねんきん定期便」や年金の支払いに関する通知書（電子版）の更新をお知らせするメールなど、重要なお知らせについては配信いたしますので、ご了承ください。

お知らせメール配信希望 **必須**

希望する 希望しない

10 電話番号入力

電話番号

半角数字で入力してください。
(例: 00-1111-2222)
(例: 090-1234-5678)

www.3.idpass-net.nenkin.go.jp

⑪メールアドレスを入力します。

⑫お知らせメール配信希望を選択します。

「ねんきんネット」のユーザIDを取得しましょう

アクセスキーを
持っている場合

⑬ 電話番号を入力します

⑭ 「次に進む(入力内容を確認する)」をタップします

※登録したメールアドレス宛にユーザID確認用メールが送付されますので、ユーザIDを確認してログインしてください

28

⑬電話番号を入力します。

⑭「次に進む（入力内容を確認する）」をタップします。

登録したメールアドレス宛にユーザID確認用メールが送付されますので、ユーザIDを確認の上、ログインしてください。

「ねんきんネット」のユーザIDを取得しましょう

アクセスキーを
持っていない場合

- ① 利用規約を確認し「同意する」に
チェックを入れます



- ② 「ご利用登録を続ける」を
タップします



29

続いて、アクセスキーなしを選択した方の手順をご説明いたします。

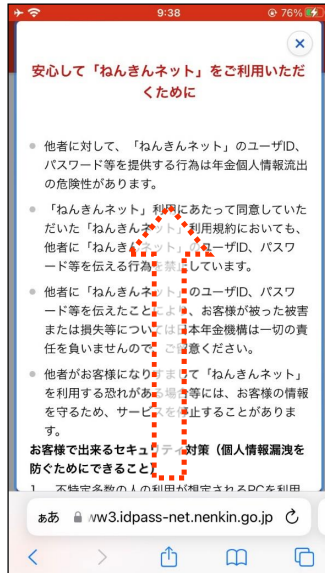
①利用規約を確認し、「同意する」にチェックを入れます。

②「ご利用登録を続ける」をタップします。

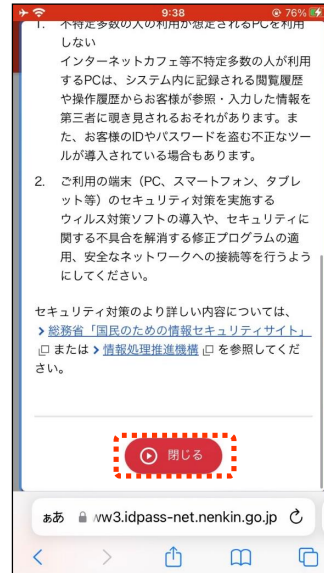
「ねんきんネット」のユーザIDを取得しましょう

アクセスキーを
持っていない場合

③ 画面を下から上に
スクロールします



④ 「閉じる」をタップします



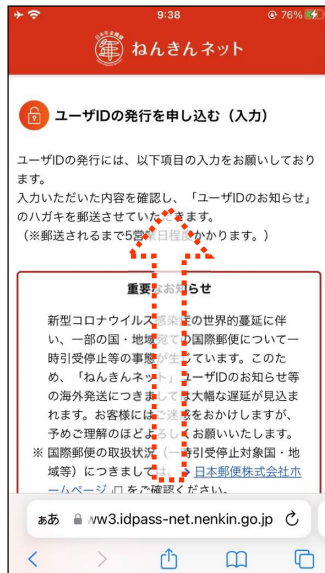
③表示された画面を下から上にスクロールします。

④内容を確認し、「閉じる」をタップします。

「ねんきんネット」のユーザIDを取得しましょう

アクセスキーを
持っていない場合

⑤ 下から上にスクロールします



⑥ ご自身の基礎年金番号を入力します



⑤表示された画面を下から上にスクロールします。

⑥ご自身の基礎年金番号を入力します。

「ねんきんネット」のユーザIDを取得しましょう

アクセスキーを
持っていない場合

⑦ 氏名を入力します

⑧ 生年月日を入力します



⑦氏名を入力します。

⑧生年月日を入力します。

「ねんきんネット」のユーザIDを取得しましょう

アクセスキーを
持っていない場合

⑨ 性別を選択します

The screenshot shows a mobile app interface for step 9, titled "性別選択" (Gender Selection). A red dashed box highlights the "性別" (Gender) section, which includes a "必須" (Required) label and two radio button options: "男性" (Male) and "女性" (Female). Below this, the "郵便番号と住所入力" (Postal code and address input) section is visible, with a "郵便番号" (Postal code) field and a "都道府県" (Prefecture) dropdown menu. A red arrow at the bottom right indicates the next step.

⑩ 郵便番号と都道府県を選択します

The screenshot shows a mobile app interface for step 10, titled "郵便番号と住所入力" (Postal code and address input). A red dashed box highlights the "郵便番号" (Postal code) and "都道府県" (Prefecture) sections. The "郵便番号" field has a "必須" (Required) label and instructions: "半角数字で入力してください。(例: 181 - XXXX)" and "※ 日本国外にお住まいの方は、888-8888と入力してください。". Below it are two input boxes for the postal code. The "都道府県" field has a "必須" (Required) label and a dropdown menu with the text "お選びください". Below this, the "住所" (Address) section is visible, with a "必須" (Required) label and instructions: "次の文字で入力してください。" followed by a list of allowed characters: "● 全角 (例: 年金)", "● 半角英数大文字 (例: ABC123)", and "● 半角の'.' (ピリオド)、'-' (カンマ)、'-' (フン)、'***' (アポストロフィ)". A red arrow at the bottom right indicates the next step.

⑨性別を選択します。

⑩郵便番号と都道府県を選択します。

「ねんきんネット」のユーザIDを取得しましょう

アクセスキーを
持っていない場合

⑪ 住所を入力します

住所 必須

次の文字で入力してください。

- ＊ 全角（例：年/金）
- ＊ 半角英数大文字（例：ABC123）
- ＊ 半角の“.”（ピリオド）、“-”（カンマ）、“-”（ハイフン）、“'”（アポストロフィ）
- ＊ 日本国内にお住まいの方
海外住所、国名および氏名をアルファベット大文字で入力してください。
これに続けて、日本での最終住所地を日本語で入力してください。
（例：XXXX CHULA VISTA,CA 91913 USA
HANAKO NENKIN 東京都杉並区高井戸西 X-X-）

6 お客様設定パスワード入力

お客様設定パスワードはユーザIDと共に、サービスご利用時の本人確認のため必要となります。ご自身の個人情報を守るために、他者に知られないよう大切にお取扱ってください。（なお、お客様設定パスワードを忘れた場合は再度利用申し込みを行っていただきます。）

「お客様設定パスワード」の設定にあたっては、最低8桁の入力が必要となります。他者から推測されにくいものを設定してください。（他者から推測されやすい、お名前やユーザID、生年月日、電話番号等を使用したパスワードは避けてください。）

お客様設定パスワード 必須

半角英数字混在（8～20桁）で入力してください。記号は使用できません。

お客様設定パスワード（再入力） 必須

www.3.idpass-net.nenkin.go.jp

⑫ お客様設定パスワードを入力します

6 お客様設定パスワード入力

お客様設定パスワードはユーザIDと共に、サービスご利用時の本人確認のため必要となります。ご自身の個人情報を守るために、他者に知られないよう大切にお取扱ってください。（なお、お客様設定パスワードを忘れた場合は再度利用申し込みを行っていただきます。）

「お客様設定パスワード」の設定にあたっては、最低8桁の入力が必要となります。他者から推測されにくいものを設定してください。（他者から推測されやすい、お名前やユーザID、生年月日、電話番号等を使用したパスワードは避けてください。）

お客様設定パスワード 必須

半角英数字混在（8～20桁）で入力してください。記号は使用できません。

お客様設定パスワード（再入力） 必須

www.3.idpass-net.nenkin.go.jp

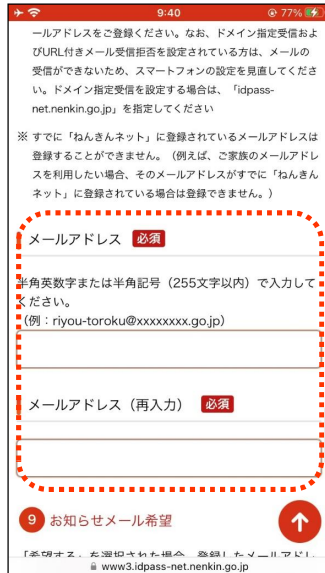
⑪住所を入力します。

⑫お客様設定パスワードを入力します。

「ねんきんネット」のユーザIDを取得しましょう

アクセスキーを
持っていない場合

⑬ メールアドレスを入力します



メールアドレスをご登録ください。なお、ドメイン指定受信およびURL付きメール受信拒否を設定されている方は、メールの受信ができないため、スマートフォンの設定を見直してください。ドメイン指定受信を設定する場合は、「idpass-net.nenkin.go.jp」を指定してください

※すでに「ねんきんネット」に登録されているメールアドレスは登録することができません。(例えば、ご家族のメールアドレスを利用したい場合、そのメールアドレスがすでに「ねんきんネット」に登録されている場合は登録できません。)

メールアドレス **必須**

半角英数字または半角記号(255文字以内)で入力してください。
(例: riyou-toroku@xxxxxxxx.go.jp)

メールアドレス (再入力) **必須**

9 お知らせメール希望

「英語オス」: 光回線をご利用の場合、登録したメールアドレス...
www3.idpass-net.nenkin.go.jp

⑭ メール配信希望を選択します



9 お知らせメール希望

「希望する」を選択された場合、登録したメールアドレスに日本年金機構よりお知らせやアンケートのご協力の依頼などを配信させていただく場合がございますので、ご了承ください。

「希望しない」を選択された場合でも、電子版「ねんきん定期便」や年金の支払いに関する通知書(電子版)の更新をお知らせするメールなど、重要なお知らせについては配信いたしますので、ご了承ください。

お知らせメール配信希望 **必須**

希望する 希望しない

10 電話番号入力

電話番号

半角数字で入力してください。
(例: 00-1111-2222)
(例: 090-1234-5678)

www3.idpass-net.nenkin.go.jp

⑬メールアドレスを入力します。

⑭お知らせメールの配信希望を選択します。

「ねんきんネット」のユーザIDを取得しましょう

アクセスキーを
持っていない場合

⑮ 電話番号を入力します

⑯ 「次に進む(入力内容を確認する)」をタップします

※後日ユーザIDが郵送されますので、そのユーザIDを使ってログインしてください



36

⑮電話番号を入力します。

⑯「次に進む（入力内容を確認する）」をタップします。

後日ユーザIDが郵送されますので、そのユーザIDを使ってログインしてください。

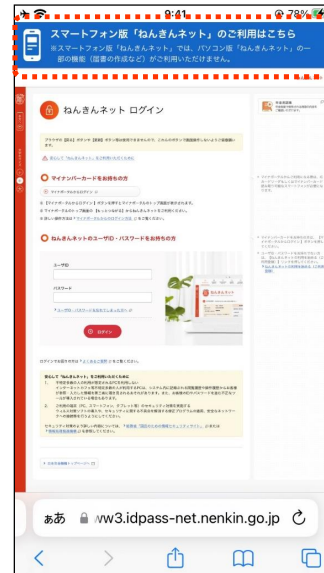
「ねんきんネット」にログインしましょう

マイナンバーカードあり
マイナポータルからログイン

① 「ログイン」をタップします



② 画面上部の青い部分をタップします



37

それでは、登録できた「ねんきんネット」に実際にログインする方法をご説明いたします。

まずはマイナンバーカードを持っており、マイナポータルからログインする方法をご説明いたします。

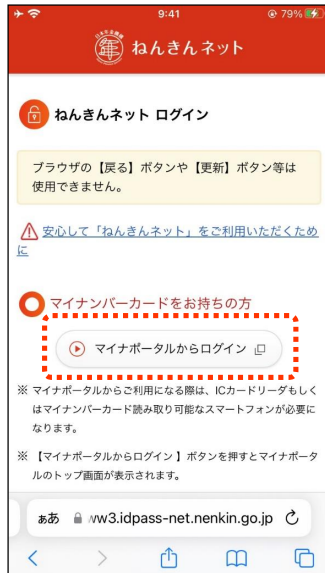
①「ログイン」をタップします。

②画面上部の青い部分をタップします。

「ねんきんネット」にログインしましょう

マイナンバーカードあり
マイナポータルからログイン

- ③ 「マイナポータルからログイン」を
タップします



- ④ マイナポータルの画面で
「ログイン」をタップします



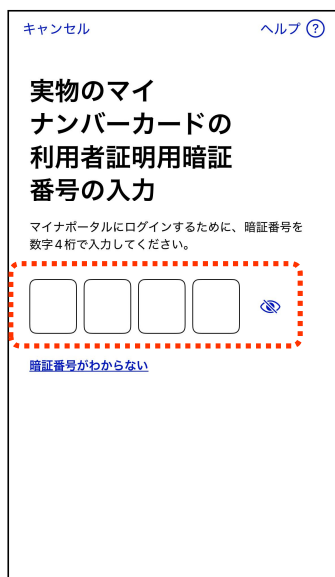
③「マイナポータルからログイン」をタップします。

④マイナポータルの画面で「ログイン」をタップします。

「ねんきんネット」にログインしましょう

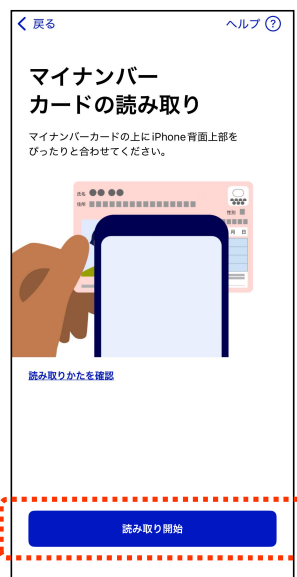
マイナンバーカードあり
マイナポータルからログイン

- ⑤ マイナポータルの数字4桁のパスワードを入力します



※「iPhoneのマイナンバーカード」機能を利用している方はマイナンバーカードの読み取りが不要になり、顔や指紋だけでログインすることもできます

- ⑥ 「読み取り開始」をタップします



- ⑤ マイナポータルの数字 4 ケタのパスワードを入力します。

「iPhoneのマイナンバーカード」機能を利用している方はマイナンバーカードの読み取りが不要になり、顔や指紋だけでログインすることもできます。

- ⑥ 「読み取り開始」をタップします。

「ねんきんネット」にログインしましょう

マイナンバーカードあり
マイナポータルからログイン

- ⑦ マイナンバーカードを
後ろにかざします



- ⑧ 読み取り完了後、
カードを外します



40

⑦ マイナンバーカードを後ろにかざします。

⑧ 読み取り完了後、カードを外します。

2-B

「ねんきんネット」のログイン方法

「ねんきんネット」にログインしましょう

マイナンバーカードあり
マイナポータルからログイン

- ⑨ 画面を下から上にスクロールします



- ⑩ 「おかね」の項目内の「年金」をタップします



41

⑨表示された画面を下から上にスクロールします。

⑩「おかね」の項目内の「年金」をタップします。

「ねんきんネット」にログインしましょう

マイナンバーカードあり
マイナポータルからログイン

- ⑪ 画面を下から上にスクロールします



- ⑫ 「関連情報」から「ねんきんネットTOP」をタップします



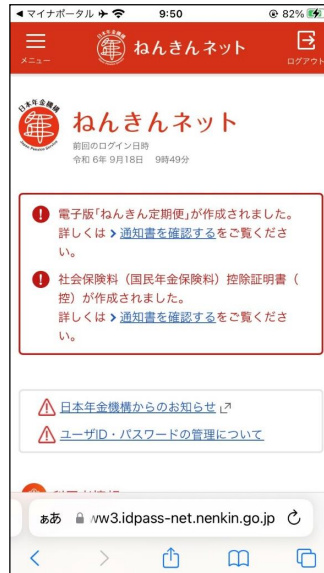
⑪表示された画面を下から上にスクロールします。

⑫「関連情報」から「ねんきんネットTOP」をタップします。

「ねんきんネット」にログインしましょう

マイナンバーカードあり
マイナポータルからログイン

- ⑬ 「ねんきんネット」トップページが表示されれば完了です



43

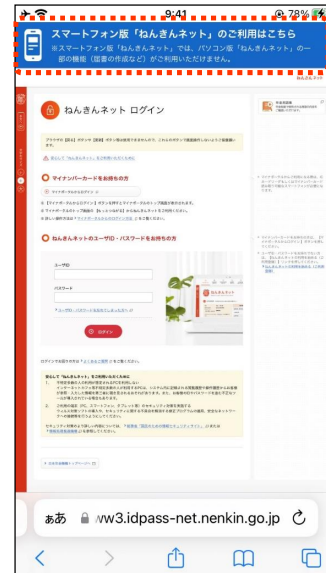
- ⑬「ねんきんネット」トップページが表示されれば完了です。

「ねんきんネット」にログインしましょう

マイナンバーカードなし
「ねんきんネット」からログイン

① 「ログイン」をタップします

② 画面上部の青い部分を
タップします



次にマイナンバーカードを持っておらず、「ねんきんネット」からログインする方法をご説明いたします。

①「ログイン」をタップします。

②画面上部の青い部分をタップします。

「ねんきんネット」にログインしましょう

マイナンバーカードなし
「ねんきんネット」からログイン

- ③ 画面を下から上にスクロールします



- ④ ユーザIDとパスワードを入力し、「ログイン」をタップします



45

③表示された画面を下から上にスクロールします。

④ユーザIDとパスワードを入力し、「ログイン」をタップすると、ログインは完了です。

3 「ねんきんネット」を 活用してみよう

46

ここでは、実際にどのような場面で「ねんきんネット」が活用できるのか、ご紹介いたします。

ここからは実際に「ねんきんネット」を活用していきます。
どんな場面で「ねんきんネット」を使うと便利でしょうか。

自分の年金記録を確認したい

→「ねんきんネット」ではパソコンやスマートフォンから、
24時間いつでも[最新の年金記録](#)を簡単に確認できます。



1 年金記録の一覧表示

※年金記録の一覧の一例

○ 月別の年金記録を確認する

国民年金保険料を納付していない期間や厚生年金保険の標準報酬月額に大幅な変更があるなど、特にご確認いただきたい年金記録がある月は、アイコンでわかりやすく表示。

年金記録の一覧表示の説明 +開ける

年度 (年齢)	加入 制度	お勤め先の 名称等	加入 月数	1年間の 保険料納付額	年金見込額 (年額)
平成20年度 (20歳)	国民	第3号被保険者	12月	-	-
平成21年度 (21歳)	国年	第3号被保険者	12月	-	-

ここからは実際に「ねんきんネット」を活用していきましょう。

どのような場面で「ねんきんネット」を使うと便利なのか、場面ごとに紹介します。

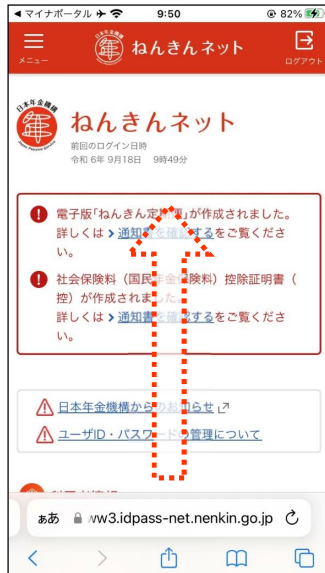
1つ目は、ご自身の年金の記録を確認したい場面です。

「ねんきんネット」ではパソコンやスマートフォンから、24時間いつでも最新の年金記録を簡単に確認することができます。

さらに、国民年金保険料を納付していなかったり、厚生年金保険の標準報酬月額に大幅な変更があったりなど、特にご確認いただきたい年金記録がある月には、アイコンでわかりやすく表示してくれます。

「ねんきんネット」にログインしましょう

- ① 「ねんきんネット」トップページで
下から上にスクロールします



- ② 「年金記録を確認する」を
タップします



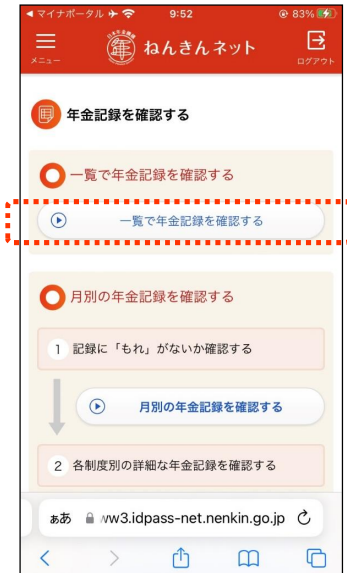
それでは、実際に年金記録を確認する方法をご紹介します。

①「ねんきんネット」トップページで下から上にスクロールします。

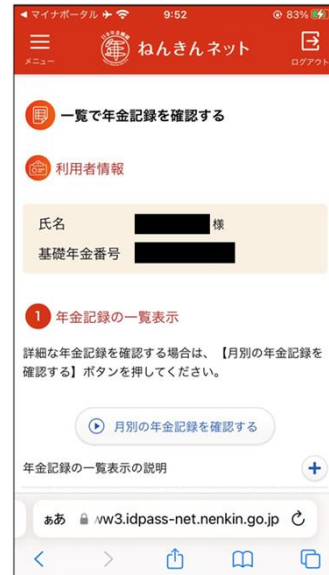
②「年金記録を確認する」をタップします。

年金記録を見てみましょう

③ 「一覧で年金記録を確認する」
をタップします



④ 年金記録が表示されます



③「一覧で年金記録を確認する」をタップします。

④年金記録が表示されれば完了です。

年金振込通知書などの様々な通知をスマホやパソコンから確認したい

→「ねんきんネット」では年金受給者の方を対象にしている「年金振込通知書」や、国民年金および厚生年金に加入している方(被保険者)を対象にしている「ねんきん定期便」などの各種通知書をご自身のスマートフォンやパソコンで見ることができます。

○ 電子版「ねんきん定期便」

日本年金機構が発行する「ねんきん定期便」の対象者は、以下のとおりです。

- ・ 国民年金に加入している方
- ・ 厚生年金保険（第1号厚生年金被保険者）に加入している方

電子版「ねんきん定期便」は 令和元年11月5日 に更新されました。

電子版「ねんきん定期便」の最終確認日 令和2年1月7日

>ダウンロード PDF

確認した各種通知書はPDFファイルにして保存、印刷することが可能。
通知をいつでも確認でき、紙で管理する必要がなくなります。



50

2つ目は、年金振込通知書などの様々な通知をスマホやパソコンから確認したいという場面です。

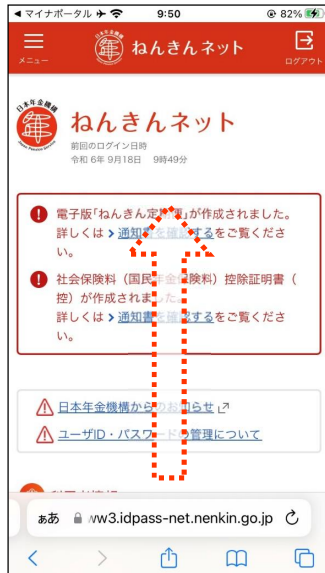
「ねんきんネット」を使えば、年金受給者の方を対象にしている「年金振込通知書」や、国民年金および厚生年金に加入している方（被保険者）を対象にしている「ねんきん定期便」などの各種通知書をご自身のスマートフォンやパソコンから見るできるようになります。

確認した各種通知書はPDFファイルにして保存し、印刷することが可能です。

通知をいつでも確認でき、紙で管理する必要がなくなります。

各種の通知を確認してみましょう

- ① 「ねんきんネット」トップページで
下から上にスクロールします



- ② 「通知書を確認する」を
タップします



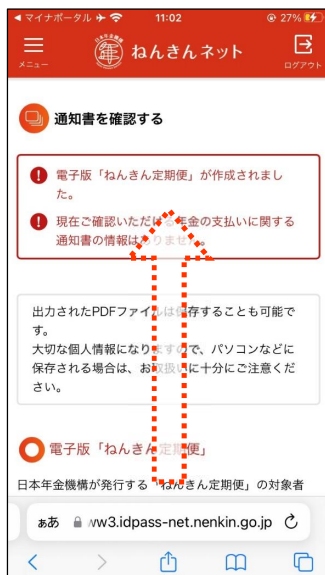
それでは、実際に各種の通知を確認する方法をご紹介します。

①「ねんきんネット」トップページで下から上にスクロールします。

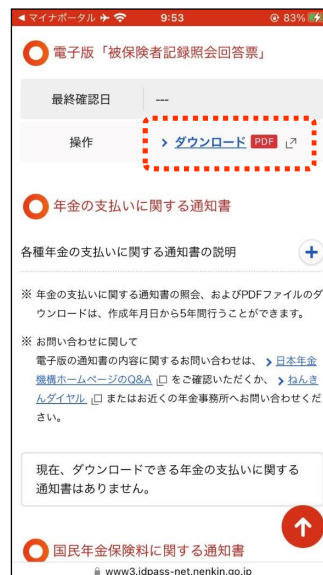
②「通知書を確認する」をタップします。

各種の通知を確認してみましょう

- ③ スクロールすると自分が現在確認できる通知が表示されます



- ④ 確認したい通知の「ダウンロード」をタップします



③スクロールすると自分が現在確認できる通知が表示されます。

④確認したい通知の「ダウンロード」をタップすることで通知をダウンロードし、確認できるようになります。

年金に関する届出をオンラインで行いたい

→「ねんきんネット」を利用すると日本年金機構への届出をパソコンやスマートフォンからオンラインで行うことができます。

ご利用対象者

…マイナポータルから「ねんきんネット」を利用している方

電子申請が可能な届書

…公的年金等の受給者の扶養親族等申告書

(源泉徴収される際に、各種の控除(障害者控除や配偶者控除)を受けることを申告するための申告書)



※届出の電子申請には、マイナポータルからのログインが必要です
ユーザIDを用いて「ねんきんネット」からログインしている方は利用することができません

最後は、年金に関する届出をオンラインで行いたいという場面です。

「ねんきんネット」を使えば、日本年金機構への届出をパソコンやスマートフォンからオンラインで行うことができるようになります。

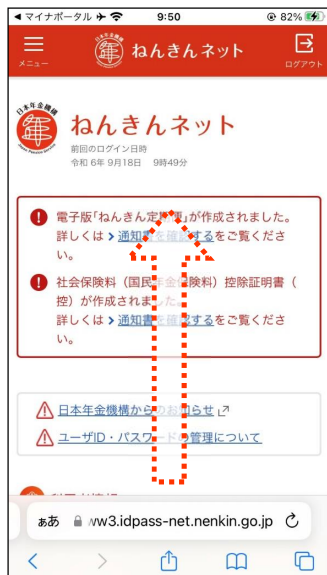
なお、ご利用対象者は、マイナポータルから「ねんきんネット」を利用している方となりますので、ご注意ください。

また、電子申請が可能な届書は、「公的年金等の受給者の扶養親族等申告書」になります。

電子申請の方法を確認してみましょう

※操作手順の確認のみで、
実際に申請は行いません

- ① 画面を下から上にスクロールします



- ② 「届書を電子申請する」をタップします



それでは、実際の電子申請の方法をご紹介します。

ここでは、操作手順の確認のみを行い、実際に申請は行いません。

①画面を下から上にスクロールします。

②「届書を電子申請する」をタップします。

3-A

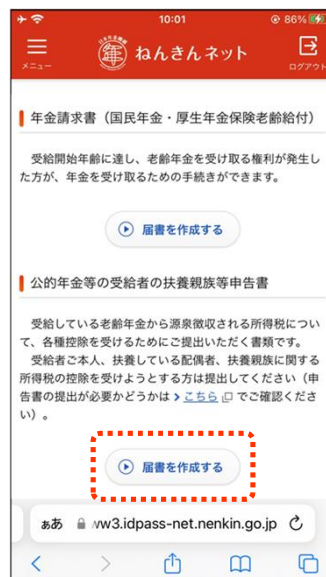
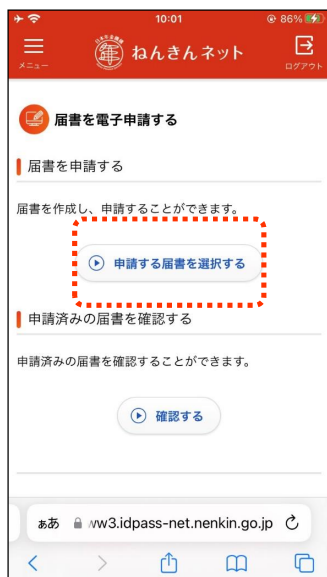
こんな時に「ねんきんネット」

電子申請の方法を確認してみましょう

※操作手順の確認のみで、
実際に申請は行いません

- ③ 「申請する届書を選択する」を
タップします

- ④ 「届書を作成する」をタップします



55

③「申請する届書を選択する」をタップします。

④「届書を作成する」をタップします。

実際に申請をする場合は、ここから表示される手順に沿って申請を進めてください。

3-A

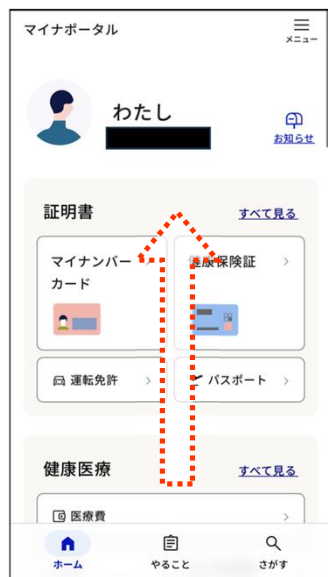
こんな時に「ねんきんネット」

マイナポータルから電子申請をする方法です

※操作手順の確認のみで、
実際に申請は行いません

- ① 画面を下から上にスクロールします

- ② 「おかね」の項目内の「年金」をタップします



56

また、マイナポータルから電子申請をすることもできます。

- ① マイナポータルのログイン後画面を下から上にスクロールします。
- ② 「おかね」の項目内の「年金」をタップします。

3-A

こんな時に「ねんきんネット」

マイナポータルから電子申請をする方法です

※操作手順の確認のみで、
実際に申請は行いません

- ③ 画面を下から上にスクロールします

- ④ 「扶養親族等申告書の作成」をタップします



57

③表示された画面を下から上にスクロールします。

④「扶養親族等申告書の作成」をタップします。

3-A

こんな時に「ねんきんネット」

マイナポータルから電子申請をする方法です

※操作手順の確認のみで、
実際に申請は行いません

⑤ 「作成する」をタップします



58

⑤ 「作成する」をタップします。

問1.「ねんきんネット」サービスはどのような人が対象者となりますか。

回答.被保険者および年金受給者(昭和61年4月1日前に年金受給権が発生した老齢年金を受けている方を除く)が対象になります。

なお、サービスにより対象者が異なる場合がありますので、それぞれのサービスについての設問も合わせてご覧ください。

問2.「ねんきんネット」サービス全般のセキュリティに関する取り組みはどうなっていますか。

回答.本サービスでは、お客様に安心してご利用いただくため、インターネットを通じたサービスに伴うリスクに対し、様々な対策をとっております。

問3.年金加入記録はインターネット以外でも確認することができますか。

回答.全国の年金事務所で年金加入記録の交付を行っております。

問4.スマートフォンからパソコン用の「ねんきんネット」を利用することはできますか。

回答.スマートフォンからパソコン用の「ねんきんネット」を利用することは推奨していません。

※引用元「日本年金機構HP(<https://www.nenkin.go.jp>)」

ここでは、よくある質問をご紹介します。

問1.「ねんきんネット」サービスはどのような人が対象者となりますか。

回答.被保険者および年金受給者(昭和61年4月1日前に年金受給権が発生した老齢年金を受けている方を除く)が対象になります。

なお、サービスにより対象者が異なる場合がありますので、それぞれのサービスについての設問も合わせてご覧ください。

問2.「ねんきんネット」サービス全般のセキュリティに関する取り組みはどうなっていますか。

回答.本サービスでは、お客様に安心してご利用いただくため、インターネットを通じたサービスに伴うリスクに対し、様々な対策を

とっております。

問3.年金加入記録はインターネット以外でも確認することができますか。

回答.全国の年金事務所で年金加入記録の交付を行っております。

問4.スマートフォンからパソコン用の「ねんきんネット」を利用することはできますか。

回答.スマートフォンからパソコン用の「ねんきんネット」を利用することは推奨していません。

【補足説明】

講師の皆さまは、ここでご紹介するよくあるご質問は日本年金機構HPに記載されている情報ということを周知してください。

「ねんきんネット」のお問い合わせ

○チャットボット

日本年金機構ホームページに、「ねんきんネット」に関するよくあるお問い合わせに自動でお答えする「「ねんきんネット」相談チャット」を開設して、24時間いつでも対応しています。

○電話

「ねんきん定期便」「ねんきんネット」に関するお問い合わせ

TEL:0570-058-555(ナビダイヤル)

050から始まる電話でおかけになる場合は、(東京)03-6700-1144(一般電話)

受付時間	月曜日	8:30 ~ 19:00
	火曜～金曜日	8:30 ~ 17:15
	第2土曜日	9:30 ~ 16:00

※月曜日が祝日の場合は、翌日以降の平日の初日に19:00まで相談をお受けします

※第2土曜日以外の土、日、祝日、12/29～1/3まではご利用いただけません

※引用元「日本年金機構HP(<https://www.nenkin.go.jp>)」

60

「ねんきんネット」のお問い合わせに関しましては、ホームページ内のチャットボット、または記載の電話番号からお問い合わせください。

「ねんきんネット」についてのご説明は以上です。