하자마자 인쇄용 양식

전역하자마자

예비군, 보험, 적금, 복학과 취업까지

위에서부터 하나씩 체크하고, 끝낸 날을 적어 두세요.

이 문서는 무료입니다. 최신 내용과 날짜 계산은 hzmzapp.com/events/discharge 에서 볼 수 있어요.

2026-11-08 기준입니다. 절차와 기한은 기관에서 바뀔 수 있으니 확정 전에 기관에서 확인하세요.

체크리스트

전역하는 날 · 적금과 서류

- [ ] 장병내일준비적금 만기일 확인, 만기 전에 해지하지 않기
  만기 전에 해지하면 이자 비과세와 정부지원금을 받을 수 없어요. 조기전역자는 만기일까지 유지해요 _____
- [ ] 장병내일준비적금 만기 해지와 매칭지원금 확인
  2024년부터 전역 만기 해지 때 납입 원금의 100%를 매칭지원금으로 지원해요. 조기전역자와 신분전환자는 신청 안내를 따로 확인하세요 _____
- [ ] 병적증명서 발급해 두기
  정부24에서 수수료 없이 발급해요. 군경력 포함을 고르면 약 3시간 뒤 발급돼요 _____
- [ ] 건강보험 자격 확인
  군복무 중 건강보험 급여정지는 전역 다음 날 해제돼요. 가족의 피부양자가 되는지, 지역가입자가 되는지는 건강보험공단에 물어보세요 _____

전역 후 첫 주 · 주소와 생활

- [ ] 주소를 옮겼다면 전입신고 14일 안에 정부24 또는 주민센터에서
  주민센터 전입신고가 병무청에 자동 반영돼요 _____
- [ ] 복무 중 운전면허 갱신을 연기했다면 전역 뒤 기한 안에 갱신
  연기를 받은 사람은 그 사유가 없어진 날부터 3개월 안에 갱신해야 해요. 갱신 방법은 도로교통공단에서 확인하세요 _____
- [ ] 학자금대출이 있으면 전역 뒤 상환 일정 다시 확인
  군 복무 기간에 면제되던 이자는 전역하면 다시 생겨요. 상환 방법과 일정은 한국장학재단에서 확인하세요 _____

한 달 안 · 예비군과 연금

- [ ] 예비군 편성 기다리기
  전역 신고는 따로 하지 않아요. 편성까지 약 1개월이 걸려요 _____
- [ ] 직장이나 대학 예비군인지 확인
  소속 직장이나 학교에 예비군 부대가 있으면 그곳에 문의해요 _____
- [ ] 예비군 기간 알아 두기
  병은 전역 후 8년이 되는 해 12월 31일까지 편성돼요 _____
- [ ] 예비군 훈련 일정 확인 방법 알아 두기
  동원훈련 날짜는 병무청 누리집에서, 그 밖의 훈련 일정은 예비군 홈페이지에서 확인해요 _____

- [ ] **국민연금 군복무 크레딧 알아 두기**
  2026년 1월 1일 이후 6개월 이상 복무를 마쳤다면 실제 복무기간을 최대 12개월까지 가입기간으로 인정해요. 2027년 1월 1일 이후 복무를 마치면 복무기간 전체를 인정하도록 법이 바뀌었어요. 노령연금을 청구할 때 확인해서 더해 주므로 지금 따로 신청하지 않아요

- [ ] **군 복무 기간 국민연금 추납 알아 두기**
  병역의무를 마친 뒤 가입자가 되면 복무 기간의 보험료를 추후 납부하겠다고 신청할 수 있어요. 납부한 기간은 가입기간에 들어가요. 국민연금공단에서 확인하세요

복학이나 첫 취업

- [ ] **복학 신청 기간을 학교 학사일정에서 확인**
  복학 신청 기간과 방법은 학교마다 달라요. 군 복무 경험을 학점으로 인정하는 대학도 있으니 학교에 물어보세요

- [ ] **국가장학금 신청 기간 확인**
  복학생도 국가장학금 대상이에요. 국가장학금을 받은 뒤 등록휴학했다면 복학 첫 학기는 지원되지 않아요. 신청은 한국장학재단에서 해요

- [ ] **구직이면 고용24 구직등록과 국민취업지원제도 보기**
  상담, 직업훈련, 구직활동 지원을 받을 수 있어요

- [ ] **청년 혜택의 나이 계산 확인**
  국민취업지원제도는 병역 기간을 더해 최대 37세까지, 중소기업 소득세 감면은 복무기간을 최대 6년 빼 줘요

- [ ] **중소기업에 취업하면 소득세 감면신청서를 회사에 내기**
  요건을 갖춘 청년은 5년간 소득세의 90%를 줄여 줘요. 과세기간별 한도는 200만원이에요. 병역 기간을 증명하는 서류를 붙여 취업일이 속한 달의 다음 달 말일까지 회사에 내요. 2026년 12월 31일까지 취업한 경우가 대상이에요. 회사가 대상인지는 회사 담당자나 세무서에 물어보세요

- [ ] **취업하면 군 복무 기간을 경력으로 넣어 주는지 회사에 묻기**
  공무원으로 임용되면 병역 의무복무 기간이 초임호봉에 들어가요. 공무원이 아닌 자리라면 국가기관, 지방자치단체, 학교와 일정 규모 이상 회사·단체는 채용한 전역자의 호봉이나 급여를 정할 때 군 복무 기간을 근무경력에 넣을 수 있어요. 의무는 아니어서 곳마다 달라요. 입사할 때 인사 담당자에게 물어보세요

해당하면 · 드문 경우

- [ ] **복무 중 다쳤다면 국가보훈부 등록 상담**
  직무수행이나 교육훈련 중 다쳐 전역했다면 국가유공자나 보훈보상대상자 등록을 신청할 수 있어요. 해당 여부와 등급은 보훈부 심사로 정하고, 신청은 주소지 관할 보훈청에 해요

- [ ] **간부로 오래 복무했다면 제대군인지원센터에 물어보기**
  5년 이상 10년 미만은 중기복무, 10년 이상 복무하고 장교, 준사관, 부사관으로 전역하면 장기복무 제대군인이에요. 받을 수 있는 지원은 제대군인지원센터에 물어보세요

- [ ] **3대가 병역을 마쳤다면 병역명문가 알아 두기**
  3대 가족이 모두 현역복무 등을 성실히 마친 가문을 병무청이 병역명문가로 선정해요. 신청은 연중 받아요

기한표

전역일: ____년 ____월 ____일. 내 날짜는 페이지의 기한 계산으로 구해 옮겨 적으세요.

할 일	안내	구분	내 날짜
건강보험 급여정지 해제	전역 다음 날 해제돼요. 그 뒤 자격은 건강보험공단에 물어보세요	제도	
예비군 편성 무렵	편성까지 약 1개월. 따로 신고하지 않아요	참고	
운전면허 갱신(복무 중 연기했다면)	연기 사유가 없어진 날부터 3개월 안. 도로교통법 시행령 기준이고 방법은 도로교통공단에서 확인	법정	
예비군 기간 끝	병은 전역 후 8년이 되는 해 12월 31일까지 편성돼요	법정	

기록 양식

서류 폴더 목차

서류	받은 날	둔 곳	메모
병적증명서			
장병내일준비적금 통장			
건강보험 자격 확인			
예비군 편성 안내			

기관별 문의 메모표

기관	날짜	담당자	들은 내용	다음 할 일
병무청				
예비군 부대				
건강보험공단				
국민연금공단				
은행				
학교				
고용센터				

예비군 훈련 기록표

연차	훈련 날짜	부대	메모

월 고정비 표

항목	금액	나가는 날	내는 방법
휴대폰			
교통			
식비			
보험			
적금			

첫 취업 서류 체크표

회사에 낼 서류와 경력 인정 여부는 인사 담당자에게 확인하세요.

서류	준비한 날	낸 곳	메모
병적증명서			
중소기업 취업자 소득세 감면신청서			
군 복무 기간 경력 인정 여부			

공식 연락처

기관	전화	홈페이지
장병내일준비적금 안내	02-3146-6544	mnd.go.kr
병무청	1588-9090	mma.go.kr
정부24	1588-2188	gov.kr
건강보험공단	1577-1000	nhis.or.kr
도로교통공단	1577-1120	safedriving.or.kr
한국장학재단	1599-2000	kosaf.go.kr
예비군 홈페이지		yebigun1.mil.kr
국민연금공단	1355	nps.or.kr
고용24	1350	work24.go.kr
홈택스	126	hometax.go.kr
국가보훈부	1577-0606	mpva.go.kr
제대군인지원센터	1666-9279	vnet.go.kr

하자마자는 법률, 세무, 의료 판단과 서류 대행을 하지 않습니다. 이 양식은 기록을 돕는 용도입니다.
막히면 같이 합니다: hzmzapp.com/events/discharge
틀린 내용을 알려 주세요: sofar@hzmzapp.com · 카카오톡 채널 @hzmz
피알티디 · 서비스명 하자마자 · 사업자등록번호 706-01-04019