

あきらめない！

やってみよう 障害基礎年金申請

療育手帳をお持ちの方へ



NPO法人堺市相談支援ネット

目 次

はじめに	年金申請、その前に 1
申請にあたって	申請への3つのハードル 3
国民年金について	みんなが加入し支え合う制度 5
	基礎年金の種類 6
障害基礎年金とは	等級と年金額 7
	申請にあたって知っておきたいこと 8
役立つ情報①	そきゅう 遡及請求と じ こ しゅうしょう 事後重症 9
役立つ情報②	子どもがいる場合の加算 10
役立つ情報③	複数の障害をお持ちの方は 10
申請の手順	書類の受け取りから提出までの流れ 11
申立書の書き方Ⅰ	生まれる前後と心身の発達の様子 12
申立書の書き方Ⅱ	保育所・幼稚園でのできごと 13
申立書の書き方Ⅲ	小学校・中学校でのできごと 14
申立書の書き方Ⅳ	高校でのできごと、進路、仕事 15
申立書の書き方Ⅴ	今現在の様子・見通し 16
申立書の書き方Ⅵ	申立書裏面の書き方 17
申立書の書き方Ⅶ	Q&A 18
病院へ行く前に	病院はどこへ行けばいいの? 19
診断書を書いてもらう	病院での注意点（何を伝えるか） 20
	診断書を受け取ったときの注意点 22
書類の提出について	もって行くもの 23
	年金の支給・不支給が決まるまでの期間 23
年金申請の結果	支給が決定した場合 24
	不支給だった場合 25
	等級変更 25
権利侵害	障害年金受給後、気をつけること 26
権利擁護	大切な財産を守るために 27
相談窓口一覧	 28

みなさんは障害年金をご存知ですか。

障害年金は、申請し【必要】と認められた方に、2か月に1回、決まった額を受け取ることができます。

障害年金とは、障害によって日常生活を送るうえで支障のある方を対象とした生活保障制度です。この障害年金は、障害者の健全な暮らしを保つこと、あるいは向上することを目的としてつくられた制度で、将来の生活に活かされるものです。

申請を進めることで、以下のようなしんどさや葛藤がでる場合がありますので、家族や支援者に相談しながら進めていきましょう。

一方で、申請を進めるうえでは、障害があることによって生活上の困りごとを書き出していく辛さや、複雑な申請をやり抜く根気強さが必要になることもあります。

申請する前に、受給後の生活についてイメージしてみましょう！
お金の管理方法もご家族の方と相談してみましょう。

年金は、受給後の生活の安定や暮らしを豊かにする一方で、使い方によっては受給者の生活を変えてしまうことにもつながります。そのため、障害年金を申請するうえでは年金の使い方を十分に考えましょう。

年金申請はこの冊子を手にとっていただいているご家族や支援者の方でも十分に可能です。

申請までの準備は少し大変ですが、あきらめずに頑張りましょう！

この冊子は、**知的障害のある方を想定した内容**です。障害年金制度の概要から、申請までの手続きの流れ、申立書の作成のポイントや診断書の作成を依頼するうえで医師に伝えるべき重要なポイント等をまとめています。

申立書の作成や医師への診断書作成依頼など、申請までには時間がかかりますが、大事な作業になりますので、この冊子を読んで事前に準備をしましょう。分からないことや不安なことがあれば、お住いの区の障害者基幹相談支援センター、地域福祉課、保険年金課や社会保険労務士さんなどにご相談ください。

さいごに…

障害年金の受給がゴールではありません。

これからの生活を自分の力で作りあげていく大事なスタートになると考えています。この冊子を見て、障害基礎年金の申請にチャレンジしてくださることを願っています。

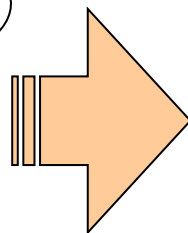
こんなお悩みありませんか？

☆その1（窓 口）



市役所の窓口で「軽度の知的障害者は
障害基礎年金がもらえないかも」と
言われましたが・・・

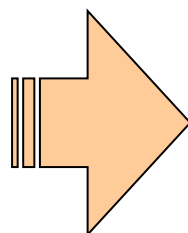
申請をしたいけど、まずどこに行けば
いいのかわかりません。



☆その2（申立書）



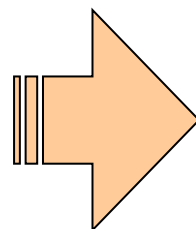
申立書の書き方がわからなくて・・・
あきらめようかと思っています。



☆その3（診断書）



今までに精神科にかかった
ことがないから病院が
見つけれないんです・・・



そんな時にはこの冊子をご活用ください。

☆その 1（窓口）

市役所の窓口は年金をもらえるかどうか判断する場所ではありません。

あくまで可能性の話ですのであきらめないでください。

【※年金制度については P5～10 も参考に。】

まず、各区役所の保険年金課【P28】を

訪ねてください。

書類や申請の流れを説明してくれます。

【※申請の手順は P11 も参考に。】

☆その 2（申立書）

この本を見ながらチャレンジ！

分からないところは地域福祉課【P28】や

障害者基幹相談支援センター【P29】、

又は、社会保険労務士さんに尋ねてください。

【※申立書の書き方は P12～18 も参考に。】

☆その 3（診断書）

精神科にかかったことがなくても大丈夫！

病院に行くための準備が大切なんです。

【※診断書作成の準備等は P19～22 を参考に。】

～ 申 請 の 前 に ～

家族や支援者の方と受給後の生活について話し合しましょう！

【※書類の提出については P23 を参考に。】

【※申請の結果やその後の不安なことに対しては P24～27 を参考に。】



国民年金は、すべての人に共通の基礎年金を支給する公的年金制度で、日本に住所のある 20 歳以上 60 歳未満の人は、原則として全員加入することになっています。

☆被保険者は 3 種類

国民年金の被保険者には 3 種類あります。第 1 号被保険者、第 2 号被保険者、第 3 号被保険者に分けられます。

種別	対象者
第 1 号被保険者	自営業の人、学生、無職の人など
第 2 号被保険者	会社員、公務員など厚生年金に加入している人
第 3 号被保険者	第 2 号被保険者の配偶者で扶養されている人

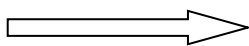
☆保険料の支払い

第 2 号被保険者は、会社などを通して保険料が支払われます。第 3 号被保険者も配偶者（第 2 号被保険者）の加入している年金制度の中で負担するので個人で納める必要はありません。

第 1 号被保険者は、毎月 16,410 円（令和元年度）の保険料を支払う必要があります。国民年金保険料を支払い、一定の条件を満たした人には次のような年金が支払われます。（ただし、知的障害のある方については、20 歳前からの障害とされ、保険料の納付は問われません。詳しくは 8 ページの 1 をご覧ください。）

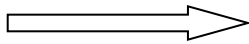
国民年金に加入している人には次のような年金が支払われます。

65歳になった人



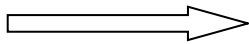
老齢基礎年金

病気やケガで障害
の状態になった時



障害基礎年金

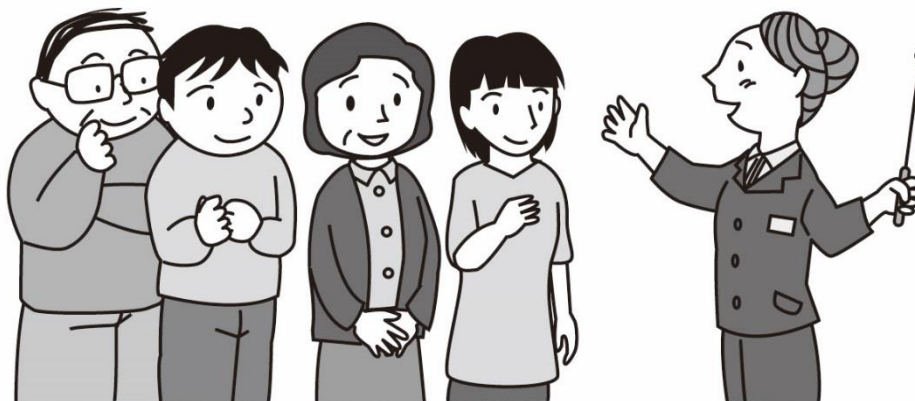
加入者が亡くなって
妻・子が残された時



遺族基礎年金

一般に年金を受給するには保険料の納付をはじめとして、いくつかの条件があります。詳しくは各区役所の保険年金課や年金事務所などにお尋ねください。

この冊子では、知的障害のある方の障害基礎年金申請の方法について紹介します。



障害基礎年金とは

等級と年金額

国民年金では、知的障害のある方が障害認定基準により 1 級・2 級に該当した場合に障害基礎年金が支給されます。障害認定基準は、療育手帳の判断基準とは異なります。

☆等級と年金額（令和元年度）

等級	年金額 ※年額（ ）内は月額
1 級	975,125 円（81,260 円）
2 級	780,100 円（65,008 円）

☆年金の支払日

偶数月の 15 日（土日・祝日の場合は、その前日）に 2 か月分が振り込まれます。

1 月	2 月	3 月	4 月	5 月	6 月	7 月	8 月	9 月	10 月	11 月	12 月
-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	------	------	------

☆所得の制限

20 歳前からの障害とされる知的障害のある方は、「無拠出（保険料の支払いを問われない）」年金のため、2 段階の所得制限が設けられています。そのため毎年 7 月に所得状況について届出をし、一定の所得がある場合には年金の一部、または全額の支給が停止されることがあります。

単身の障害のある方の場合、年間の所得が 3,604,000 円をこえると半額停止、4,621,000 円をこえると全額停止になります。ただし、年間の所得が下がれば翌年には支給が再開されます。詳しくは区役所保険年金課や年金事務所にお問い合わせください。

1. 過去の保険料の支払いは問われません

20 歳前の障害である知的障害のある方の申請では、過去に国民年金保険料を支払っていたかどうかは問われません。（これを無拠出年金といいます）

ただし、無拠出年金の方は一定以上の所得があると一部または全額の支給停止になることがあります。 [7 ページ](#)

2. 20 歳から申請することができます

知的障害のある方は、無拠出の年金となり、障害基礎年金の申請を 20 歳から行うことができます。

3. 療育手帳の等級とは直接の関係はありません

療育手帳の判定結果がそのまま年金の等級に反映されるわけではなく、厚生労働省が策定した「国民年金・厚生年金保険 精神の障害に係る等級判定ガイドライン」に基づいて判定されます。

4. 受給が決まると国民年金保険料の支払いはありません

障害基礎年金を受給すると国民年金保険料は法定免除となります。就労している方で、厚生年金を支払っている方は [24 ページ](#)をご覧ください。

5. 受給後、診断書の提出を求められることがあります

障害基礎年金の受給が決まった方は、年金証書にある「国民年金裁定通知書」の「次回診断書提出年月」を確認してください。次回診断書提出年月日に合わせて、令和元年度より誕生日月の末までに障害状態確認届（診断書）の提出が求められます。ただし、記載のない場合は症状が固定していると判断されており、それ以降に診断書の提出を求められることはありません。将来的に障害の程度が重くなった際の対応は [25 ページ](#)をご覧ください。

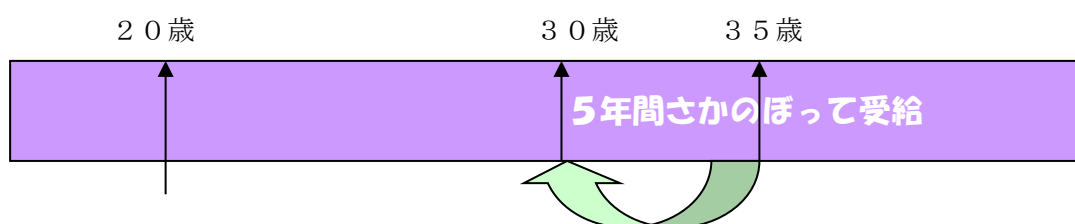
知的障害のある方の場合、20歳の誕生日の前日が「障害認定日」となり、障害基礎年金の申請ができます。しかし、さまざまな理由で20歳の時点で申し立てができなかった方も多いかと思います。後に障害認定日にさかのぼって請求を行う（これを^{そきゅうせいきゅう}遡及請求といいます。）には、障害認定日の状態についての診断書が必要です。

（20歳当時に精神科病院に通院していた経過があれば申請は可能となり、申請から5年にさかのぼって障害基礎年金が支給されることもあります。これもカルテの保存期間の5年をすぎた場合には診断書をとることが困難になってきます。）

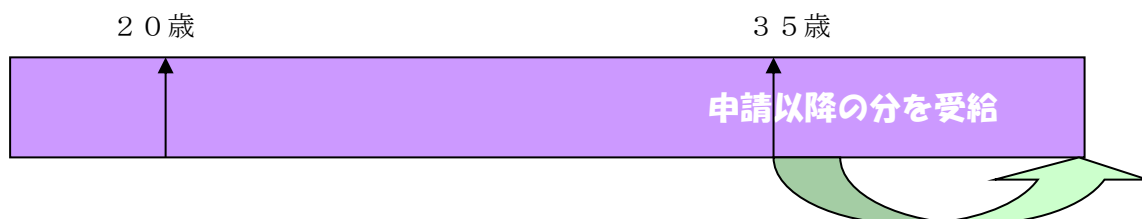
これまでの実績からも、20歳時点での診断書が取れない場合は事後重症^{じごじゅうしょう}（20歳のときには障害が軽く、障害基礎年金に該当しなかったが、後に障害が重くなったという考え）という取り扱いをされ、申請した月の翌月からの受給の扱いになっています。申請にあたっては、遡及請求が可能かどうかを確認してみてください。

例

<20歳のときに精神科への診察歴があり、かつ当時のカルテが残っている場合>



<20歳のときに精神科への診察歴がない場合>



役立つ情報 ②

子どもがいる場合の加算

子どもがいる場合の加算は、障害基礎年金の受給権を得た当時に生計を維持されている子がある場合、さらに障害基礎年金の受給権を得た後に子の出生によって要件を満たすことになった場合に加算が発生します。

加算対象の子ども	加算額	子の年齢
一人目・二人目	(一人につき) 224,500 円	18 歳到達日以後の最初の 3 月 31 日までの間にある子、または 1 級・2 級の障害の状態にある 20 歳未満の子
三人目以降	(一人につき) 74,800 円	

申請の際には戸籍謄本を提出してください

役立つ情報 ③

複数の障害をお持ちのかたは

知的障害以外の障害もお持ちの方については、知的障害とその他の障害の申立書・診断書をあわせて提出する方法もあります。特に知的障害のみでは受給の可能性が低い方は検討が必要ですが、いくつかの要件を満たす必要があります。詳しくは保険年金課や地域福祉課、障害者基幹相談支援センター、社会保険労務士などにご相談ください。

申請の手順

書類の受け取りから提出までの流れ

※20 歳で申請される方はあわせて国民年金加入の手続きを行ってください

区役所にある保険年金課に行って年金手帳と療育手帳を示し、「障害基礎年金の申請がしたい」と伝えて、「**申立書**」「**診断書**」を受け取ってください。

診断書には、知能・発達指数を記載する欄があります。医療機関で発達検査を実施していない場合、障害者更生相談所から証明書を発行してもらうこともできるので、希望する方は区役所地域福祉課にご相談ください。

12 ページ～18 ページを参考に申立書のコピーをとり、下書きを作成しましょう。わからないことがあれば、いつでも相談してください。

精神科の病院またはクリニックへ行きましょう。申立書や診断書などを用意して、診察を受けてください。**19 ページ**

申立書・診断書がそろったら、必要書類とともに区役所保険年金課へ提出してください。**23 ページ**

提出までにおおよそ2～3ヶ月かかります。大切な書類ですので、余裕をもって焦らずじっくりと取り組むことが大切です。

それではさっそく手続きをはじめてみましょう！！

申立書の書き方 I

生まれる前後と心身の発達の様子

参考資料の「申立書」にはアルファベットをふってあります

A 傷病名 「知的障害または精神発達遅滞（診断書に記載されている傷病名）」と記入してください。 18 ページ Q&A

B 発病日 知的障害のある方の発病日は生年月日です。

C 初診日 初めて診療を受けた日を記入してください。初めて診療を受けるより前に次のようなことがありましたら、その日を記入してください。
※健康診断で異常が発見され療養に関する指示を受けた場合は
健康診断日

出産時の病院や、近隣の小児科や内科、学校の嘱託医、検査を受けた病院、精神科病院の通院時などが考えられます。多くは 20 歳までに発達の遅れを指摘されていますが、20 歳を過ぎてからの指摘でも問題ありません。日付がわからない場合は〇〇年頃としてください。

ここからの書き方のポイントは「知的障害」のために本人や家族が困ったことです。障害のために苦手なことを時系列で、実際のエピソードを交えて書いていくのが効果的です。

D 生まれたときの状態と、初診までの間の状況を記入しましょう。

ここでは、生まれてから（又は障害の原因となる傷病を負った日）の心身の発達の様子を書くとともに、発達の遅れについて相談、指摘を受けるまでの様子を要約してください。（エピソードのあとに、～〇年〇月頃発達の遅れを指摘されたと記入してください）

●出産の前後の様子について（母子手帳があると便利です）

☆正常出産かどうか（逆子だった・へその緒が首に巻きついていた・陣痛促進剤を使用した・早産だった・仮死状態だった）

☆出産時の体重は？（未熟児のため保育器を使用した）

●発病（生まれてから）から発達の遅れを指摘された頃の状態

同じ年の子どもと比べて・・・

☆身長、体重の伸び ☆歩き始めた時期 ☆言葉の出だした時期

☆目線が合わない ☆理由もわからず泣き続ける ☆オムツが取れない

☆他の子どもと一緒に遊べない・関心がない ☆言葉が増えない

☆定期健診で発達相談などを勧められた

申立書の書き方Ⅱ

保育所・幼稚園でのできごと

E 家族のみの関わりから、初めて集団に入っていく時期だけに様々なエピソードがあります。

☆集団の輪に入れない ☆仲間はずれにされる ☆一人を好む

☆いつも先生と一緒に ☆子ども同士の会話についていけない

☆会話にならない ☆独語がある

☆騒がしいのを嫌がる ☆パニックになる

☆落ち着きなく走り回る（多動）ため目が離せない

☆運動に付いていけない・楽器が使えない ☆同じ遊びを延々続けている

☆オムツのとれた時期など身の自立が遅れる

E 学習面の遅れが目立つようになり、対人関係でのトラブルが起きる時期です。

通知表があると便利

☆学校は地域の学校か特別支援学校（養護学校）か

☆学習は何年生の時点でつまずきましたか？（一桁の足し算・引き算・暗算・繰り上がり・下がりの計算は・掛け算の九九・割り算・分数・国語の文章題の理解・作文・漢字の読み書き・時計が読めない・手先が不器用なため家庭科や工作が苦手・スポーツのルールが理解できない）

☆成績は？

☆学習の遅れにともなって、特別支援学級（養護学級）を勧められたか

☆友人関係につまずきはなかったか（友だちはできたか・いじめはなかったか・同級生と対等に遊べない・コミュニケーションが一方的で相手の気持ちが理解できない）

☆いじめなど困ったことを他人に伝えられたか

☆理由もわからず学校に通うのを嫌がることはあったか

☆学校の先生から障害についての指摘や進路についての助言はあったか

E 進路を選んだ経過や仕事についてから障害があったことで困ったエピソードを詳しく書いてください。

☆特別支援学校（養護学校）ですか？または、それ以外の学校に行きましたか？

☆学校での学習の内容と成績

☆進路に関しての先生の意見と結論（進学を勧めたか、就職を勧めたか）

☆これまでに就職した会社の名前と仕事の大まかな内容・期間

☆勤務時間を守ることができたか ☆仕事のスピードに付いていけたか

☆上司の指示を理解し、従えたか（複数の指示への理解）

☆同僚との関係は良好だったか ☆最低賃金を割っていなかったか

☆就職活動に援助は必要だったか（ハローワークへの同行・面接への同席・面接の失敗）

☆長時間の就労に耐えられたか

☆作業所や職業訓練に通ったことがあるか・そこでの様子は？

E 福祉サービスの利用状況を含む現在の生活状況について記入するとともに、今後の自立の見通しなども伝えましょう。

☆家事全般の様子 ☆福祉サービスの利用状況（どんな援助が必要か）

☆現在の生活（自宅・単身・グループホーム）将来の生活の場の見通し

☆就労の現状と見通し（上司や同僚への挨拶、連絡や報告・指示に対する理解、同僚との意思疎通、作業能力、ジョブコーチなどの援助の必要性）

☆健康・情緒の具合いと通院の状況、服薬の必要性
（睡眠の乱れ・多動）

☆こだわりから生活・仕事に支障をきたしていないか

☆思い通りにならない時に、座り込んだりパニック、粗暴行為などがあるか

☆適切な金銭感覚が身についているか（借金などないか）

☆金銭搾取や暴力の対象になっていないか

☆家族関係は良好か（粗暴な行為などないか）

申立書の書き方Ⅵ

申立書裏面の書き方

障害認定日と現在の就労や日常生活の状態を記入するところです。

F 障害認定日は20歳の誕生日の前日の日付を記入してください。

(就労していた・している方は・・・)

G 職種を記入してください。(軽作業・食品加工・清掃業などと記入)

H 通勤方法を記入してください。

I 20歳時点で働いていた人は誕生日の前月、前々月の出勤日数を記入してください。記録などが残っていない場合は不明と記入してください。現在働いている人は、提出予定月の前月、前々月の出勤日数を記入してください。

J 体調面だけでなく精神面も含めて記入してください。仕事のストレスからくる自宅でのパニックや、欠勤の頻度などのエピソードも記入してください。

(20歳時点で就労していなかった・現在就労していない方は・・・)

K 就労していなかった・していない理由を選んでください。

L 日常生活の状況について診断書と同様に「一人暮らしを想定して」(20ページの「ポイント!」を参照)選択してください。(この部分はえんぴつ書きにとどめ、診断書を参考に清書することをお勧めします。)

M 申立書の表面に書ききれなかった20歳の誕生日当時と現在の障害にともなう困りごと、エピソードなどを記入してください。

N 障害手帳の取得状況を記入してください。

O 提出日を記入してください。請求者は本人の氏名になります。

申立書の書き方Ⅶ

Q & A

Q 窓口で書類を受け取ったときに診断書から書いてもらうよう言われましたが・・・

A 過去に精神科を受診したことがない人が申立書より先に診断書を書いてもらうと、情報が不足してしまいますので先に申立書をまとめましょう。

Q この紙に書ききれない場合はどうしたらいいですか？

A 書き伝えたいことがたくさんある場合は、「病歴・就労状況等申立書（続紙）」あるいは別紙に記入して提出してもかまいません。

Q 医療機関の名前をはっきりと覚えていません

A 幼少の頃の出来事や、引越し等をされている方、数十年前のこととなっている場合は医療機関名を覚えていないことも多いかと思います。その場合は「医療機関名を覚えていない」等の理由を「医療機関名」に記入してください。

Q 治療の経過にある期間（E）はどのように書いたらいいですか？

A 生まれた日以外は日付を詳しく書くことは難しいと思います。その場合は「〇〇年〇月頃」「〇〇年頃」と記入してください。この期間に精神科を受診している場合は、医療機関名も記入してください。

Q 精神発達遅滞とは何ですか？

A 国内の法律では「知的障害」とされていますが、医療機関での診断名は「精神発達遅滞」となっています。診断名はどちらの記載でも問題ありません。

Q 「私の子どもは短期大学に進学しました。」「支援学校卒業後、働いています。」
申立書にこのことを書いても大丈夫でしょうか？

A 事実をありのままに書くことが大切です。その中に障害があったために困ったことを書いてください。

病院へ行く前に

病院はどこへ行けばいいの？

申立書の下書きができれば、下書きと白紙の診断書の用紙を持って医療機関を受診し、診断書を書いてもらいます。知的障害の診断書を書く医師は「精神科担当」医師となります。精神科・心療内科・神経科などの病院やクリニックを訪ねてください。（知的障害などにより幼少期から小児科や神経内科等で受診をしている場合、精神・神経障害の診断又は治療に従事している医師であれば、診断書を記入してもらうことは可能です。）

初めて精神科にかかる方は、申立書と発達検査の結果を用意していることを病院に伝えてください。何も準備しないよりも受け入れしてもらいやすくなります。

Q こころあたりの医師がいない場合はどうすればいいですか？

A 他の経験者情報を参考にしたり、障害者基幹相談支援センターや保健センター、区役所地域福祉課、社会保険労務士へ相談するのもひとつでしょう。

☆準備物の確認

①診断書費用

診断書費用は医療機関によって異なります。通常は 5,000 円～10,000 円ぐらいいで、自己負担になります。生活保護受給者には公費負担の方法がありますので生活援護課へ相談してください。

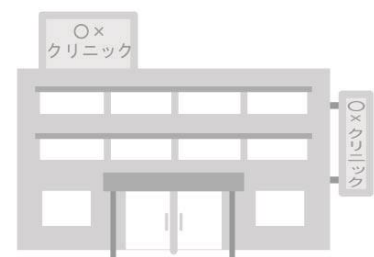
②書類

- ・作成した申立書の下書きや、日常生活能力についての資料 **20・21 ページ**
- ・診断書の用紙
- ・知能・発達指数を示した書類（障害者更生相談所発行の証明書など）

③健康保険証

- ・障害者医療証のある方は持っていく。
- ・生活保護受給者は事前に生活援護課へ相談する。

④療育手帳



診断書を書いてもらう

病院での注意点(何をつたえるか)

診断書は障害基礎年金がもらえるかどうかを左右する重要な書類です。医師は本人や家族と診察の上で診断書を作成しますので、医師の質問にどのように答えるかは大変重要です。

特に、診断書の裏面にある日常生活能力の判定などの問診欄などが重要です。

判断のポイントとなるのは、「一人暮らし(単身でかつ支援のない生活)」を想定したときに、どの程度の援助を必要とするか」そして、「援助」とは身体的な介助に限らず、日常生活を送る上で必要となる「声かけや助言、確認、指示、注意」などを含めたものであることを理解してください。

ポイント！

日常生活能力を判断するポイント

☆適切な食事摂取

「食べる」ことに限定せず、「配膳の準備ができるか」「栄養のバランスを考えられるか(食事内容が乏しい、偏食など)」「適切な食事量をとれるか(過食など)」「適時の食事をとれるか(不規則、不食など)」なども考慮に入れましょう。

☆身辺の清潔保持

「洗面や整髪、ひげそりができるか」「時間・場所・季節・状況に合った服を選ぶことができるか」「入浴や着替えをして身体の清潔を保つことができるか」「自室の清掃や片付けができるか」などが自主的にできるか、習慣になっているかを評価しましょう。

☆金銭管理と買い物

「金銭を一人で適切に管理できるか(金銭トラブルに巻き込まれた経験など)」「生活するうえで金銭のやりくりができるか(貯金や借金の理解など)」「計画的な買い物ができるか(収入をこえての出費など)」を評価しましょう。

☆通院と服薬

「通院や服薬の必要性を理解できるか」「服薬は自分で管理できるか（飲み忘れ、飲み方の間違い、大量服薬、拒否など）」「規則的な通院ができるか」「症状や痛みの箇所を医師に伝えられるか」などがポイントです。

☆他人との意思伝達及び対人関係

家族以外との対人関係においても「自分の意思を相手に伝えられるか」「場面に合わせた応対ができるか（周囲への配慮、孤立していないかなど）」「他人の話を聞くことができるか」「他者との協調性があるか（集団との付き合い、他者の行動に合わせられるかなど）」を評価してください。

☆身の安全保持及び危機対応

「道具や乗り物などの危険性を理解・認識しているか」「安全性に配慮した適切な使用・利用ができるか」「危険から身を守ることができるか」「危険な行為の有無」「急な出来事や災害に対して、他人に援助を求めたり、適切な判断や行動がとれるか」を考えてください。

☆社会性

「銀行での金銭の出し入れができるか」「社会生活に必要な手続きができるか」「公共施設や交通機関の利用にあたって、目的やルールが理解できるか」「社会的ルールを守り、適正に対応することができるか」を評価してください。

これらのことを、診察場面ですべて伝えるのは難しいことです。本人の姿を正しく伝えるために、事前にこれらの項目にあわせて、普段どのような援助（介助・助言・確認・指示など）が行われているかを申立書とは別に資料として作成しておくことをお勧めします。最終的な判断は医師となりますが、大切なところですので生活を支える立場として、しっかりと現状をお伝えください。

診断書を書いてもらう

診断書を受け取ったときの注意点

診断書に記載もれやミスがないか、申立書の内容と比べて違いはないかを確認してください。以下にチェックのポイントを示します。

☆気をつけたいチェック項目（参考資料の診断書をご覧ください）

- ☐ **a**氏名、**b**生年月日、**c**性別、**d**住所、**e**傷病名に間違いはありませんか？

- ☐ **f**傷病の発生日（申立書でいう発病日で、誕生日や知的障害の原因となった傷病を負った日）、**g**初めて医師の診療を受けた日（申立書でいう初診日）は申立書と一致していますか？（「診療録で確認・本人の申立て」はいずれかに☒をつけてありますか？）
※いずれもカルテが残っていなければ「本人の申立て」になります。

- ☐ **h**臨床検査の欄には知能・発達指数は記載されていますか？

☆日常生活能力の判定欄をチェック！

i 診察時に伝えた意図は十分に伝わったものになっていますか？もしも十分に伝わっていない場合は、医師と話し合ってみてください。ただし、診断書の最終的な判断は医師の側にあります。

診断書の有効期限は原則3ヶ月間ですので、期限内に区役所保険年金課に提出してください。提出にあたり不安があればいつでも地域福祉課や障害者基幹相談支援センターに相談してみてください。

書類の提出について

もって行くもの

書類の提出は、各区役所の保険年金課です。
書類がそろっているか確認しましょう

診断書と申立書は、コピーをとり
保管しておきましょう。後に資料
として役立つことがあります。

診断書 申立書 療育手帳 通帳（本人名義のもの）
年金手帳 印鑑 年金請求書 ※マイナンバーカード

※マイナンバーカードがない場合

- ・マイナンバー通知書＋本人確認ができるもの（健康保険証等）
- ・マイナンバーが記載された住民票

戸籍謄本（子どもがいる場合のみ）

書類はそろいましたか？

確認ができれば、各区役所の保険年金課へ提出します。

書類の提出について

年金の支給・不支給が決まるまでの期間

書類を提出してからおおむね3ヶ月で結果がでます。障害基礎年金がもらえるときは「年金証書」、もらえないときは「不支給の決定通知」が届きます。

年金の支給が決定すると、年金証書を受け取ってからおおむね50日後に最初の年金が振り込まれます。

事後重症として申請する方の場合、受給する権利が発生するのは、書類を提出した月の翌月からになります。 **9ページ**

（例）令和元年8月中に書類を提出した人

→令和元年11月～12月に証書が届きますが・・・

→受け取る年金は令和元年9月分からになります。

年金申請の結果

支給が決定した場合

年金証書が届きます。各区役所の保険年金課で国民年金保険料の法廷免除手続きを行ってください。手続きが終われば大事に保管しましょう。年金は偶数月の 15 日（土日・祝日の場合は、その前日）に 2 か月分が振り込まれます。

注意点

『障害状態確認届』とは…

「次回診断書提出年月日」に日付が記載されている方は、記載のある年には『障害状態確認届』が届き、「診断書」を提出する必要があります。

『障害状態確認届』とは障害年金を受給されている方に、障害の状態に応じて提出が必要になる年に、引き続き障害年金を受ける権利があるかどうか、障害の状態を確認するためのもので、誕生日月の 3 か月前の月末に送付されます。

Q. 障害状態確認届の提出が遅れたり、提出がなかったらどうなるの？

A. 提出が遅れたり、提出がないときは、年金の支払いが一時止まることがあります。すみやかに提出してください。年金の支払いが一時止まった場合は、障害の状態の確認が終了したら、障害の程度に応じて、止まった期間分の年金が支払われます。

☆ 厚生年金保険料を納付している方へ

平成 18 年 4 月から、65 歳以上の人は障害基礎年金と老齢厚生年金との併給が可能になりました。ですから会社に勤め、厚生年金に加入している人は将来 65 歳になったときに、障害基礎年金とあわせて老齢厚生年金を受け取ることができます。

年金申請の結果

不支給だった場合

年金が不支給だった場合、なぜ支給されなかったのかを振り返りましょう。不支給になった場合の対応は2通りあります。不支給に対する決定があったことを知った日から3ヶ月以内に地方厚生局の社会保険審査員に審査請求（不服申し立て）を申し立てるか、障害が重度化した、精神科の通院が必要になった、または就労が困難などのタイミングにあらためて申し立てができます。いずれも難しい申請となるので、申請経験のある相談機関などに相談することをお勧めします。

★保険料の免除

国民年金には保険料免除制度があります。毎月16,260円（平成28年度）の国民年金保険料の支払いが必要ですが、経済的な理由などで国民年金の保険料を納めることが難しい場合には、保険料免除の手続きができます。保険料の免除には、全額免除・4分の3免除・半額免除・4分の1免除があります。前年度の所得で、免除の種類が決まります。保険料の支払いが難しいときには、各区役所の保険年金課へ相談に行きましょう。

Q. 国民年金の保険料を払わず、免除もせず放置していたらどうなるの？

A. 65歳になったとき、事故や障害などで基礎年金を申請するときに、条件を満たさないと受け取ることができなくなります。先々に困る結果となるので、保険料の支払いが難しいときは保険年金課で相談してみましょう。

年金申請の結果

等級変更

障害基礎年金2級を支給されている人が障害の程度が重くなった（療育手帳の等級が変更したときなど）場合は、1級への等級変更の申請手続きを考えてみてください。手続きの方法は、申立書は不要で診断書と額改定申請書が必要となります。

権利侵害

障害年金受給後、気をつけること

障害基礎年金は障害のある本人のために支給されたものですが、年金をもらうことによるトラブル（権利侵害）があることも事実です。

ここでいう権利侵害とは、権利として受給することができた障害年金を、気づかないうちや、気がついていても助けの声を挙げることができないうちに侵害されてしまうことです。

☆ 権利侵害の例（１） 年金の管理をめぐるトラブル



会社や作業所から年金の管理を勧められ、結果的に大切な財産が勝手に利用されていたという事件が発生しています。

☆ 権利侵害の例（２） 年金が入る頃になると必ず・・・



親しくなった友だちが、年金が入る頃には必ず現れおごらされる、現金を求められるなど、本人の優しさに付け込んだトラブルがおきています。

☆ 権利侵害の例（３） 生活が苦しくなって・・・



年金を担保にお金を借りることを強要されたり、契約の意味もわからないのにサラ金でサインさせられるなどの被害が発生しています。

もし権利侵害にあってしまった場合、迷わず声をあげましょう。信頼できる人、地域福祉課担当者や障害者基幹相談支援センターの相談員も相談に乗ってくれます。

★誰のための年金か

障害年金はあくまでも本人へ支給されるもので、本人のために使われるべきものです。したがって他人はもちろんのこと、家族や親族であっても、本人の意思に反しての使用はできません。

しかしながら、知的障害のある方の多くは判断能力の弱さや金銭管理経験の乏しさから日常的にまわりの援助を必要としています。本人の権利を守るためには、本人の力を見極め、適切に支援できる環境が必要になります。

★適切に管理してくれる人は近くにいるか

本人の金銭管理の力が充分でないとき、本人のことを考え、適切に管理してくれる人が必要となります。家族や親族が身近にいない場合、いても様々な事情により管理していくことが難しい場合には、下記のような制度もあります。

★障害のある人の日常生活を支える制度

日常生活自立支援事業

各市町村にある社会福祉協議会にて日常の金銭管理、重要書類の預かり、福祉サービスの利用援助等を実施しています。契約するためには、契約行為に対する本人の理解と、契約する意志が必要となります。

成年後見制度

家庭裁判所に申し立てをすることで、本人に対し後見人、保佐人、補助人（本人の力によって異なる）をつけることができます。金銭管理の他にも契約行為や意志の代行等総合的に本人の権利を守ってくれます。後見人等には親族の他に弁護士、司法書士、社会福祉士等の専門職を選任することができます。申し立てをするときには区役所の地域福祉課や障害者基幹相談支援センターに相談することもできます。

相談窓口一覧

保健福祉総合センター(区役所地域福祉課)

療育手帳担当者にご相談ください

相 談 先	住 所	電話&FAX
堺保健福祉総合センター 地域福祉課	堺区南瓦町3-1 堺区役所内	228-7477 (F)228-7870
中保健福祉総合センター 地域福祉課	中区深井沢町2470-7 中区役所内	270-8195 (F)270-8103
東保健福祉総合センター 地域福祉課	東区日置荘原寺町195-1 東区役所内	287-8112 (F)287-8117
西保健福祉総合センター 地域福祉課	西区鳳東町6-600 西区役所内	275-1918 (F)275-1919
南保健福祉総合センター 地域福祉課	南区桃山台1-1-1 南区役所内	290-1812 (F)290-1818
北保健福祉総合センター 地域福祉課	北区新金岡町5-1-4 北区役所内	258-6771 (F)258-6836
美原保健福祉総合センター 地域福祉課	美原区黒山167-1 美原区役所内	363-9316 (F)362-0767

専門機関

療育手帳の新規判定や更新の際にご相談ください

相 談 先	住 所	電話&FAX
堺市障害者更生相談所	堺市堺区旭ヶ丘中町4丁3-1 健康福祉プラザ3階	245-9195 (F)244-3300

区役所保険年金課

申請の窓口です

相 談 先	住 所	電話&FAX
堺区役所保険年金課	堺区南瓦町3-1	228-7413 (F)228-7539
中区役所保険年金課	中区深井沢町2470-7	270-8189 (F)270-8171
東区役所保険年金課	東区日置荘原寺町195-1	287-8108 (F)287-8621
西区役所保険年金課	西区鳳東町6-600	275-1909 (F)275-1908
南区役所保険年金課	南区桃山台1-1-1	290-1808 (F)290-1813
北区役所保険年金課	北区新金岡町5-1-4	258-6743 (F)258-6894
美原区役所保険年金課	美原区黒山167-1	363-9314 (F)363-0020

年金事務所

相談に行く際には年金手帳を持っていきましょう

相 談 先	住 所	電話&FAX
堺東年金事務所	堺区南瓦町2-23	238-5101 (F)221-1238
堺西年金事務所	西区浜寺石津町西4-2-18	243-7900 (F)280-6901

障害者基幹相談支援センター

障害者基幹相談支援センターとは、堺市より委託された相談支援機関です。各区役所内に設置され、障害者(児)の暮らしについて、様々な内容の相談や支援をしています。

相 談 先	住 所	電話&FAX
堺区障害者基幹相談支援センター	堺区南瓦町3-1 堺区役所内（市役所）	224-8166 (F)224-4400
中区障害者基幹相談支援センター	中区深井沢町2470-7 中区役所内	278-8166 (F)278-4400
東区障害者基幹相談支援センター	東区日置荘原寺町195-1 東区役所内	285-6666 (F)287-6767
西区障害者基幹相談支援センター	西区鳳東町6-600 西区役所内	271-6677 (F)274-7700
南区障害者基幹相談支援センター	南区桃山台1-1-1 南区役所内	295-8166 (F)298-0044
北区障害者基幹相談支援センター	北区新金岡町5-1-4 北区役所内	251-8166 (F)250-8800
美原区障害者基幹相談支援センター	美原区黒山167-9 美原区役所別館内	361-1883 (F)361-4444
総合相談情報センター	堺区旭ヶ丘中町4-3-1 堺市立健康福祉プラザ内	275-8166 (F)244-7777

身近なところに相談できる
場所があります。お気軽に
ご相談ください。



やってみよう 障害基礎年金申請 ～療育手帳をお持ちの方へ～

発行日 令和2年3月 改訂（初版発行平成20年12月）

発行者 NPO法人堺市相談支援ネット
〒590-0808 堺市堺区旭ヶ丘中町4-3-1
堺市健康福祉プラザ内 総合相談情報センター
TEL 072-275-8166

イラスト 武井 陽子

この冊子の情報は令和元年11月現在のものです



この冊子は、堺市から委託を受け作成しています。

(請求する病気やけがが複数ある場合は、それぞれ用紙を分けて記入してください。)

病歴状況	傷病名 ← A(冊子P12)
発病日 ← 元号を選んでください B(冊子P12) 年 月 日	初診日 ← 元号を選んでください C(冊子P12) 年 月 日
記入する前にお読みください。 ○ 次の欄には障害の原因となった病気やけがについて、発病したときから現在までの経過を年月順に期間をあげずに記入してください。 ○ 受診していた期間は、通院期間、受診回数、入院期間、治療経過、医師から指示された事項、転医・受診中止の理由、日常生活状況、就労状況などを記入してください。 ○ 受診していなかった期間は、その理由、自覚症状の程度、日常生活状況、就労状況などについて具体的に記入してください。 ○ 健康診断などで障害の原因となった病気やけがについて指摘されたことも記入してください。 ○ 同一の医療機関を長期間受診していた場合、医療機関を長期間受診していなかった場合、発病から初診までが長期間の場合は、その期間を3年から5年ごとに区切って記入してください。	
1	元号を選んでください 年 月 日から 元号を選んでください 年 月 日まで ☐ 受診した ・ ☐ 受診していない 医療機関名 Q&A参照 (冊子P17) D(冊子P12～P13)
2	元号を選んでください 年 月 日から 元号を選んでください 年 月 日まで ☐ 受診した ・ ☐ 受診していない 医療機関名 E(冊子P13～P16)
3	元号を選んでください 年 月 日から 元号を選んでください 年 月 日まで ☐ 受診した ・ ☐ 受診していない 医療機関名
4	元号を選んでください 年 月 日から 元号を選んでください 年 月 日まで ☐ 受診した ・ ☐ 受診していない 医療機関名
5	元号を選んでください 年 月 日から 元号を選んでください 年 月 日まで ☐ 受診した ・ ☐ 受診していない 医療機関名

※裏面（署名欄）も記入してください。

就労・日常生活状況	1. 障害認定日（初診日から1年6月目または、それ以前に治った場合は治った日）頃と 2. 現在（請求日頃）の就労・日常生活状況等について該当する太枠内に記入してください。
-----------	--

1. 障害認定日（昭和・平成・令和 年 月 日）頃の状況を記入してください。

就労状況	就労していた場合	職種（仕事の内容）を記入してください。← G(冊子P17)
		通勤方法を記入してください。← H(冊子P17) 通勤方法 通勤時間（片道） 時間 分
		出勤日数を記入してください。← I(冊子P17) 障害認定日の前月 日 障害認定日の前々月 日
		仕事や仕事が終わった時の身体の調子について記入してください。← J(冊子P17)
日常生活状況	就労していた場合	仕事をしていた（休職していた）理由すべてチェックしてください。 なお、オを選んだ場合は、具体的な理由を（ ）内に記入してください。← K(冊子P17)
	日常生活状況	日常生活の制限について、該当する番号にチェックしてください。← L(冊子P17) 1 → 自発的にできた 2 → 自発的にできたが援助が必要だった 3 → 自発的にできないが援助があればできた 4 → できなかった その他日常生活で不便に感じましたら記入してください。← M(冊子P17)

2. 現在（請求日頃）の状況を記入してください。

就労状況	就労している場合	職種（仕事の内容）を記入してください。← G(冊子P17)
		通勤方法を記入してください。← H(冊子P17) 通勤方法 通勤時間（片道） 時間 分
		出勤日数を記入してください。← I(冊子P17) 請求日の前月 日 請求日の前々月 日
		仕事や仕事が終わった時の身体の調子について記入してください。← J(冊子P17)
日常生活状況	就労していない場合	仕事をしていない（休職している）理由すべてチェックしてください。 なお、オを選んだ場合は、具体的な理由を（ ）内に記入してください。← K(冊子P17)
	日常生活状況	日常生活の制限について、該当する番号を○で囲んでください。← L(冊子P17) 1 → 自発的にできた 2 → 自発的にできたが援助が必要だった 3 → 自発的にできないが援助があればできた 4 → できなかった その他日常生活で不便に感じていることがありましたら記入してください。← M(冊子P17)
障害者手帳	障害者手帳の交付を受けていますか。	☐ 1 受けている ☐ 2 受けていない ☐ 3 申請中
	交付されている障害者手帳の交付年月日、等級、障害名を記入してください。 その他の手帳の場合は、その名称を（ ）内に記入してください。 ※ 略字の意味 身→ 身体障害者手帳 療→ 療育手帳 精→ 精神障害者保健福祉手帳 他→ その他の手帳	① ☐ 身・ ☐ 精・ ☐ 療・ ☐ 他・（ ） 元号を選んでください 年 月 日（ ）級 障害名（ ） ② ☐ 身・ ☐ 精・ ☐ 療・ ☐ 他・（ ） 元号を選んでください 年 月 日（ ）級 障害名（ ）

上記のとおり相違ないことを申し立てます。

※請求者本人が署名する場合、押印は不要です。

令和 年 月 日

請求者 現住所

代筆者

氏 名
請求者からみた続柄（ ）

O(冊子P17)

氏 名
電話番号

㊞

参考資料
(診断書)

国 民 年 金
厚生年金保険

診 断 書
(精神の障害用)

様式第120号の4

C

(フリガナ)			生年月日	昭和 平成 令和	b 年	月	日生(	歳)	性別	☐ 男 ☐ 女							
氏 名	a																
	住所の郵便番号		都道府県 市区郡														
住 所	—																
	① 障害の原因となった傷病名		② 傷病の発生年月日		昭和 平成 令和		f 年		月	日	診療録で確認 本人の申立て (	年	月	日)	本人の発病時の職業		
①	e		③ ①のため初めて医師の診療を受けた日		昭和 平成 令和		g 年		月	日	診療録で確認 本人の申立て (	年	月	日)	④ 既存障害		
	ICD-10コード(														⑤ 既往症		
⑥ 傷病が治った(症状が固定した状態を含む。)かどうか。		平成 令和		年		月	日	確認 推定		症状のよくなる見込・・・ ☐ 有・ ☐ 無・ ☐ 不明					⑤ 既往症		
⑦		陳述者の氏名 請求人との続柄 聴取年月日 年 月 日															
発病から現在までの病歴及び治療の経過、内容、就学・就労状況等、期間、その他参考となる事項																	
⑧ 診断書作成医療機関における初診時所見 初診年月日 昭和 平成 令和																	
⑨		ア 発育・養育歴				イ 教育歴 乳児期 ☐ 不就学・ ☐ 就学猶予 小学校(普通学級・ 特別支援学級・ 特別支援学校) 中学校(普通学級・ 特別支援学級・ 特別支援学校) 高校(普通学級・ 特別支援学校・ その他) その他						ウ 職歴					
これまでの発育・養育歴等(出生から発育の状況や教育歴及びこれまでの職歴をできるだけ詳しく記入してください。)																	
エ 治療歴(書ききれない場合は⑬「備考」欄に記入してください。)(※ 同一医療機関の入院・外来は分けて記入してください。)																	
医療機関名		治療期間			入院・外来		病名		主な療法				転帰(軽快・悪化・不変)				
		年 月 ～ 年 月			☐ 入院・ ☐ 外来												
		年 月 ～ 年 月			☐ 入院・ ☐ 外来												
		年 月 ～ 年 月			☐ 入院・ ☐ 外来												
		年 月 ～ 年 月			☐ 入院・ ☐ 外来												
		年 月 ～ 年 月			☐ 入院・ ☐ 外来												
⑩ 障 害 の 状 態 (☐ 平成 ☐ 令和 年 月 日 現症)																	
ア 現在の病状又は状態像(該当のローマ数字、英数字にチェックしてください。)								イ 左記の状態について、その程度・症状・処方薬等を具体的に記載してください。									
前回の診断書の記載時との比較 (前回の診断書を作成している場合は記入してください。) I 1 変化なし 2 改善している 3 悪化している 4 不明 抑うつ状態 1 思考・運動制止 2 刺激性・興奮 3 憂うつ気分 4 自殺企図 5 希死念慮 6 その他 () II そう状態 1 行為心迫 2 多弁・多動 3 気分(感情)の異常な高揚・刺激性 4 観念奔逸 5 易怒性・被刺激性亢進 6 誇大妄想 7 その他 () III 幻覚妄想状態等 1 幻覚 2 妄想 3 させられ体験 4 思考形式の障害 5 著しい奇異な行為 6 その他 () IV 精神運動興奮状態及び昏迷の状態 1 興奮 2 昏迷 3 拒絶・拒食 4 滅裂思考 5 衝動行為 6 自傷 7 無動・無反応 8 その他 () V 統合失調症等残遺状態 1 自閉 2 感情の平板化 3 意欲の減退 4 その他 () VI 意識障害・てんかん 1 意識混濁 2 (夜間)せん妄 3 もうろう 4 錯乱 5 てんかん発作 6 不機嫌症 7 その他 () ・てんかん発作の状態 ※発作のタイプは記入上の注意参照 1 てんかん発作のタイプ(☐A・☐B・☐C・☐D) 2 てんかん発作の頻度(年間 回、月平均 回、週平均 回 程度) VII 知能障害等 1 知的障害 ア 軽度 イ 中等度 ウ 重度 エ 最重度 2 認知症 ア 軽度 イ 中等度 ウ 重度 エ 最重度 3 高次脳機能障害 ア 失行 イ 失認 ウ 記憶障害 エ 注意障害 オ 遂行機能障害 カ 社会的行動障害 4 学習障害 ア 読み イ 書き ウ 計算 エ その他() 5 その他 () VIII 発達障害関連症状 1 相互的な社会関係の質的障害 2 言語コミュニケーションの障害 3 限定した常同的で反復的な関心と行動 4 その他 () IX 人格変化 1 欠陥状態 2 無関心 3 無為 4 その他症状等() X 乱用、依存等(薬物等名:) 1 乱用 2 依存 XI その他 []																	

本人の障害の程度及び状態に無関係な欄には記入する必要はありません。(無関係な欄は、斜線により抹消してください)

(お願い)臨床所見等は、診療録に基づいてわかる範囲で記入してください

(お願い)太文字の欄は、記入漏れがないように記入してください

私たち

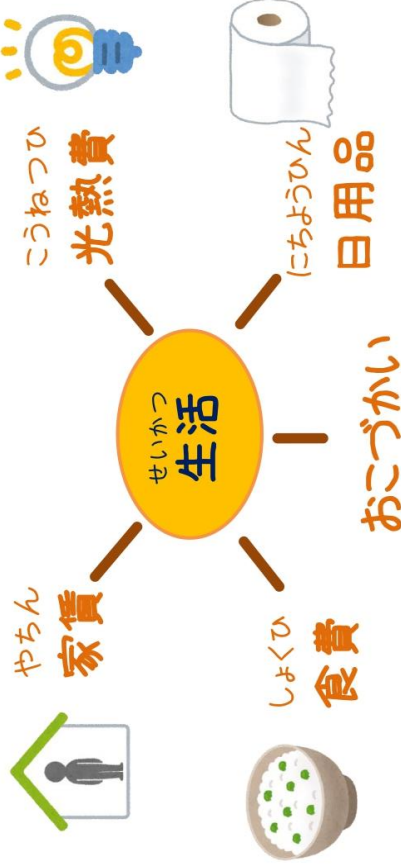
20才になったら

しょうがいねんきん かんが

障害年金を考えよう！

ねんきん 年金がもらえると、いろんな生活がせんたくできるかも

ねんきん 年金 + 給料・工賃で



しょうらい かんが 将来のことを考えるきっかけに★
じんせい じぶん かんが これからの人生を自分で考えよう

ねんきん 年金のてつぎほ
たいへん?

かね かんり お金の管理が
むずかしかったら?

これからのこと
かんが どう考えたらいいか
わ 分らない

てつだ ひと お手伝いしてくれる人がいます！

まず

ちか お近くの

ほけんねんきんか しゃかいほけんろうむし 保険年金課・社会保険労務士
しょうがいしゃきかん そうだんしえん ちいきふくしか 障害者基幹相談支援センター・地域福祉課に

そうだん 相談してみてください！

だいいっぱ

☆あなたの第一歩をおうえんします☆

しょうがいねんきん 障害年金ってなあに？

だれでも、もらえるの？

せいかつ こま
生活するうえで、困りごとがどのくらい
あるかで決まるので、もらえない人もいます。

いくら、もらえるの？

しょうがい ていど きゅう きゅう
障害の程度によって1級と2級が決まります。
ひと月に1級は約8万1千円、
2級は約6万5千円です。

アドバイス

かんり みぢか
『おかねの管理』をどうするか、身近な
ひとと、前もって話し合いをしておいて、安心
できる生活がおくれるようにしておきましょう！

どうやって申し込むの？

てつづきは、どこで、どうすればいいの？

じゅんぱんに

- ① 区役所で書類をもらう
くやくしょ しよるい
- ② 申立書を書く(生まれてから今までの
せいかつ ほんにん かぞく しえんしゃ
生活) 本人・家族・支援者といっしょに
びょういん しんだんしよ か
③ 病院で診断書を書いてもらう
くやくしょ しよるい だ
④ 区役所に書類を出す

アドバイス

ねんきん
年金のうけとりがゴールではありません。
『これからの生活』について、家族や
せいかつ
支援者と相談して、充実した日々を
しえんしゃ そうだん じゅうじつ ひび
おくりましょう！