하자마자 인쇄용 양식

입대하자마자

준비물부터 보험과 연금까지

위에서부터 하나씩 체크하고, 끝낸 날을 적어 두세요.

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

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

체크리스트

입영 전 · 일정과 준비물

- [ ] 입영통지서로 입영 날짜와 장소 확인
  일정이 궁금하거나 바꿔야 할 사정이 있으면 병무청에 물어보세요 _____
- [ ] 입영 날 준비물: 사진이 있는 신분증, 나라사랑카드, 입영통지서
  신분증은 주민등록증이나 운전면허증처럼 본인을 확인할 수 있는 사진이 있는 것 하나를 꼭 챙겨요 _____

학교와 직장

- [ ] 대학생이면 군 휴학 신청 방법을 학교에 확인
  신청 기간과 서류는 학교 학사 안내를 따라요 _____
- [ ] 회사에 다니면 입영 휴직 확인
  고용주는 입영하는 직원을 휴직하게 하고, 복무를 마치면 복직시켜야 해요(병역법 제74조). 복무 중 범죄로 전역된 경우는 빠져요 _____

건강보험

- [ ] 현역으로 입대하면 건강보험 급여는 입대일 다음 날부터 정지
  전역일 다음 날부터 다시 받아요. 사관생도는 입교일과 임관일이 기준이에요. 사회복무요원 같은 보충역은 기초군사훈련 기간에만 정지되고, 교육소집해제일 다음 날 풀려요. 공단은 지역가입자에게 가까운 지사에 신고하라고 안내해요 _____
- [ ] 직장가입자라면 보험료 면제 확인
  입대한 날이 속한 달의 다음 달부터 전역한 날이 속한 달까지 면제하는 것이 원칙이고 예외가 있어요. 정확한 달은 공단에 확인하세요 _____
- [ ] 지역가입자 세대라면 세대 보험료 확인
  입대한 사람의 소득과 재산은 세대 보험료를 매길 때 빼요(국민건강보험법 제74조) _____

국민연금

- [ ] 회사에 다니다 입대하면 회사가 납부예외 신고
  사유가 생긴 달의 다음 달 15일까지 신고해요. 병역의무로 신고할 때는 입증서류가 따로 필요 없어요 _____
- [ ] 소득이 없는 학생이었다면 가입 대상인지 확인
  18세 이상 27세 미만이고 연금보험료를 낸 적이 없다면 지역가입자가 아니라 낼 보험료가 없어요. 낸 적이 있거나 27세 이상인 지역가입자는 병역의무를 사유로 납부예외를 신청할 수 있어요 _____
- [ ] 복무 기간은 나중에 추납할 수 있어요
  1988년 1월 1일 이후 군복무 기간이 대상이고, 다른 기간을 합쳐 최대 119개월까지 신청할 수 있어요. 군인연금 같은 다른 공적연금에 들어간 기간은 빼요. 가입 자격이 있을 때 국민연금공단에 신청해요 _____

- [ ] 군복무 크레딧은 전역 뒤에 확인
  복무 기간 일부를 국민연금 가입기간에 더해 주는 제도예요. 노령연금을 받을 자격이 생길 때 더해 주니 지금 따로 신청하지 않아요

돈과 통신

- [ ] 학자금대출이 있으면 군복무 기간 이자면제 확인
  취업 후 상환, 일반 상환, 보증부 학자금대출 모두 실제 군복무 기간에 생기는 약정이자를 면제해요. 신청 방법은 한국장학재단에 물어보세요
- [ ] 휴대폰 요금 할인이나 정지는 통신사에 확인
  복무 중 요금과 정지 조건은 가입한 통신사에 물어보세요

놓치기 쉬운 것

- [ ] 운전면허 갱신 기간이 복무 중이면 미리 갱신하거나 연기 신청
  병으로 복무하는 동안 갱신 기간이 오면 미리 갱신하거나 연기를 신청할 수 있어요. 연기했다면 그 사유가 없어진 날부터 3개월 안에 갱신해요
- [ ] 장병내일준비적금 가입 알아보기
  복무 중 매달 저축하면 전역 만기 때 매칭지원금을 함께 받을 수 있는 상품이에요. 가입 방법은 부대와 국방부 안내에서 확인하세요

기한표

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

할 일	안내	구분	내 날짜
건강보험 급여정지 시작	현역 기준이에요. 입대일 다음 날부터 정지되고 전역일 다음 날 풀려요. 사회복무요원은 기초군사훈련 기간에만 정지돼요	제도	
국민연금 납부예외 신고(회사에 다니다 입대한 경우)	회사가 사유가 생긴 달의 다음 달 15일까지 신고해요	법정	

기록 양식

서류 폴더 목차

서류	받은 날	둔 곳	메모
입영통지서			
휴학 신청 확인			
회사 휴직 확인			
학자금대출 이자면제 신청 확인			

기관별 문의 메모표

기관	날짜	담당자	들은 내용	다음 할 일
병무청				
학교				
회사				
건강보험공단				
국민연금공단				
한국장학재단				
통신사				

복무 중 정리할 것

할 일	맡긴 사람	확인한 날	메모
휴대폰 요금			
정기 결제			
보험료 자동이체			
우편물 받을 곳			

공식 연락처

기관	전화	홈페이지
병무청	1588-9090	mma.go.kr
건강보험공단	1577-1000	nhis.or.kr
국민연금공단	1355	nps.or.kr
한국장학재단	1599-2000	kosaf.go.kr
도로교통공단	1577-1120	safedriving.or.kr
장병내일준비적금 안내	02-3146-6544	mnd.go.kr

하자마자는 법률, 세무, 의료 판단과 서류 대행을 하지 않습니다. 이 양식은 기록을 돕는 용도입니다.

최신 내용과 공식 창구: hzmzapp.com/events/enlist

틀린 내용을 알려 주세요: sofar@hzmzapp.com · 카카오톡 채널 @hzmz

피알티디 · 서비스명 하자마자 · 사업자등록번호 706-01-04019