

年金制度のポイント

くらしの中に、年金がある安心。

2026 年度版



ひと、くらし、みらいのために

厚生労働省

Ministry of Health, Labour and Welfare

令和7年度「わたしと年金」エッセイ

厚生労働大臣賞（1作品）

広島県 上廣 彩花 様（高校生）

父がお金になってしまった。

そんなふうにしたのは、去年の冬、父が亡くなって一ヶ月程たった頃。母と共に、年金事務所で「遺族年金」を申請したときだった。

私の父は、癌を患っていた。入退院を繰り返しながら、ずっと治療を続けていた。父は、自分の仕事に誇りを持っていたのだと思う。体調が悪くても、薬を飲み続け「大丈夫」と言っていて、仕事に復帰しようとしていた。そんな父の想いと、私たち家族の願いもむなしく、病状は悪化する一方だった。

そして、再度体調が悪くなって入院をしていたある日、突然意識を失って、そのまま目を覚ますことはなかった。

最後のとき、病室には母と姉と私の三人がいた。父は、私の呼びかけにも、母や姉の声にも、応えてくれなかった。まだ生きていてほしいと、みんながそう言ったのに、その想いは届かないまま、父は静かに旅立ってしまった。

父が入院してから、家族の生活は大きく変わった。母も姉も、父の容態がいつ悪くなってもすぐ駆けつけられるようにと、仕事を休んでいた。その後、父がいなくなった喪失感と、張りつめていた日々の疲れがどっと詰めかけてきたのか、私たちは皆、かなり落ち込んでしまった。とても、すぐに働けるような状態ではなかった。

それでも、葬儀の後は、現実が一気に押し寄せてきた。生活費、光熱費、食費、学費。生きるためには、思っている以上にたくさんのお金がかかった。私たちは、ただ不安に押しつぶされているだけではいられなかった。そんなときに頼ることになったのが、遺族年金だった。

正直、今までは、年金なんて遠い将来にもらうものだと思っていた。厚生年金や国民年金が

あるのだと学校で習ったけれど、どこか他人事のように感じていた。しかし、年金事務所の窓口で必要書類を出し、遺族年金について説明されたとき、私は現実に引き戻された。

父がお金になってしまった。そんな思いが、ふと胸をよぎった。まだぬくもりの残る記憶の中の父が、書類で金額に変わってしまうような気がして、なんとも言えない気持ちになった。お金なんかいらぬから、父が帰ってきてほしい。そう思った。

しかし、それは父が生きていた証だった。ずっと家族のために働いて、まじめに年金を納め続けてきたからこそ、その思いが遺族年金という形で残ったのだと、あとになって気付いた。

母は、父がいなくなったことを悲しみながらも、それでも懸命に手続きをこなしていた。何枚もの書類に目を通し、役所に行き、電話をかけ、必要な証明を揃えていった。葬儀の途中、泣いていた母。私は母が泣くところを父の葬儀以外で見たことがなかった。涙をこらえながら、それでも前をむこうとして行動を起こしていた母の姿は、今でも忘れられない。

年金は、ただのお金ではない。父が私たち家族に遺してくれた、大きな愛情だったのだと、私はそう思う。生きている間だけでなく、いなくなってからも、家族を守ってくれるもの。それが年金という制度の持つ、本当の意味なのだ、私は身をもって知った。

これから私は、大人になって、社会に出て、働くようになる。そして、いずれ、年金を納める立場になる。昔の私だったら「どうせもらえないのに」や「損してる」と思っていたかもしれない。でも、今は違う。そのお金がいつかどこかで、誰かの支えになるかもしれない。もしかしたら、私のように突然家族を失って、不安でたまらない思いをしている誰かの、救いになるかもしれない。そう思えたのは、父が遺族年金という形で、私たちに年金について教えてくれたからだ。

お金になったのではなく、想いとして、父は今も私たちと一緒に生きている。そのことを、私はこれからも忘れず、前をむいて進んでいきたい。

はじめに

「年金」というと、皆さんはどのようなイメージをお持ちですか。老後を安心して迎えるために必要不可欠なもの、一方で制度が複雑で分かりにくいものと、さまざまな印象をお持ちではないでしょうか。

年金制度とは、高齢期に達するなど要件を満たした方に、定期的に一定の金額を給付する仕組みのことです。制度の性格によって、国民に加入義務があり、国が運営する「公的年金」と、個人や企業の選択で加入する「私的年金」に分かれます。

このパンフレットは、公的年金制度を中心に、皆さんが年金制度と関わる場面に着目して、ポイントを分かりやすく解説したものです。皆さんの年金制度についての理解を深めていただければ幸いです。

目次

1. 年金制度の全体像	P.4
2. 保険料を納める	
(1) 公的年金制度に加入する	P.7
(2) 公的年金の保険料の納め方	P.7
(3) 国民年金の保険料が納められない場合	P.8
(4) 出産・子育てをしている場合	P.10
3. 年金を受け取る	
(1) 高齢になったとき（老齢年金）	P.12
(2) 障害を負ったとき（障害年金）	P.18
(3) 家族が亡くなったとき（遺族年金）	P.20
(4) その他の給付を受け取れるとき	P.23
(5) 年金額の改定	P.26
4. 外国で生活する	
(1) 企業から外国に派遣されるとき(社会保障協定)	P.32
(2) 外国で国民年金に任意加入するとき(任意加入制度)	P.33
5. 私的年金に加入する	
(1) 私的年金制度とは	P.34
(2) 私的年金制度の種類	P.34
(3) 確定給付企業年金制度（DB）	P.35
(4) 確定拠出年金制度（DC）	P.35
(5) 国民年金基金制度	P.40
6. 公的年金の財政	
(1) 公的年金の財政の仕組み	P.42
(2) 年金積立金の運用	P.45
参考資料（公的年金の歴史・データ集）	P.48

1. 年金制度の全体像

なぜ公的年金制度は必要なのでしょう

私たちの人生には、自分や家族が年を取ったり、障害を負ったり、死亡したりなど、さまざまな要因で、自立した生活が困難になるリスクがあります。こうした生活上のリスクは、予測することができないため、個人だけで備えるには限界があります。そこで、こうしたリスクに社会全体で備える仕組みが、公的年金制度です。公的年金制度は、あらかじめ保険料を納めることで、必要なときに給付を受けることができる社会保険です。

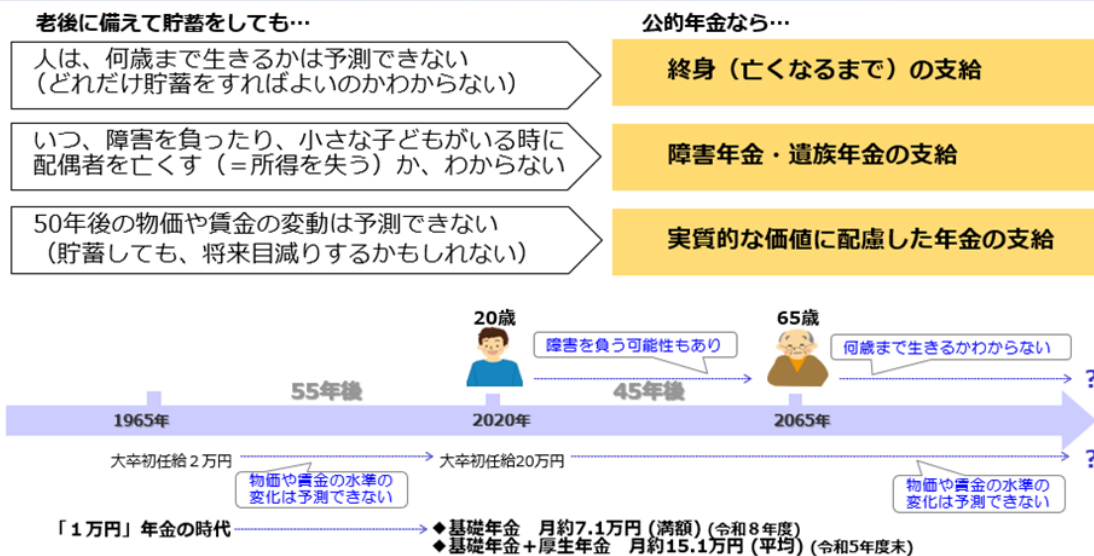
もし、公的年金制度がなかったら、私たちは、親の老後を仕送りなどで支えたり、自分自身の老後に自分だけで備えたりする必要があります。しかし、自分が何歳まで生きられるのか、長い人生の間に、経済の状況や社会の在り方がどう変化していくのかは予測できません。

個人や家族だけで対応しようとしても、必要な額の貯蓄ができなかったり、貯蓄のために必要以上に生活を切り詰めたり、家族や子どもに頼ることができなくなったりすることも起こるでしょう。これらに対しては、社会全体で対応した方が確実に効率的です。世代を超えて支え合うことで、その時々々の経済や社会の状況に応じた給付を実現することができます。

このように、公的年金制度は、予測することができない将来のリスクに対して、社会全体であらかじめ備え、生涯を通じた保障を実現するために必要なものです。

【社会の変化は予測できない】

公的年金は、予測できない将来に備える生涯にわたる「保険」



【昔と今の物価の比較】

品目	1965年	→	2020年	
鶏肉 100g	71.8円		128円	1.8倍
牛乳瓶 1本	20円		133円	6.7倍
うどん 1杯	53.7円		677円	12.6倍
カレーライス 1皿	105円		714円	6.8倍
コーヒー (喫茶店) 1杯	71.5円		512円	7.2倍
映画 1回	236円		1834円	7.8倍
ノートブック 1冊	30円		162円	5.4倍

(出典：小売物価統計調査)

年金制度の仕組み

公的年金制度は、いま働いている世代（現役世代）が支払った保険料を仕送りのように高齢者などの年金給付に充てるという「世代と世代の支え合い」という考え方（これを賦課方式といいます）を基本として、運営されています（保険料収入以外にも、年金積立金や税金が年金給付に充てられています）。[→6. 公的年金の財政]

日本の公的年金制度は、①20歳以上60歳未満の全ての人々が共通して加入する国民年金制度と、②会社員や公務員等が加入する厚生年金保険制度によって成り立っています。

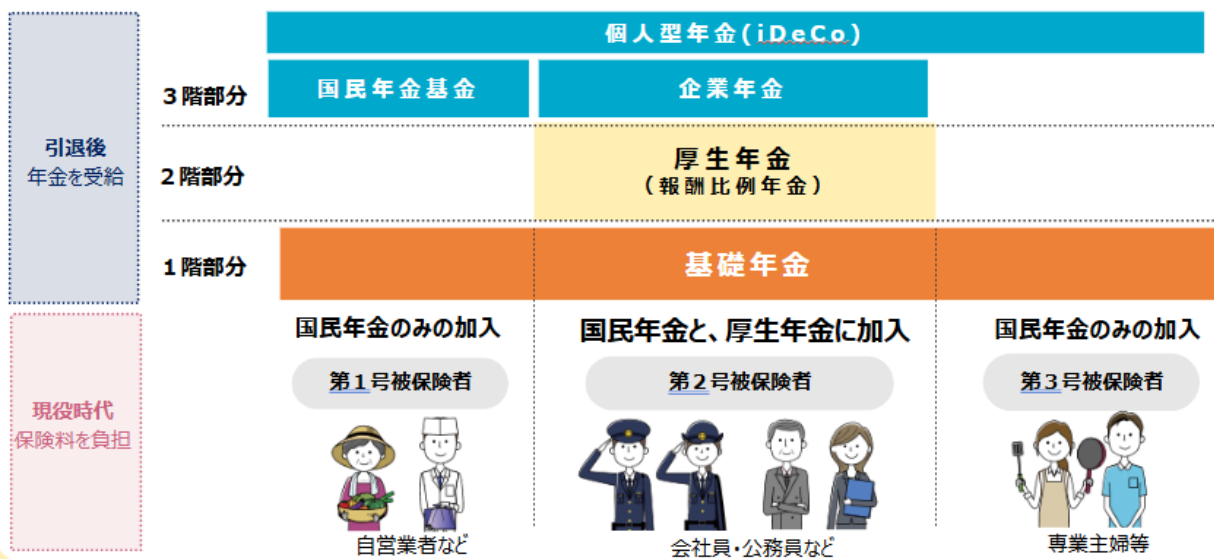
基礎年金（1階部分）と厚生年金（報酬比例年金）（2階部分）から成る公的年金給付に上乗せして給付を行う企業年金などの私的年金は、いわば「3階部分」として、国民の自主的な努力によって高齢期の所得保障を充実させる役割を果たしています。[→5. 私的年金に加入する]

【年金制度の仕組み】

年金制度の基本的な仕組み

- ✓ 年金給付は、「3階建て」の構造。（基礎年金、厚生年金（報酬比例年金）、企業年金・個人年金）
- ✓ 1・2階部分の公的年金が国民の老後生活の基本を支え、3階部分の企業年金・個人年金と合わせて老後生活の多様なニーズに対応。

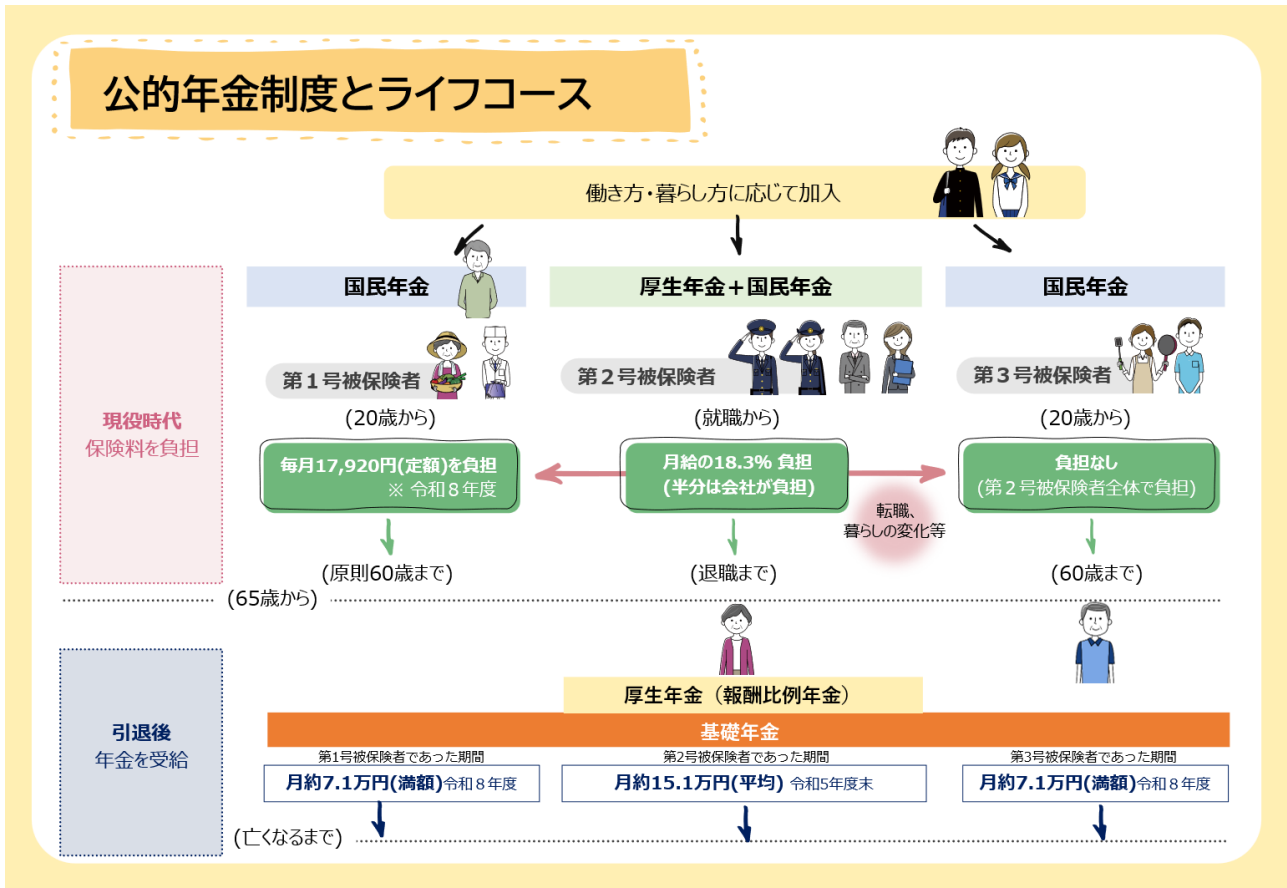
■ ……※任意加入



自営業者など国民年金のみに加入している人は、毎月“定額”の保険料を自分で納め、会社員や公務員で厚生年金に加入している人は、毎月“定率”の保険料を会社などと折半で負担し、保険料は毎月の給料から天引きされます。厚生年金に加入している人に扶養されている配偶者は、厚生年金制度全体で保険料を負担しているため、個人として保険料を負担する必要はありません。

[→2. 保険料を納める]

【働き方・暮らし方別の公的年金の保障】



老後には、全ての人が老齢基礎年金を、厚生年金に加入していた人は、それに加えて、老齢厚生年金を受け取ることができます。また、老後だけでなく、障害を負ったときの障害年金や、家族が亡くなったときに遺族に支給される遺族年金があります。[→3. 年金を受け取る]

【公的年金の給付の種類】

	基礎年金	厚生年金
老 齢	老齢基礎年金 保険料を納めた期間などに応じた額	老齢厚生年金 保険料を納付した期間や賃金 ^{※1} に応じた額
障 害	障害基礎年金 障害等級 ^{※2} に応じた額 (子がいる場合には加算あり)	障害厚生年金 賃金 ^{※1} や加入期間、障害等級 ^{※2} に応じた額
遺 族	遺族基礎年金 老齢基礎年金の満額に子の数に応じて加算した額	遺族厚生年金 亡くなった方の老齢厚生年金の3/4の額

※1 賃金とは、正確には「平均標準報酬額」といい、厚生年金への加入期間中の給与と賞与（ボーナス）の平均額のことをいう。
 ※2 障害等級は、基礎年金と厚生年金で共通。障害厚生年金（2級以上）受給者は、同時に障害基礎年金を受給できる。

会社員等が海外に派遣される場合には、日本の公的年金制度と海外の制度に二重に加入しなければならない場合があります。海外で働く日本人や海外から働きに来る外国人が働きやすい環境を整えるため、両国の公的年金制度に二重加入することを防止するとともに、加入期間を通算できるようにする取り組みを進めています。[→4. 外国で生活する]

2. 保険料を納める

日本の公的年金制度では、原則として、日本国内に住む20歳以上60歳未満の人は全員、公的年金制度に加入する必要があります（これを「国民皆年金」といいます。）。保険料を納める方法は、公的年金制度の加入方法によって異なります。また、経済的な理由などにより、国民年金保険料を納めることが困難な場合には、保険料を免除する制度などがあります。

この章では、「保険料を納める」ことについて、具体的に説明します。

(1) 公的年金制度に加入する

70歳未満の会社員（厚生年金の適用事業所で働いている人^{※1}）、国・地方公共団体の公務員や私立学校の教職員は、厚生年金に加入します（加入した人を被保険者といいます）。これらの会社や国・自治体、学校などに雇われている人は、原則として、厚生年金に加入すると同時に、国民年金の第2号被保険者になります。

厚生年金加入者の配偶者で扶養されている（年収が130万円未満で、かつ、配偶者の年収の2分の1未満である）20歳以上60歳未満の人は、国民年金の第3号被保険者^{※2}となります。

これら以外の自営業者、学生などで、日本国内に住む20歳以上60歳未満の人は、全て国民年金の第1号被保険者となります。

※1 短時間労働者であっても、1週間の所定労働時間および1月の所定労働日数が通常の労働者の4分の3以上である者には社会保険が適用される。また、4分の3未満であっても、①週の所定労働時間が20時間以上であること、②月額賃金が8.8万円以上であること、③学生ではないこと、④従業員数50人超の規模である企業に使用されていること（50人以下の企業でも労使合意があれば適用対象となる）、の5つの条件を満たす場合には、厚生年金に加入することになる。

※2 2020年4月から、原則として日本国内に住む方が対象となっている。

(2) 公的年金の保険料の納め方

自営業者、学生など（国民年金の第1号被保険者）は、毎月一定額（17,920円（2026年度））の保険料を自分で納めます。

会社員など（国民年金の第2号被保険者）は、給与や賞与^{※1}に、定められた保険料率（2017年9月から18.3%）で計算した額を会社と折半で負担します。厚生年金の保険料は、会社側に納める義務があり、会社は従業員に支払う給与などから、本人負担分の保険料を天引き（源泉徴収）し、会社負担分と合わせて納めます。

国民年金・厚生年金の保険料は、平成16（2004）年の制度改正により、毎年段階的に引き上げられ、それぞれ2017年4月に16,900円（2004年度価格）^{※2}、2017年9月^{※3}に18.3%に達しました。なお、国民年金の第1号被保険者の方の産前産後期間に保険料を免除する制度が2019年4月に施行されたことに伴い、国民年金の保険料は同月から17,000円（2004年度価格）に引き上がりました。

厚生年金に加入している人に扶養されている配偶者（国民年金の第3号被保険者）は、自ら

2. 保険料を納める

保険料を納める必要はありません。第3号被保険者に将来支払われる基礎年金の費用は、厚生年金から拠出されます。

- ※1 保険料を計算する際には、実際の給与や賞与を基に定める標準報酬月額や標準賞与額を使う。標準報酬月額は、原則として、4～6月の3か月の平均給与を基に毎年9月に改定する。
- ※2 実際の保険料額は、2004年度価格の額に、賦課される時点までの賃金上昇率を乗じて定める。
- ※3 私立学校教職員の厚生年金保険料率は2026年4月時点の保険料率であり、2029年9月に上限（18.3%）に達する。

	国民年金	厚生年金	保険料 (2026年4月時点)
自営業者、学生など (20歳以上60歳未満で下記以外の人)	第1号被保険者	—	17,920円(月額)
適用事業所に雇用される 会社員など(70歳未満)	第2号被保険者※	厚生年金被保険者	月収の18.3% (労使折半。本人負担は 9.15%)
国家公務員(70歳未満) 地方公務員(70歳未満)			月収の17.097% (労使折半。本人負担は 8.5485%)
私立学校教職員(70歳未満)			
被用者の配偶者であって扶 養されている人	第3号被保険者	—	保険料負担はない (配偶者が加入する厚生年金 が負担)

※ 65歳以上で老齢または退職を支給事由とする年金給付の受給権を有する人は、厚生年金の被保険者になるが、国民年金の第2号被保険者にはならない。

(3) 国民年金の保険料が納められない場合

① 保険料の免除

国民年金の第1号被保険者の中には、失業して所得がない人など経済的な理由で一時的に保険料を納められない人もいます。そのため、国民年金制度では保険料免除の仕組みを設けています。保険料が免除されると、将来受け取る老齢基礎年金が減額されます。免除された保険料は、10年以内であれば追納することができ、追納した場合は納めた期間として、計算されます。

ア. 保険料の申請免除

本人・世帯主・配偶者の前年所得が一定額以下の場合には、市区町村へ申請することにより、保険料の全額または一部(3/4・半額・1/4)の納付が免除されます。

【免除の対象となる所得の基準（2026年度）】

	前年の所得が以下の計算式で計算した金額の範囲内であること
全額免除	$(扶養親族等の数+1) \times 35 \text{ 万円} + 32 \text{ 万円}$
3 / 4 免除	88 万円+扶養親族等控除額+社会保険料控除額等
半額免除	128 万円+扶養親族等控除額+社会保険料控除額等
1 / 4 免除	168 万円+扶養親族等控除額+社会保険料控除額等

イ. 保険料の法定免除

次のような事由に該当する人は、市区町村へ届け出ると保険料が免除されます。

- ① 障害基礎年金の受給権者
- ② 生活保護法による生活扶助を受けている人
- ③ ハンセン病療養所などに入所している人

② 保険料の納付特例・納付猶予

学生や、若年者で就職が困難であったり、失業中であつたりするなどの理由で所得が低い人について、国民年金保険料の納付を猶予する制度もあります。

国民年金保険料の納付が猶予された期間は、年金を受け取るために必要な期間（受給資格期間）には反映されますが、年金額の計算には反映されません。なお、猶予された保険料は、10年以内であれば追納が可能です。

ア. 学生納付特例制度

学生（大学・大学院、短期大学、高等学校、高等専門学校、専修学校などに在学する人）で、本人の所得が一定額以下の場合に、在学中の保険料の納付が猶予されます。

- 所得の基準（申請者本人のみ） [2026 年度]
128 万円+扶養親族等控除額+社会保険料控除額等

イ. 納付猶予制度（2035年6月まで）

50歳未満の第1号被保険者について、同居している世帯主の所得にかかわらず、本人と配偶者の所得が一定額以下の場合に、保険料の納付が猶予されます。

- 所得の基準（申請者本人と配偶者） [2026 年度]
 $(扶養親族等の数+1) \times 35 \text{ 万円} + 32 \text{ 万円}$

(4) 出産・子育てをしている場合

出産・子育てをする人を支援するために、産休期間中の人や育児休業などを取得した人に対して、国民年金、厚生年金の特例措置を設けています。

① 産休期間中、産前産後期間中の特例

ア. 産前産後の休業期間中の保険料免除

産前産後の休業^{*}について、休業を開始した月から終了した月（終了日の翌日の月）の前月までの厚生年金保険料が免除されます。この期間は、保険料を納めた期間とみなされ、休業前の給与水準に応じた老齢厚生年金の給付が保障されます。

^{*} 出産日の42日以前（多胎妊娠の場合は98日前）から出産日の56日後まで

イ. 産前産後休業などを終了した際の標準報酬月額の変更の特例

産前産後休業を終了した人が、職場復帰した場合は、その後の3か月間の給与の平均額で標準報酬月額を改定して、厚生年金保険料を計算することができます。職場復帰せず、そのまま育児休業などに入った場合には、育児休業などが終了してから改定します。

ウ. 国民年金の第1号被保険者の産前産後期間中の保険料免除

2019年4月から、国民年金の第1号被保険者の産前産後期間について、出産予定月の前月（多胎妊娠の場合は3か月前）からその翌々月までの国民年金保険料が免除されています。この期間は、保険料を納めた期間とみなされ、免除期間は満額の基礎年金を保障しています。また、この費用に充てるため、国民年金の保険料が2004年度価格水準で月額100円引き上げられました。

② 育休期間中¹、育児期間中の特例

ア. 育児休業などの期間中の保険料免除

子どもが3歳になるまでの間の育児休業などについて、休業を開始した月から終了した月（終了日の翌日の月）の前月までの厚生年金保険料が免除されます。この期間は、保険料を納めた期間とみなされ、休業前の給与水準に応じた老齢厚生年金の給付が保障されます。

イ. 育児休業などを終了した際の標準報酬月額の変更の特例

育児休業などを終了した人が、3歳未満の子どもを養育しながら職場復帰した場合は、その後の3か月間の給与平均額で標準報酬月額を改定し、厚生年金保険料を計算します。

1 なお、2022年10月1日から、育児休業中の保険料免除要件が見直されました。具体的には、①育休開始日の属する月について、月末時点で育休を取得している場合に加え、その月中に2週間以上育休を取得した場合も保険料が免除され、②賞与にかかる保険料は、1ヶ月超の育休取得者に限り免除対象となります。

ウ. 3歳未満の子どもの養育期間における標準報酬月額のみなし措置

3歳未満の子どもを養育する期間中の標準報酬月額が、子どもを養育する前の標準報酬月額を下回る場合には、従前の標準報酬月額がその期間における標準報酬月額とみなされて、将来受け取る老齢厚生年金の額が計算されます。

工. 国民年金の第1号被保険者の育児期間中の保険料免除

2026年10月から、国民年金の第1号被保険者について、その子が1歳になるまでの期間の国民年金保険料が免除されます。国民年金の第1号被保険者の多様な実態を踏まえ、所得要件や休業要件は設けず、原則として、父母ともに子を養育することになった日から子が1歳になるまでを育児期間免除の対象期間とし、産前産後免除が適用される実母の場合は産後免除期間に引き続く9ヶ月を育児期間免除の対象期間としています。この対象期間は、保険料を納めた期間とみなされ、満額の基礎年金を保障しています。

3. 年金を受け取る

公的年金は、高齢で働けなくなったときや障害を負ったとき、家族が亡くなったときなどに、本人や遺族に年金を支給することで生活を保障します。年金を受け取るためには、これまで保険料を納めてきたことなどの要件を満たしている必要があります。

この章では、「年金を受け取る」ことについて、具体的に説明します。

(1) 高齢になったとき（老齢年金）

高齢になり、会社を退職するなどして所得が低くなったときの生活の支えとなるのが、老齢基礎年金と老齢厚生年金です。受け取る年金額は、保険料を納めた期間などによって決まります。

【老齢基礎年金】

支給要件	<p>① 受給資格期間（年金を受け取るために必要な期間） 保険料を納めた期間と保険料を免除された期間^{※1}が合わせて10年以上あること。</p> <p>② 支給開始年齢 65歳（60歳からの繰上げ受給や、66歳以降の繰下げ受給も可能）。</p>
年金額 (2026年度) ※2	<p style="text-align: right;">保険料を納めた月数 + [保険料を免除された月数 × (1/2 ~ 7/8)] ^{※3}</p> <p>■ 年金額 = 満額 × $\frac{\text{保険料を納めた月数} + [\text{保険料を免除された月数} \times (1/2 \sim 7/8)]}{480}$ (40年^{※4} × 12月)</p> <p>■ 満額 = 847,300円 (480月 (40年 × 12月) 保険料を納めた場合。 物価や賃金に応じて毎年4月に改定)</p> <p>■ 繰上げ受給・繰下げ受給 (1941年4月2日以後生まれの人 (月単位))</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 繰上げ受給 (60歳から65歳前までに受給を開始) 減額率 = 0.4% × 繰上げ請求月から65歳到達月の前月までの月数 (最大24%減額) ・ 繰下げ受給 (66歳以降に受給を開始。75歳まで。) 増額率 = 0.7% × 65歳到達月から繰下げ請求月の前月までの月数 (最大84%増額)

※1 1966年3月31日以前に、強制加入期間とされていなかった期間などいわゆる「合算対象期間」を含む。

※2 年金額はいずれも1956年4月2日以後生まれの方の年金額である。

※3 保険料を免除された期間がある人は、免除の種類と基礎年金の国庫負担割合に応じて計算式が変わる。学生納付特例や納付猶予を利用した期間は、保険料を追納しないと年金額には反映されない。

- ・ 保険料全額免除月数 × 1/2 (2009年3月以前の期間は1/3)
- ・ 保険料3/4免除月数 × 5/8 (同1/2)
- ・ 保険料半額免除月数 × 3/4 (同2/3)
- ・ 保険料1/4免除月数 × 7/8 (同5/6)

例えば、2009年以降に20年間保険料を納付し、10年間全額免除、10年間半額免除を受けた人は、

満額 × (20年 × 12か月 + 10年 × 12か月 × 1/2 + 10年 × 12か月 × 3/4) / 480月 = 満額 × 390月 / 480月 として計算。

※4 1941年4月1日以前生まれの人は、生年月日に応じて短縮。

【老齢厚生年金】

支給要件	<p>① 受給資格期間（年金を受け取るのに必要な期間） 老齢基礎年金の受給資格を満たして、厚生年金の加入期間が1か月以上あること （ただし、特別支給の老齢厚生年金は、厚生年金の加入期間が1年以上であることが必要）</p> <p>② 支給開始年齢 65歳（60歳からの繰上げ受給や、66歳以降75歳までの繰下げ受給も可能） ※経過措置として、65歳前から特別支給の老齢厚生年金が支給される場合がある（後述）</p>
年金額（2026年度） ※1	<p>■ 老齢厚生年金（報酬比例部分）</p> <p>年金額^{※2}</p> $= \text{平均標準報酬月額}^{\ast 3} \times (9.5/1000 \sim 7.125/1000)^{\ast 4} \times 2003.3 \text{以前の被保険者期間の月数} \\ + \text{平均標準報酬額}^{\ast 3} \times (7.308/1000 \sim 5.481/1000)^{\ast 4} \times 2003.4 \text{以降の被保険者期間の月数}$ <p>■ 加給年金（老齢基礎年金・特別支給の老齢厚生年金の定額部分を受け取る場合）</p> <p>○ 支給要件</p> <p>① 本人の厚生年金加入期間が20年以上</p> <p>② 配偶者が老齢厚生年金等（厚年加入期間が20年以上のもの）や障害厚生年金等を受けていない</p> <p>③ 配偶者が65歳未満で生計維持関係にある</p> <p>④ 配偶者の年収が850万円未満</p> <p>・ 子ども（18歳の誕生日の前日の属する年度の年度末を経過していない子、20歳未満で1級または2級の障害者）がいる場合、人数に応じて加算</p> <p>○ 支給額 配偶者 243,800円、第1子、第2子 243,800円、第3子以降 各81,300円</p> <p>■ 特別支給の老齢厚生年金（特例に該当するものや生年月日によって受け取れる場合がある）</p> <p>○ 報酬比例部分 老齢厚生年金（報酬比例部分）と同じ計算方法</p> <p>○ 定額部分 1,628円 × 改定率（1.085）× 生年月日に応じた率 × 被保険者期間の月数</p> <p>■ 老齢厚生年金の支給停止（在職老齢年金制度）</p> <p>1 賃金（ボーナス込みの月収）と老齢厚生年金（月額）の合計額が65万円まで年金を全額支給</p> <p>2 65万円を超えた場合、賃金の増加2に対して、年金1を停止</p>

※1 年金額と改定率はいずれも1956年4月2日以後生まれの方の数値である。

※2 下記計算式によって算出された年金額のほうが高い場合は、その額を支給する。

$$\text{年金額} = \{ (\text{平均標準報酬月額})^{\ast 6} \times (10/1000 \sim 7.5/1000)^{\ast 5} \times (2003.3 \text{以前の被保険者期間の月数}) \\ + (\text{平均標準報酬額})^{\ast 6} \times (7.692/1000 \sim 5.769/1000)^{\ast 5} \times (2003.4 \text{以降の被保険者期間の月数}) \} \times \text{従前額改定率}^{\ast 6}$$

※3 平均標準報酬（月）額は、被保険者が過去に得た標準報酬月額や標準賞与額に「再評価率」を乗じることで現在の価値に評価し直した額の平均を算出する（再評価率は、毎年度賃金・物価等の変動に応じて改定される）。（再評価率についてはP29参照）

※4 給付乗率は、生年月日によって異なる。

※5 平均標準報酬（月）額を算出する際の再評価率は、1994年改正時（1993年度時点）の水準のものを用いる。

※6 従前額改定率は、1937年4月1日以前生まれの場合は1.084、1937年4月2日以降生まれの場合は1.082。

■「ねんきんネット」であなたの年金の見込額試算ができます

○様々な条件に応じた年金の見込額試算

【試算方法】

- 現在の加入条件が60歳まで継続したと仮定した見込額を自動表示する「かんたん試算」
- 今後の職業、収入および期間などの条件を自分で設定して試算する「詳細な条件で試算」

○ねんきんネットの利用方法

以下の方法でご利用いただくことができます。

●マイナンバーカードをお持ちの方

マイナポータルから認証連携をすることで「ねんきんネット」にアクセスできます。

●マイナンバーカードをお持ちでない方

日本年金機構のホームページからご利用登録の案内に沿って必要事項を入力し、ユーザIDを取得することで、ご利用いただけます。

※ アクセスキー（「ねんきん定期便」などに記載されている17ケタの番号）をお持ちの方には、インターネット上で即時にユーザIDを発行いたします。アクセスキーをお持ちでない方は、5営業日程度で、ユーザIDを記載したハガキをご自宅にお届けします。

○その他便利な機能

- 24時間いつでも、パソコンやスマートフォンで利用可能
- ご自身の最新の年金記録を確認
- 持ち主不明の年金記録の検索
- 確定申告・年末調整に必要な通知書をマイナポータルで受け取る
- 老齢年金請求や公的年金の扶養親族等申告書をマイナポータルを利用して電子申請する



「ねんきんネット」のご利用はこちらから

「ねんきんネット」をご活用ください！

これから年金を受け取る方へ

- 年金記録がいつでも確認できます！**
年金記録の漏りや保険料の納め忘れがないか確認できます。
● 年金の加入月数
● 月給額・喪失年月日
● 月ごとの納付状況
● 持ち主不明記録の検索
- 年金見込額の試算、年金請求の手続きも！**
年金見込額の試算や年金請求手続きをオンラインで行えます。
● 年金見込額の試算
将来受け取る年金見込額を確認できます。
(自給計費のほか、収入などの条件設定も可能)
● 年金請求の手続き
老齢年金の請求ができるようになりました！
(一部のみの請求受付)

現在年金を受け取っている方へ

- 扶養親族等申告書の提出をスマホで！**
毎年の更新手続きが
大変な
扶養親族等申告書をスマートフォンで簡単に提出できます。
● 届送する手順も切手代も不要
● 本人印は自動で入力
● 入力されたらそのままチェック
● 納付状況や申請結果も確認可能
- 通知がオンラインで受け取れます！**
確定申告を簡単に
できないかな？
e-Tax対応の通知書データの受け取りやオンラインで通知書の内容確認ができます。
● 源泉徴収票の電子送付
公的年金等の源泉徴収票を電子データで受け取り、お手持の確定申告に活用できます。
● 通知書（電子版）の届出
・年金見込額通知書
・年金給付通知書
・支給額変更通知書 など

日本年金機構
Japan Pension Service

特設資料方法は画面をご確認ください

「ねんきんネット」は「マイナポータル」との連携で簡単に利用できます

マイナポータルへのログイン

- ① スマートフォン
マイナポータルアプリを起動し、マイナポータルにログインします。
- ② マイナンバーカード
マイナポータルにマイナンバーカードをかざして読み取り開始
- ③ 4桁のパスワード
マイナポータルにマイナンバーカードを読み取り開始した状態で4桁のパスワードを入力します。

マイナポータルからのねんきんネットへの連携手続き

- ① マイナポータルトップ画面「年金」を押し
- ② 年金ページの「連携をはじめる」を押す
- ③ ねんきんネットの利用規約を確認し、「同意して次へ」を押す
- ④ 連携の手続きが終わると画面が行われ、画面が切り替わる

ねんきんネットの利用開始

- ① メールアドレスを登録する
- ② 登録したメールアドレスに送付されるワンタイムパスワードを入力する
- ③ お知らせメールの受信希望有無及びねんきん定期便のペーパーレス化希望の有無を選択する
- ④ 登録が完了するとねんきんネットが利用可能となる

● ねんきんネットの各機能は、左上の「メニュー」から選択する

ぜひ、ねんきんネットの便利な機能をご利用ください！

登録方法や操作にお困りの場合は

- ホームページで確認
ねんきんネット 検索
https://nenkin.jp
- 相談チャットで確認
日本年金機構ホームページのトップページに「チャット」ボタンがあります。
- 電話で確認（ねんきんネット専用番号）
0570-058-555
年金一歩の窓口までお問い合わせいただけます。
受付時間：平日 9:00～17:15
受付時間：土日 9:00～16:00

■手軽に年金額を確認できる「公的年金シミュレーター」

○公的年金シミュレーターの概要

- 公的年金シミュレーターは、令和2年年金改正法を分かりやすく周知すること、働き方や暮らし方の変化に伴う年金額の変化を「見える化」することを目的として、令和4年4月から運用を開始しました。
- ねんきん定期便の二次元コードを読み取るなどして将来の年金受給見込額を簡単に試算でき、働き方や暮らし方の変化に応じた年金額の変化も試算できます。令和5年4月に年金受給開始時点での税や保険料の大まかなイメージを表示する機能を追加し、同年7月には民間サービスとの連携に向けたプログラムを公開、令和6年1月には在職定時改定の試算機能を追加しました。令和8年4月には障害年金及び個人型確定拠出年金（iDeCo）の試算機能追加に加え、老齢年金シミュレーターを改善（基礎年金と厚生年金の内訳表示）しました。

○公的年金シミュレーターの特徴

【簡単でスムーズな操作性】

- ・ ID・パスワードは不要で、すぐに試算を始めることができます。
- ・ 「ねんきん定期便」の二次元コードを利用すれば、よりスムーズに入力が可能。

【グラフを表示しながら試算できる】

- ・ スライダーを動かすと年金額の変化が一目でわかります。

【データ管理も安心・安全】

- ・ 個人情報は記録、保存されません。



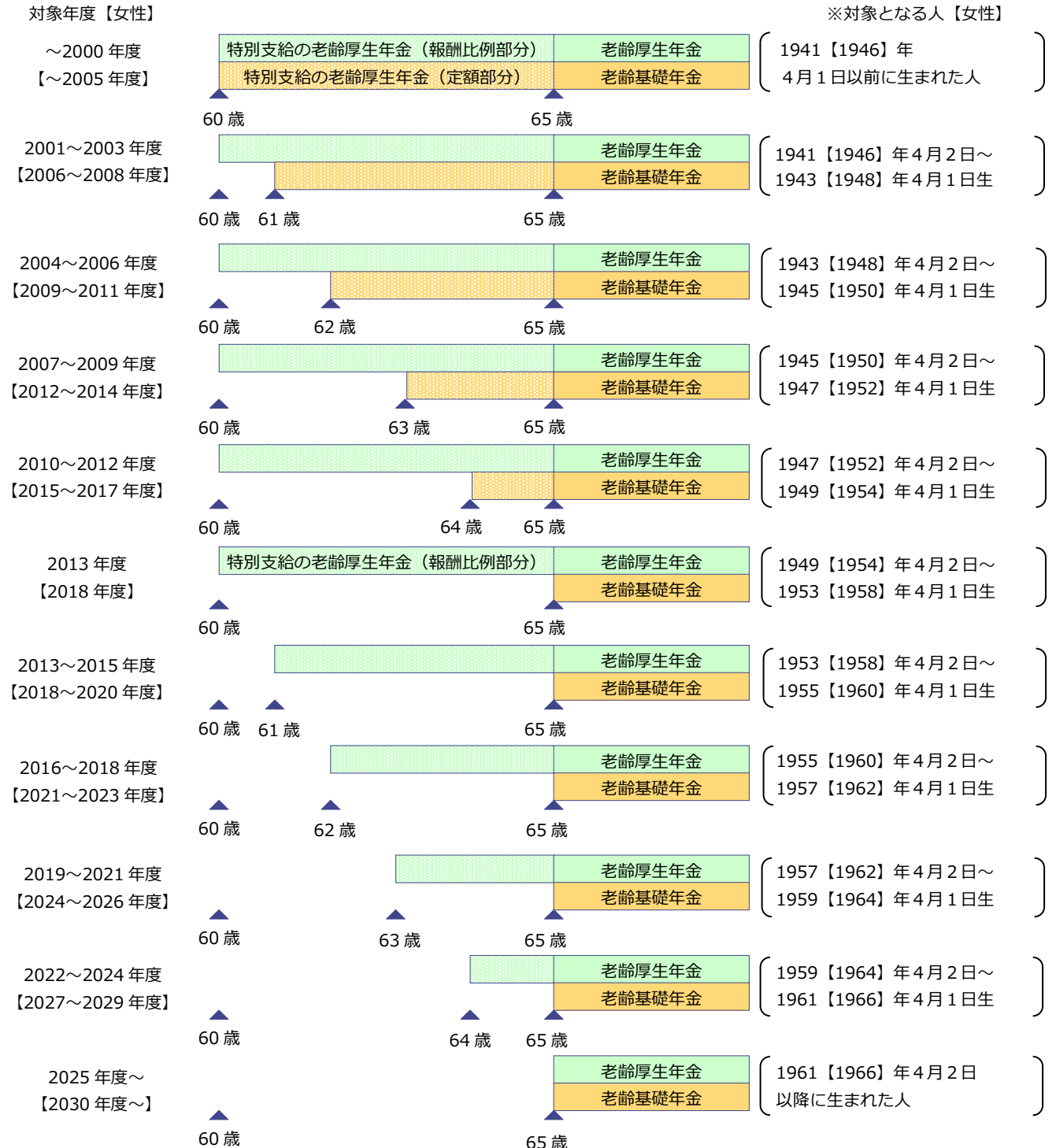
公的年金シミュレーターで
試算を始める

○公的年金シミュレーターの使い方



① 特別支給の老齢厚生年金の支給開始年齢の引上げスケジュール

特別支給の老齢厚生年金は、現在、その支給開始年齢が段階的に引き上げられており、男性は2025年度に引上げが完了しました。女性は2030年度までにかけて、支給開始年齢が65歳へ引き上げられます。



※ 上記の受給開始年齢の引上げスケジュールは会社員などのもの
 (公務員や私立学校教職員は、男女とも会社員などの男性と同じスケジュール)

② 離婚時における厚生年金の分割

配偶者を扶養する厚生年金被保険者が負担した厚生年金保険料は、夫婦が共同して負担したものであるという基本的認識の下にあると考えられることから、その離婚時に、以下の方法により、配偶者の厚生年金を分割する仕組みを設けています。

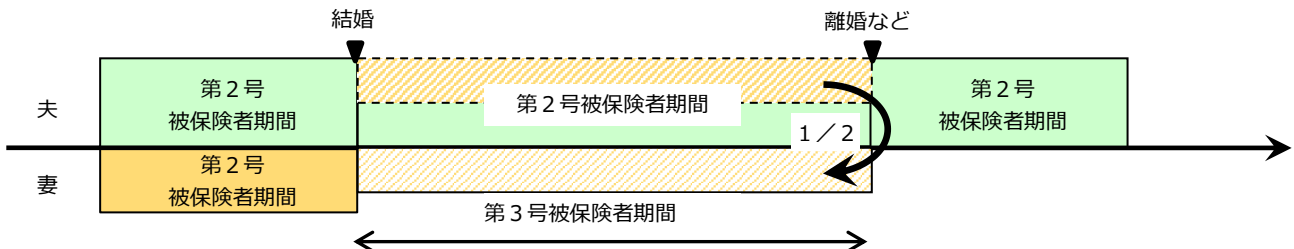
ア. 当事者の合意や裁判所の決定があれば、第3号被保険者ではなかった共働き期間なども含む婚姻期間についての厚生年金の分割を受けることができます。

※ 分割割合は婚姻期間中に夫婦として納めた保険料納付記録の合計の2分の1が限度です。

イ. 当事者の合意や裁判所の決定がなくても、2008年4月以降の扶養されていた第3号被保険者期間は、配偶者の厚生年金（保険料納付記録）を2分の1に分割できます。

※ イについては、配偶者の所在が長期にわたり明らかでない場合など、分割を適用することが必要な事情にあると認める場合にも、分割することが可能です。

【会社員の夫と専業主婦の妻が離婚した場合のイメージ】



(2) 障害を負ったとき（障害年金）

事故などにより障害を負ってしまったような場合の生活を支えるために支給されるのが、障害年金です。障害の等級などによって年金額が決まります。

	障害基礎年金	障害厚生年金
支給要件	<p>①保険料納付要件</p> <p>ア) 初診日の前日において、初診日の月の前々月までに被保険者期間があり、かつ、被保険者期間のうち保険料納付済期間と保険料免除期間を合わせた期間が2/3以上である。</p> <p>イ) 初診日の属する月の前々月までの1年間に保険料の滞納がない。（直近1年要件の特例）</p> <p>②初診日に、被保険者であるか、または被保険者であった人で60歳以上65歳未満の国内居住者である</p> <p>③障害の状態</p> <p>障害認定日^{※1}に、障害の程度が1級・2級に該当する。</p> <p>（障害認定日に該当しなかった場合でも、65歳に達する日の前日までの間に障害が重くなり、1級・2級に該当した時は、支給できる）</p> <p>※20歳前傷病による障害基礎年金</p> <p>初診日に20歳未満であった人が、（i）20歳に達した日に1級・2級の障害の状態にあるとき、または、（ii）20歳に達した後1級・2級の障害の状態となったときは、障害基礎年金が支給される。ただし、所得制限^{※2}がある。</p>	<p>①保険料納付要件</p> <p>障害基礎年金と同じ。</p> <p>②初診日に、被保険者である</p> <p>③障害の状態</p> <p>障害認定日^{※1}に、障害の程度が1級～3級に該当する。</p>
年金額（2026年度） ※3	<p>1級 847,300円×1.25 + 子の加算</p> <p>2級 847,300円 + 子の加算</p> <p>※ 子の加算 第1子・第2子：各243,800円 第3子以降：各81,300円</p>	<p>1級 老齢厚生年金額×1.25+配偶者の加算</p> <p>2級 老齢厚生年金額+配偶者の加算</p> <p>3級 老齢厚生年金額 （最低保障額 635,500円）</p> <p>※ 配偶者の加算・・・243,800円</p> <p>（注）障害厚生年金を計算する際、被保険者期間が300か月（＝25年）に満たないときは300か月（＝25年）として計算。</p>

※1 障害認定日とは、初診日から1年6か月経過した日（その間に症状が固定した場合は、固定した日）をいう。

※2 所得制限の目安 全額支給停止：479.4万円、2分の1支給停止：376.1万円

※3 年金額はいずれも昭和31年4月2日以後生まれの方の年金額である。

○ 障害等級

	障害の状態
1級	他人の介助を受けなければ、ほとんど自らのことができない程度の状態 (具体例) ① 両眼の視力がそれぞれ0.03以下の場合 ② 両手のすべての指を失った場合 ③ 両足を足関節以上で失った場合 など
2級	必ずしも他人の助けを借りる必要はないが、日常生活は極めて困難で、就労 ができない程度の状態 (具体例) ① 両眼の視力がそれぞれ0.07以下の場合 ② 片手のすべての指を失った場合 ③ 片足を足関節以上で失った場合 など
3級 (障害厚生 年金のみ)	就労に著しい制限を受ける程度の状態 (具体例) ① 両眼の視力がそれぞれ0.1以下に低下した場合 ② 一上肢の3大関節(肩関節、肘関節、手関節)のうち、2関節に著しい 障害を残す場合 ③ 一下肢の3大関節(股関節、膝関節、足関節)のうち、2関節に著しい 障害を残す場合 など

○ 基礎年金と厚生年金の受給できる組み合わせ

【65歳以上の方の場合】

- ・ 「老齢基礎年金」を受給する場合(①)は、「老齢厚生年金」又は「遺族厚生年金」のどちらか1つを選択して同時に受給することができます。
- ・ 「障害基礎年金」を受給する場合(②)は、「老齢厚生年金」、「障害厚生年金」、「遺族厚生年金」のうちいずれか1つを選択して同時に受給することができます。
- ・ 「遺族基礎年金」を受給する場合(③)は、「遺族厚生年金」を同時に受給することができます。

国民年金	厚生年金	老齢厚生年金	障害厚生年金	遺族厚生年金
①老齢基礎年金		○	×	○
②障害基礎年金		○	○	○
③遺族基礎年金		×	×	○

(注) ○：選択できる組み合わせ ×：選択できない組み合わせ

【65歳未満の方の場合】

- ・ 「老齢基礎年金」を受給する場合は、「老齢厚生年金」を同時に受給することができます。
- ・ 「障害基礎年金」を受給する場合は、「障害厚生年金」を同時に受給することができます。
- ・ 「遺族基礎年金」を受給する場合は、「遺族厚生年金」を同時に受給することができます。

※ 65歳未満が受給する老齢基礎年金は、繰上げ支給の老齢基礎年金です。また、65歳未満が受給する老齢厚生年金は、特別支給の老齢厚生年金又は繰上げ支給の老齢厚生年金です。

(3) 家族が亡くなったとき（遺族年金）

家族が亡くなったときに、遺族の生活の安定のために支給されるのが、遺族年金です。年金額は、遺族基礎年金が定額であるのに対し、遺族厚生年金は亡くなった方の保険料を納めた期間などによって決まります。

	遺族基礎年金	遺族厚生年金
支給要件	① 次の要件のいずれかに該当すること ア) 短期要件 ① 被保険者が死亡したとき ② 被保険者であったことがある60歳以上65歳未満の人で国内に住所を有する人が死亡したとき イ) 長期要件 保険料納付済期間等が25年以上ある人が死亡したとき	① 次の要件のいずれかに該当すること ア) 短期要件 ① 被保険者が死亡したとき ② 被保険者期間中に初診日のある傷病によって初診日から5年以内に死亡したとき ③ 1級または2級の障害厚生年金受給権者が死亡したとき イ) 長期要件 保険料納付済期間等が25年以上ある人が死亡したとき
	② 保険料納付要件 短期要件の場合は、死亡日前日において、死亡日の月の前々月までに被保険者期間があり、かつ被保険者期間のうち保険料納付済期間と保険料免除期間を合わせた期間が2/3以上であること（障害基礎年金と同様の直近1年要件の特例あり）	② 保険料納付要件 短期要件の①・②の場合は、遺族基礎年金と同様の保険料納付要件を満たすことが必要
	③ 遺族の範囲 死亡した人によって生計を維持されていた次の人に支給される ^{※1} 。 ① 子 ^{※2} のある配偶者 ② 子	③ 遺族の範囲 死亡した人によって生計を維持されていた次の人に支給される ^{※1} 。ただし、③④⑤は先順位の人が受給するときは遺族とはならない。 ① 配偶者 ^{※3} （夫は55歳以上、60歳から支給） ② 子 ^{※2} ③ 父母（55歳以上、60歳から支給） ④ 孫 ^{※2} ⑤ 祖父母（55歳以上、60歳から支給）

3. 年金を受け取る

(2026年度) 年金額 ※ 4	847,300円 + 子の加算	死亡した者の老齢厚生年金額×3/4
	●子の加算 第1子・第2子：各243,800円 第3子以降：各81,300円	(注) 短期要件の場合、死亡した人の老齢厚生年金の計算をする際、被保険者期間が300か月(25年)に満たないときは300か月(25年)。

- ※1 子に対する遺族基礎年金・遺族厚生年金は、配偶者が遺族基礎年金・遺族厚生年金の受給権を有する期間、支給を停止する。
- ※2 子は、18歳到達年度の末日(3月31日)を経過していないか又は、20歳未満で障害年金の障害等級1級または2級の状態にあり、かつ、現に婚姻をしていない子をいう。遺族厚生年金については、孫にも同じ要件がある。
- ※3 夫の死亡時に30歳未満で子のいない妻などに対して支給される遺族厚生年金は、5年間の有期給付。
- ※4 年金額はいずれも昭和31年4月2日以後生まれの方の年金額である。

① 遺族厚生年金と老齢厚生年金の併給

老齢厚生年金を受ける権利がある65歳以上の人、配偶者の死亡による遺族厚生年金を受けるときは、次の(1)と(2)の額を比較し、高い方の年金額を受け取ることになります。

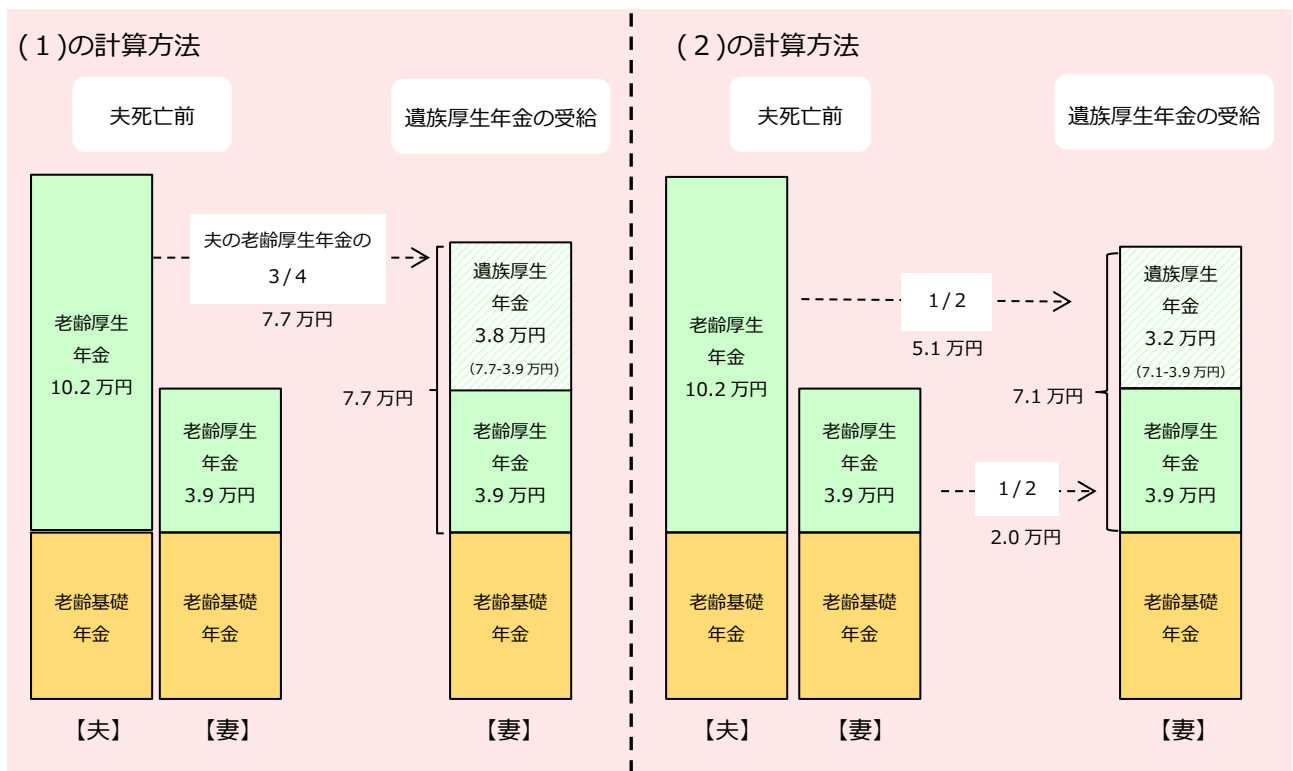
(1) 「死亡した配偶者の老齢厚生年金の4分の3」

(2) 「死亡した配偶者の老齢厚生年金の2分の1」と「本人の老齢厚生年金（子の加給年金額を除く）の額の2分の1」を合計した額

実際に年金を受け取る際には、上記の計算方法で決まった年金額と本人の老齢厚生年金の満額との差額が遺族厚生年金として支給されます。

【イメージ図：夫の老齢厚生年金は10.2万円、妻の老齢厚生年金は3.9万円、夫が死亡した場合】

この場合、(1)の計算では、年金額7.7万円、(2)の計算では、年金額7.1万円となり、年金額の高い(1)の方法で併給することになります。



② 中高齢寡婦加算

次のいずれかに該当する妻が受ける遺族厚生年金には、40歳から65歳になるまでの間、635,500円（年額）が加算されます。これを、中高齢寡婦加算といいます。

- 夫が亡くなったとき、40歳以上65歳未満で、生計を同じくしている子がない妻。
- 遺族厚生年金と遺族基礎年金を受けていた子がいる妻（40歳に達した当時、子がいるため遺族基礎年金を受けていた妻に限る）が、子が一定の年齢になったことにより、遺族基礎年金を受給できなくなったとき。

(4) その他の給付を受け取れるとき

① 国民年金におけるその他の給付

ア. 寡婦年金

寡婦年金は、国民年金の第1号被保険者としての保険料納付済期間と保険料免除期間を合わせて10年以上ある夫が死亡したときに、夫の死亡当時、夫によって生計を維持され、かつその婚姻関係が10年以上継続している妻に、60歳から65歳になるまでの間、支給されます。

年金額は、夫の第1号被保険者期間だけで計算した老齢基礎年金額の3/4です。

イ. 付加年金

付加年金は、国民年金の付加保険料を納めた場合に、老齢基礎年金に加算して支給されます。付加保険料額は月額400円で、受給額（年額）は200円×付加保険料納付月数で計算されます。国民年金の第1号被保険者以外の方は付加保険料を納めることはできません（国民年金基金に加入している人は、掛金に付加保険料相当分が含まれています。）。

（例）20歳から60歳まで毎月付加保険料を納めた場合（総額192,000円）
→ 年金額 96,000円増額（終身）

ウ. 死亡一時金

死亡一時金は、老齢基礎年金・障害基礎年金のいずれも受給しないまま死亡し、その遺族が遺族基礎年金を受給できない場合に、支給されます。

第1号被保険者としての保険料納付済期間の月数等[※]が、36か月以上の方が対象です。

エ. 脱退一時金

脱退一時金は、第1号被保険者としての保険料納付済期間の月数等[※]が6か月以上ある外国人で、老齢基礎年金の支給要件を満たしていない者が、年金の支給を受けないまま日本に住所を有しなくなったときに、日本に住所を有しなくなった日（被保険者でなくなった日の方が遅い場合は当該日）から2年以内の請求により支給されます。

※ 保険料納付済期間の月数等とは、以下を合算したものの。

- (1) 保険料納付済期間の月数
- (2) 保険料1/4免除期間の月数×3/4
- (3) 保険料半額免除期間の月数×1/2
- (4) 保険料3/4免除期間の月数×1/4

② 厚生年金におけるその他の給付

ア. 障害手当金

障害手当金は、障害基礎年金を受けるのに必要な保険料納付済期間のある人が、厚生年金被保険者期間中に病気やけがをし、5年以内に症状が固定した場合で、一定程度の障害の状態にあるときに支給されます。

イ. 脱退一時金

脱退一時金は、厚生年金の被保険者期間が6か月以上ある外国人で、老齢厚生年金の支給要件を満たしていない者が、年金の支給を受けないまま日本に住所を有しなくなったときに、日本に住所を有しなくなった日（被保険者でなくなった日の方が遅い場合は当該日）から2年以内の請求により支給されます（国民年金の脱退一時金と同じ考え方）。

【脱退一時金の額】

（国民年金）

最後に保険料を納付した月が属する年度の保険料額×2分の1×下表に定める数

（厚生年金）

被保険者であった期間の平均標準報酬額×支給率（保険料率×2分の1×下表に定める数）

対象月数	数
6か月以上12か月未満	6
12か月以上18か月未満	12
18か月以上24か月未満	18
24か月以上30か月未満	24
30か月以上36か月未満	30
36か月以上42か月未満	36
42か月以上48か月未満	42
48か月以上54か月未満	48
54か月以上60か月未満	54
60か月以上	60

（注1）保険料率は、厚生年金保険の被保険者期間の最終月によって、次のように規定されている。

1月～8月：前々年の10月時点の保険料率 / 9月～12月：前年の10月時点の保険料率

（注2）対象月数の上限は、2021年4月より36か月（3年）から60か月（5年）に引き上げられた。

（注3）保険料を最後に納付した月が2021年3月以前の場合は、36月（3年）を上限として支給額を計算する。

③ その他の給付

ア. 特別障害給付金

(i) 1991年3月以前に国民年金任意加入対象であった学生、または(ii) 1986年3月以前に国民年金任意加入対象であったサラリーマンの配偶者で、任意加入していなかった期間内に初診日があり、現在、障害基礎年金1級又は2級相当の障害の状態にある人には、特別障害給付金が支給されます。ただし、65歳前にその障害状態に該当した場合に限られます。

〔2026年度の支給額〕

障害基礎年金1級に該当する人	58,650円(月額)
障害基礎年金2級に該当する人	46,920円(月額)

(注) 支給額は毎年度、物価の変動に応じて改定される。また、本人の所得によっては、支給額が全額または半額、制限される場合がある。(所得制限の目安は、20歳前傷病による障害基礎年金と同じ)

〔請求の窓口〕 住所地の市区町村

イ. 年金生活者支援給付金

年金を受給しながら生活をしている高齢者や障害者などの中には、年金を含めても所得が低く、経済的な支援を必要としている人がいるため、社会保障と税の一体改革に伴い、2012年に「年金生活者支援給付金制度」を創設しました。年金生活者支援給付金は、2019年10月から、消費税率を10%に引き上げた時に増加した消費税収を基に支給されています。

年金生活者支援給付金制度の種類とそれぞれの対象者・支給額は以下のとおりです。

【高齢者への給付金(老齢年金生活者支援給付金)】

支給要件	<ul style="list-style-type: none"> ① 65歳以上の老齢基礎年金の受給者であること ② 前年の公的年金等の収入金額とその他の所得(給与所得や利子所得など)との合計額が、老齢基礎年金満額相当(約81万円)※¹以下であること ③ 同一世帯の全員が市町村民税非課税であること
(2026年度) 支給額	<p>(1) と(2) の合計額</p> <p>(1) 保険料納付済期間に基づく額(月額)</p> $= 5,620円^{※2} \times \text{保険料納付済期間(月数)} / 480月$ <p>(2) 保険料免除期間に基づく額(月額)</p> $= 11,768円^{※3} \times \text{保険料免除期間(月数)} / 480月$

※1 毎年度、老齢基礎年金の額を勘案して改定。2025年度からは、昭和31年4月2日以後生まれの方は809,000円、昭和31年4月1日以前生まれの方は806,700円。

※2 毎年度、物価変動に応じて改定。

※3 昭和31年4月2日以後生まれの方は、保険料全額免除、3/4免除、1/2免除期間は11,768円、保険料1/4免除期間は、5,884円。

昭和31年4月1日以前生まれの方は、保険料全額免除、3/4免除、1/2免除期間は11,734円、保険料1/4免除期間の場合は、5,867円。

【高齢者への給付金（補足的老齢年金生活者支援給付金）】

支給要件	① 65歳以上の老齢基礎年金の受給者であること ② 老齢年金生活者支援給付金の所得要件（支給要件の②）を満たさない一方で、前年の公的年金等の収入金額とその他の所得との合計額が、約91万円 ^{※1} 以下であること ③ 同一世帯の全員が市町村民税非課税であること
支給額	老齢年金生活者支援給付金を受けられる人との所得の逆転を防ぐよう政令で定める額

※1 2025年度は、昭和31年4月2日以後生まれの方は909,000円、昭和31年4月1日以前生まれの方は906,700円。

【障害者や遺族への給付金（障害年金生活者支援給付金・遺族年金生活者支援給付金）】

支給要件	① 障害基礎年金または遺族基礎年金の受給者であること ② 前年の所得 ^{※1} が、479万4,000円以下 ^{※2} であること
(2026年度) 支給額	障害等級1級の者 ……7,025円 ^{※3} (月額) 障害等級2級の者及び遺族である者 ……5,620円 ^{※3} (月額)

※1 障害年金・遺族年金等の非課税収入は、給付金の判定に用いる所得には含まれない。

※2 20歳前障害基礎年金が支給停止となる所得基準額と同額となるよう設定。扶養親族等の数に応じて増額する。

※3 毎年度、物価変動に応じて改定。

（5）年金額の改定

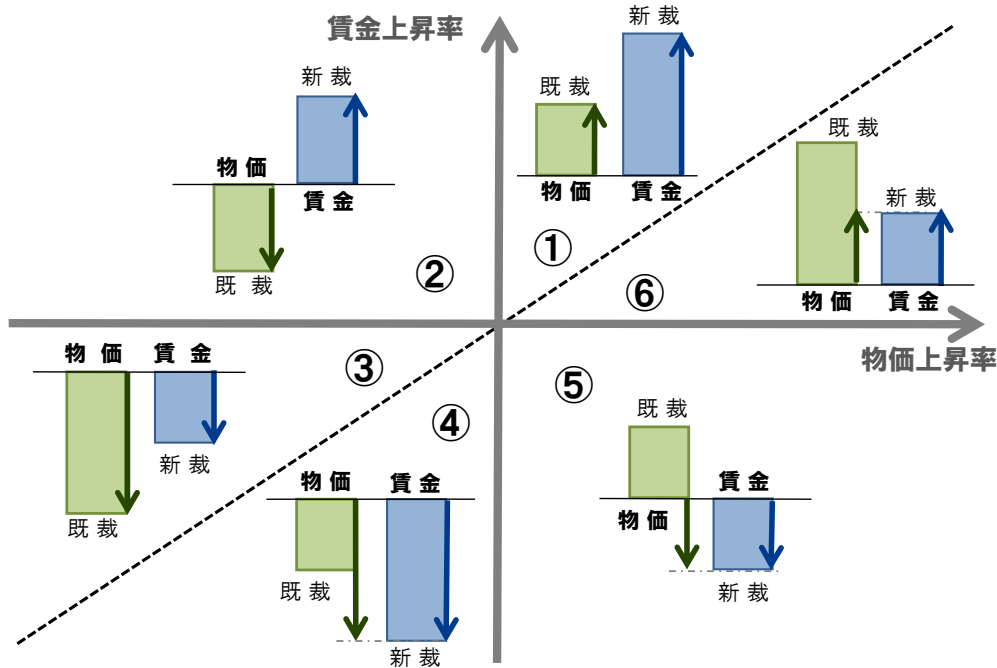
①基本的な考え方

経済成長によって現役世代の所得が増大した場合に、高齢者などに対しても経済成長による生活水準の向上を反映させ、物価上昇による実質的な購買力の低下を防ぐ必要があります。

そのため日本の公的年金制度では、新規裁定年金（67歳に達する日の属する年度までの年金）の改定については、現役世代の賃金水準の変動に応じて行い、既裁定年金（68歳に達する日の属する年度以降の年金）の改定については、物価水準の変動に応じて行うことを原則としています。ただし、公的年金制度の支え手として保険料を負担する現役世代の負担能力に応じた給付とする観点から、賃金水準の変動が物価水準の変動を下回る場合には、既裁定年金についても賃金水準の変動に応じて改定することとしています。

改定された給付金額での支給は、その年の4月分から行われます。

年金額の改定(スライド)のルール



②具体的な改定方法

老齢基礎年金の額は、780,900円（2004年度水準の老齢基礎年金の額）に改定率を乗ずることにより算出しており、毎年度、この改定率を改定することによって、年金額を改定しています。障害基礎年金、遺族基礎年金の年金額もこれと同様の方法で改定しています。

老齢厚生年金の額は、平均標準報酬（月）額を算出する際の再評価率を改定することによって、毎年度、改定しています。障害厚生年金、遺族厚生年金の年金額もこれと同様の方法で改定しています。平均標準報酬（月）額は、毎月の給与や賞与に基づく標準報酬（月）額の平均であり、この算出にあたっては、被保険者の過去の標準報酬（月）額を現在の賃金・物価水準に「再評価」します。具体的には、過去のそれぞれの時点の報酬について再評価する率（再評価率）を定め、当該再評価率を乗じて得た額を基に平均標準報酬（月）額を算出しています。

ただし、後述するように、マクロ経済スライドによる調整期間中は、現役世代の人口減少や平均余命の伸びを考慮した「調整率」を毎年度設定し、前年度よりも年金の名目額を下げない範囲で、調整率に相当する分だけ年金額の上昇を抑制しています。

老齢基礎年金の改定率および老齢厚生年金の再評価率は、具体的には以下の式で算出されます。

年 新 規 裁 定	改定率（再評価率） = 前年度の改定率（再評価率）×名目手取り賃金変動率
既 裁 定 年 金	改定率（再評価率） = 前年度の改定率（再評価率）×物価変動率※ ※ 物価変動率 > 名目手取り賃金変動率の場合は、名目手取り賃金変動率

【年金額の改定に用いる指標】

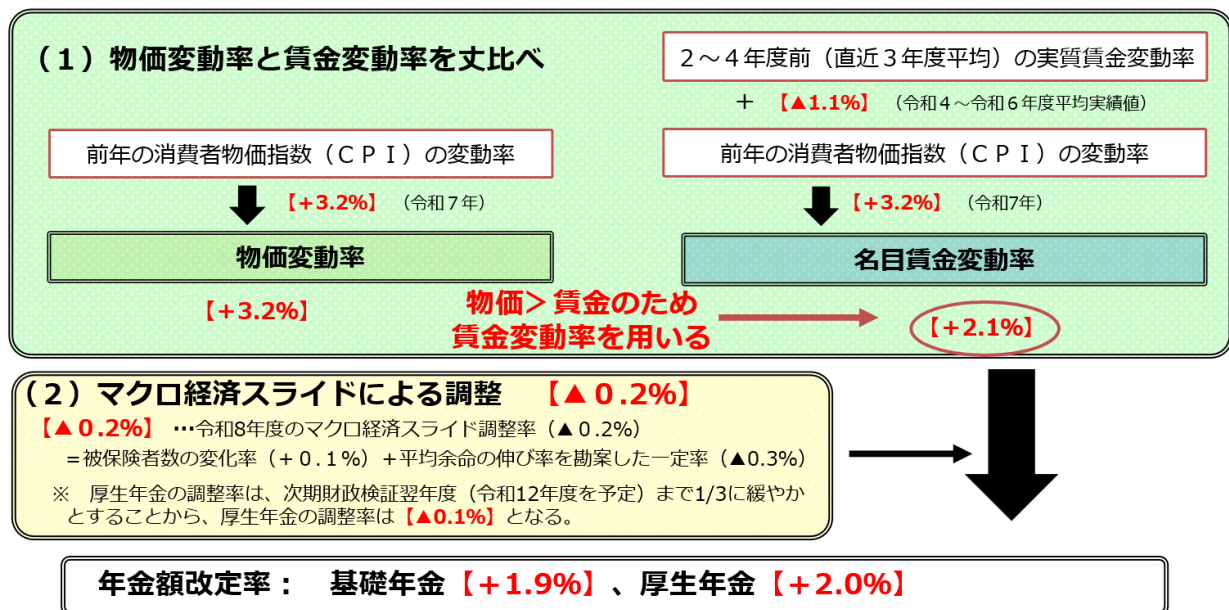
- 物価変動率 = 前年の年平均全国消費者物価指数 ÷ 2年前の年平均全国消費者物価指数
- 実質賃金変動率 = 2～4年度前の名目賃金変動率 ÷ 2～4年度前の物価変動率
- 名目手取り賃金変動率 = 物価変動率 × 実質賃金変動率 × 3年度前の可処分所得割合変化率[※]

※ 可処分所得割合変化率は、2004年度以降、保険料率を毎年0.354%ずつ引き上げてきたことに伴う可処分所得割合の変化を考慮した指標です。2021年度以降は、可処分所得割合変化率の算出に保険料率の18.3%への引上げが完了した年度を用いることに伴い、可処分所得割合変化率は0（変化率1.000）となるため、名目手取り賃金変動率への影響はなくなっています。

【令和8（2026）年度の年金額改定】

令和8年度の年金額の改定について

- 年金額は、物価や賃金の変動に応じて毎年度改定を行う仕組みとなっており、物価変動率が名目賃金変動率を上回る場合は、支え手である現役世代の負担能力に応じた給付とする観点から、名目賃金変動率を用いて改定する。
- この結果、**令和8年度の年金額は、前年度から基礎年金+1.9%、厚生年金+2.0%のプラス改定**となる。



年金額は、物価変動率や名目手取り賃金変動率に応じて、毎年度改定を行う仕組みとなっています。物価変動率が名目手取り賃金変動率を上回る場合は、支え手である現役世代の方々の負担能力に応じた給付とする観点から、名目手取り賃金変動率を用いて改定することが法律で定められています。

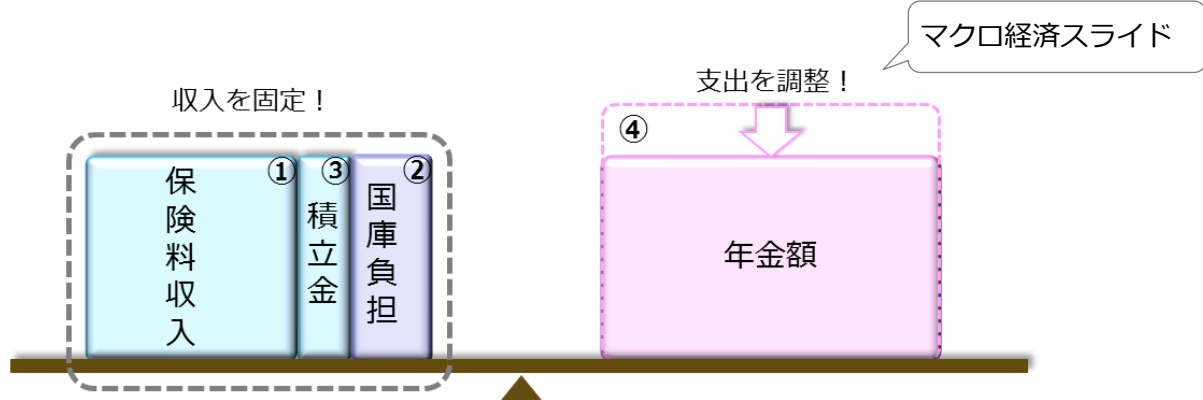
このため、令和8年度の年金額は、名目手取り賃金変動率（2.1%）を用いて改定します。また、令和8年度のマクロ経済スライドによる調整（国民年金（基礎年金）が▲0.2%、厚生年金（報酬比例年金）が▲0.1%）が行われます。よって、令和8年度の年金額の改定率は、国民年金（基礎年金）が1.9%、厚生年金（報酬比例年金）が2.0%となります。

③ マクロ経済スライド

【長期的な財政の枠組み】

少子高齢化が進行する中で、財源の範囲内で年金給付を賄えるよう、公的年金制度の長期的な財政の枠組みとして、以下の仕組みを設けています。この年金額の調整の仕組みをマクロ経済スライドと呼んでいます。

- <収入> { ①保険料水準を固定する（2017年度まで引上げ）
②基礎年金給付費に対する国庫負担割合を2分の1とする
③積立金を活用する
- <支出> ④長期的な収支が均衡するように、年金額を調整する

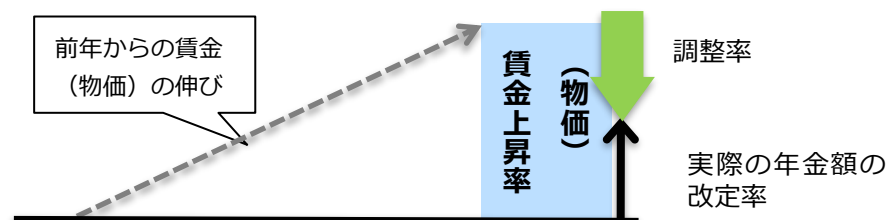


【マクロ経済スライドの仕組み】

年金額は、賃金や物価の変動に応じて改定するのが原則です。マクロ経済スライドとは、長期的に財政が均衡するために必要と見込まれる一定期間[※]について、現役世代の人口減少や平均余命の伸びを考慮した「調整率」を毎年度設定し、調整率に相当する分だけ賃金や物価による年金額の上昇を抑える仕組みです。

また、年金受給者に配慮して、前年度より年金額を下げる調整までは行わない措置（名目下限措置）をとっているため、マクロ経済スライドによって名目の年金額が下がることはありません。

※ 5年に一度の財政検証の際、おおむね100年間の財政均衡期間の終了時に、その時点の給付費の1年分程度の積立金を保有することができるように、年金額の伸びの調整を行う期間を設定する。

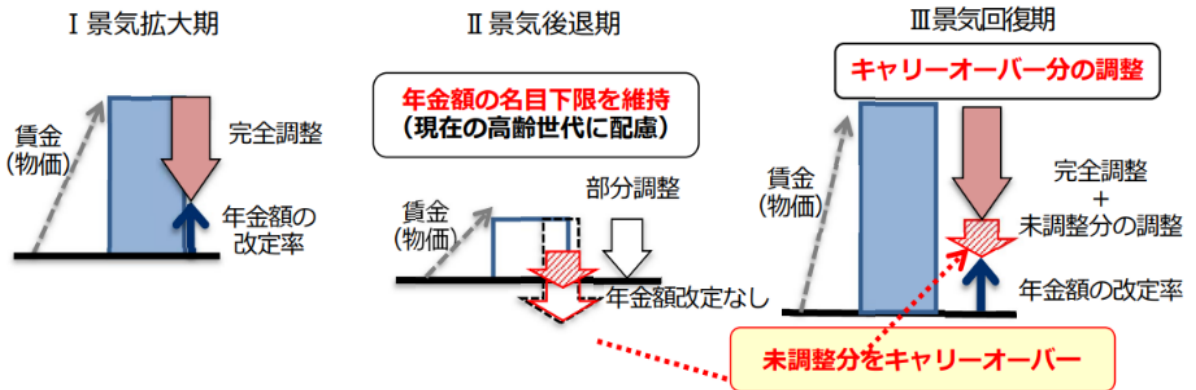


賃金や物価の上昇に伴いマクロ経済スライドによる給付水準の調整が進んでいくこととなりますが、将来世代の年金の給付水準を確保するためには、景気変動の中でこの調整を極力先送りしないようにすることが重要です。

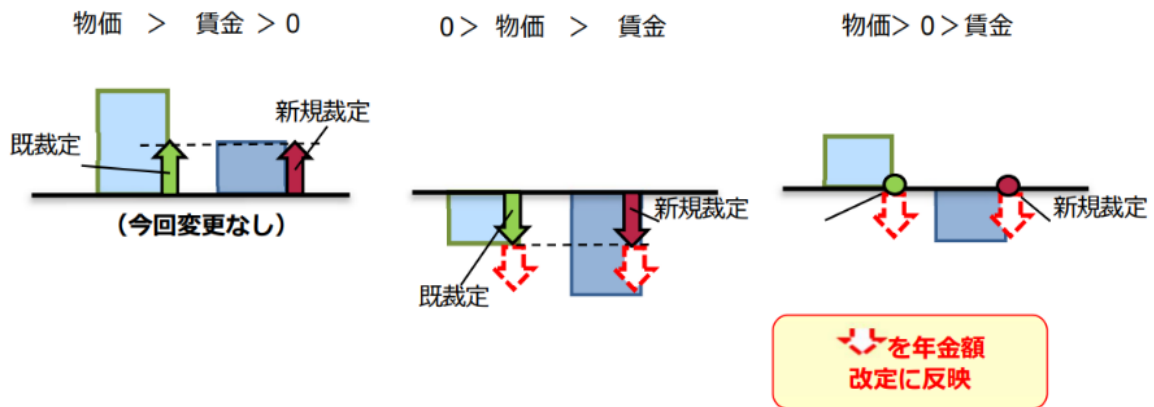
3. 年金を受け取る

こうした観点から、マクロ経済スライドについて、名目下限措置を維持しつつ、物価、賃金が上昇したときに、前年度に調整できず繰り越した未調整分（キャリアオーバー）を調整する仕組みを導入しました（2018年4月～）。また、2021年4月より、賃金が物価を下回る場合には、賃金に合わせて年金額を改定するようルールが見直されました。

【マクロ経済スライドによる調整ルールの見直し】



【賃金・物価スライドの見直し】 (2021年4月施行)



さらに、令和7（2025）年の制度改正により、次期財政検証翌年度（令和12年度を予定）まで厚生年金（報酬比例部分）のマクロ経済スライド調整を継続することとしています。この措置により、厚生年金受給者に不利にならないよう、この間の厚生年金の調整率を1/3とし、緩やかにすることとしています。

④ その他の給付額の改定

特別障害給付金と年金生活者支援給付金[※]については、2年前の年平均全国消費者物価指数に対する前年の年平均全国消費者物価指数の比率によって金額を改定します。

改定された給付金額での支給は、その年の4月分から行われます。

ア. 特別障害給付金	
イ. 年金生活者支援給付金	
老齢年金生活者支援給付金	$\text{前年の給付金額 (月額)} \times \frac{\text{前年の年平均全国消費者物価指数}}{\text{2年前の年平均全国消費者物価指数}}$
障害年金生活者支援給付金	
遺族年金生活者支援給付金	

※ なお、補足的老齢年金生活者支援給付金の額は、老齢年金生活者支援給付金を受給できたと仮定した場合の受給金額を、前年中の公的年金等の収入金額と前年の所得との合計額の増加に応じて逡減することで算出します。

4. 外国で生活する

日本の公的年金制度は、基本的に日本国内に住んでいる人が対象で、原則として、外国で生活をする場合は、加入する必要はありません。しかし、日本の企業に雇われたまま外国で働く場合は、日本の公的年金制度に加入することになります。また、外国で生活をする場合でも、日本の公的年金制度に任意で加入することができます。

この章では、「外国で生活する」ときの公的年金制度について、説明します。

(1) 企業から外国に派遣されるとき（社会保障協定）

日本人でも外国に住んでいる人は、外国の公的年金制度への加入が義務付けられていることがあります。また、日本企業に雇われたままで外国に派遣されている場合など、外国に住んでいても日本の厚生年金保険に加入することがあります。

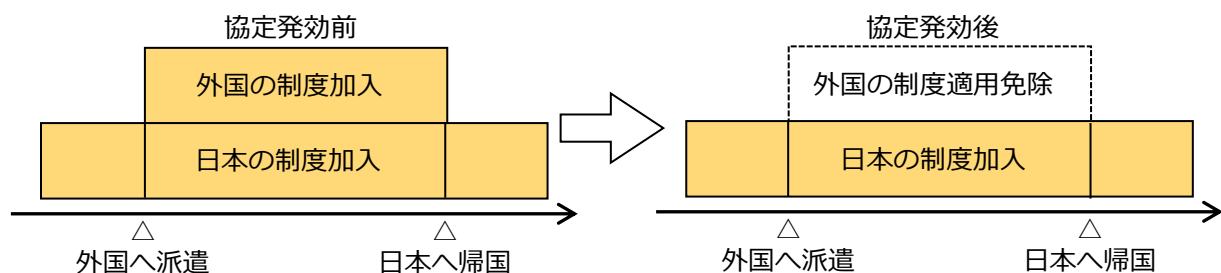
このように、日本企業から外国に派遣されて働く場合等、日本と外国の制度の両方に加入し保険料を払わなければならないということがあります（二重負担の課題）。

また、外国の公的年金制度に加入していた期間が短い場合には、保険料を払ったにも関わらず、外国の年金を受けられないということがあります（年金受給資格の課題）。

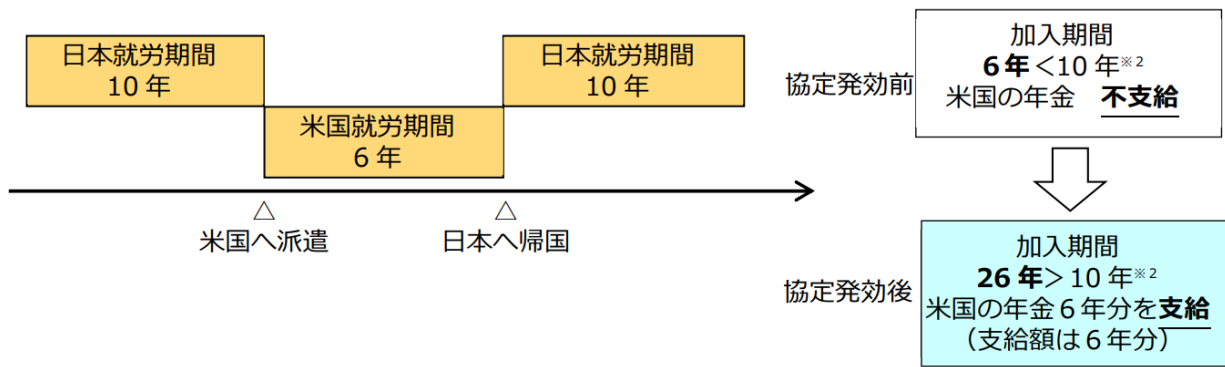
これらの課題に対し、現在、各国と「社会保障協定」を結び、日本と外国のどちらの制度に加入するかなどのルールを定めています。これにより、二重負担を防ぐとともに、年金の受給資格期間の計算に際して、日本と外国の年金制度への加入期間を相互に通算し、年金を受給できるようにしています。

【社会保障協定による効果】

- ① 二重負担の防止（日本から外国に一時的に派遣され勤務していた場合）



② 加入期間の通算^{※1} (例：日本から米国に長期に派遣され勤務していた場合)



※1 一部の協定には「加入期間の通算」に関する規定は含まれておりません。

※2 米国の年金受給のために必要な加入期間は10年相当

【社会保障協定締結などの状況（2026年4月1日時点）】

(1)発効済 24か国		(2)署名済 -	
ドイツ	2000年 2月発効	インド	2016年 10月発効
英国	2001年 2月発効	ルクセンブルク	2017年 8月発効
大韓民国	2005年 4月発効	フィリピン	2018年 8月発効
アメリカ	2005年 10月発効	スロバキア	2019年 7月発効
ベルギー	2007年 1月発効	中国	2019年 9月発効
フランス	2007年 6月発効	フィンランド	2022年 2月発効
カナダ	2008年 3月発効	スウェーデン	2022年 6月発効
オーストラリア	2009年 1月発効	イタリア	2024年 4月発効
オランダ	2009年 3月発効	オーストリア	2025年 12月発効
チェコ	2009年 6月発効(※)	(※)2018年8月改正議定書発効	
スペイン	2010年 12月発効	(3)政府間交渉中 4か国	
アイルランド	2010年 12月発効	トルコ	2025年 1月 第9回政府間交渉実施
ブラジル	2012年 3月発効	ポーランド	2024年 9月 第2回政府間交渉実施
スイス	2012年 3月発効	ノルウェー	2025年 9月 第2回政府間交渉実施
ハンガリー	2014年 1月発効	ベトナム	2025年 12月 第2回政府間交渉実施
		(4)予備協議中等 1か国	
		タイ	

2000年2月にドイツとの間で協定が発効して以来、欧米先進国を中心に24か国との間で協定が発効しています。また、昨今の日本と新興国との経済関係の進展に伴い、新興国との間でも協定の締結を進めています。

(2) 外国で国民年金に任意加入するとき（任意加入制度）

留学などにより外国で生活する場合、原則として日本の公的年金制度に加入する義務はありません。しかし、その期間は、将来受け取る年金額には反映されず、また、もし事故などで重い障害を負ってしまったときにも、障害基礎年金を受給することはできません。

そこで、外国で生活をする日本人が希望すれば、日本の公的年金制度へ任意で加入できる制度（任意加入制度）があります。任意加入をする場合には、市区町村や年金事務所で手続きを行い、国民年金の第1号被保険者と同様、毎月定額の保険料を納めます。保険料を納付した期間は、将来の年金額に反映されるほか、もしものときには障害基礎年金を受け取ることができます。

5. 私的年金に加入する

(1) 私的年金制度とは

私的年金は、公的年金の給付と相まって、高齢期の所得確保を支援する制度です。企業や個人は、それぞれのニーズに合わせて制度を活用することができます。この章では、「私的年金への加入」について、具体的に説明します。

(2) 私的年金制度の種類

私的年金制度は大きく分けると確定給付型と確定拠出型の2種類があります。確定給付型とは、加入した期間などに基づいてあらかじめ給付額が定められている年金制度です。加入者が高齢期の生活設計を立てやすい反面、運用の低迷などで必要な積立水準が不足した場合は、企業などが追加拠出をしなければならない仕組みです。一方、確定拠出型とは、拠出した掛金額とその運用収益との合計額を基に給付額を決定する制度です。企業が追加拠出をする必要は生じませんが、加入者自らが運用を行うことで給付額を確保し、高齢期の生活設計を立てる必要があります。

【私的年金制度の種類】

タイプ	種類	概要
確定給付型	確定給付企業年金 (規約型)	労使が合意した年金規約に基づき、企業と信託会社や生命保険会社などが契約を結んで、母体企業の外で年金資産を管理・運用し、給付を行うもの。
	確定給付企業年金 (基金型)	母体企業とは別の法人格を有する基金を設立した上で、その基金が年金資産を管理・運用し、給付を行うもの。
	厚生年金基金 [※]	一企業単独、親企業と子企業が共同、または同種同業の多数企業が共同して、厚生年金基金を設立し、老齢厚生年金の一部を代行して給付を行うとともに、独自の上乗せ給付を行うもの。
	国民年金基金	自営業者などが、地域型国民年金基金である全国国民年金基金や、同種の事業・業務に従事する人による職能型国民年金基金に掛金を拠出し、その基金が年金資産を管理・運用し、給付を行うもの。
確定拠出型	確定拠出年金 (企業型)	労使が合意した規約の定めるところにより企業が定期的に掛金を拠出し、資産の運用は当該企業の労働者である加入者自らが行うもの。掛金とその運用収益との合計額をもとに給付額が決定される。
	確定拠出年金 (個人型) 〈愛称：iDeCo〉	個人が自らの意思により加入し、掛金の拠出、資産の運用も個人が行うもの。掛金とその運用収益との合計額をもとに給付額が決定される。

※ 公的年金制度の健全性及び信頼性の確保のための厚生年金保険法等の一部を改正する法律（平成 25 年法律第 63 号）により、2014 年 4 月 1 日以降、厚生年金基金の新規設立は認められていない。

(3) 確定給付企業年金制度 (DB)

確定給付企業年金制度は、労使の合意で比較的柔軟な制度設計が可能であり、加入した期間などに基づいてあらかじめ給付額が定められているなどの長所があります。

確定給付企業年金には以下の2種類があります。

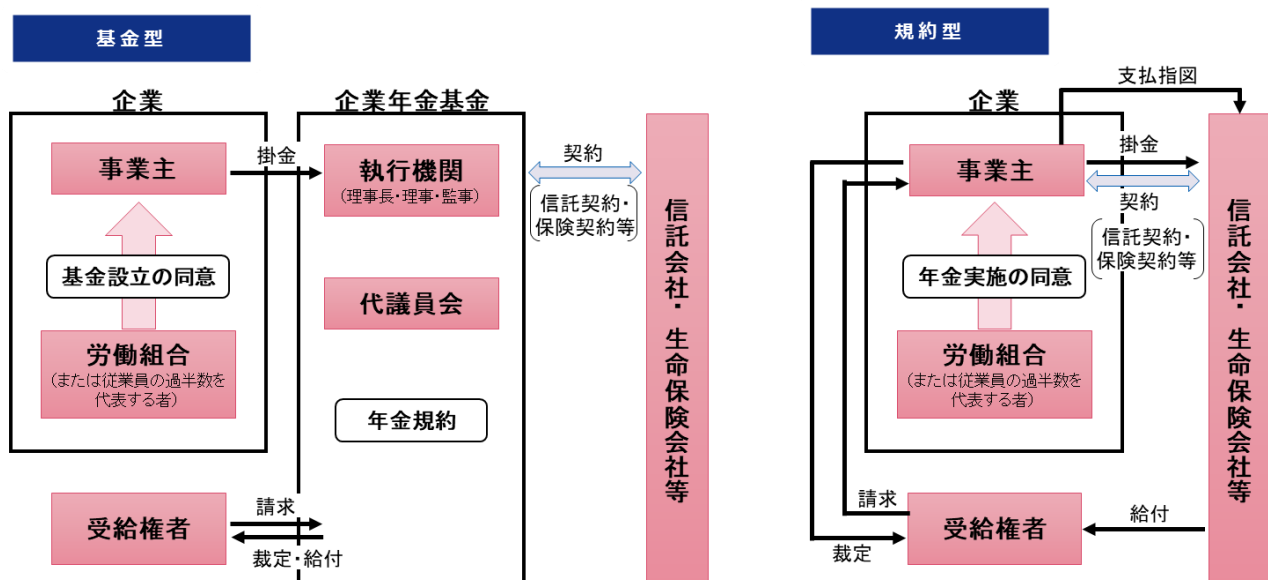
ア. 規約型確定給付企業年金

実施主体は厚生年金適用事業所の事業主です。労使が合意した年金規約に基づき、企業と信託会社・生命保険会社などが契約を結び、母体企業の外で年金資金を管理・運用し、年金給付を行います。

イ. 基金型確定給付企業年金

実施主体は企業年金基金です。企業が別の法人格を持った企業年金基金を設立し、企業年金基金で年金資金を管理・運用し、年金給付を行います。

【規約型と基金型のイメージ図】



(4) 確定拠出年金制度 (DC)

確定拠出年金制度は、拠出された掛金が加入者ごとに区分され、その掛金と自らの指図による運用の運用益との合計額をもとに、給付額が決定される年金制度です。確定給付型の企業年金を行うことが難しい中小企業の従業員や自営業者などのニーズに応え、離職・転職にも対応しやすい制度となっており、年々その規模を拡大しています。

確定拠出年金には以下の2種類があります。

ア. 企業型確定拠出年金 (企業型 DC)

掛金は、企業が拠出します。また、事業主の掛金と加入者掛金を合算した額が拠出限度額を越えない範囲で、加入者の拠出 (マッチング拠出) も可能です。

イ. 個人型確定拠出年金 (個人型 DC (愛称: iDeCo))

掛金は、個人が拠出します。基本的に20歳以上65歳未満の国民年金被保険者であれば加入することができます。

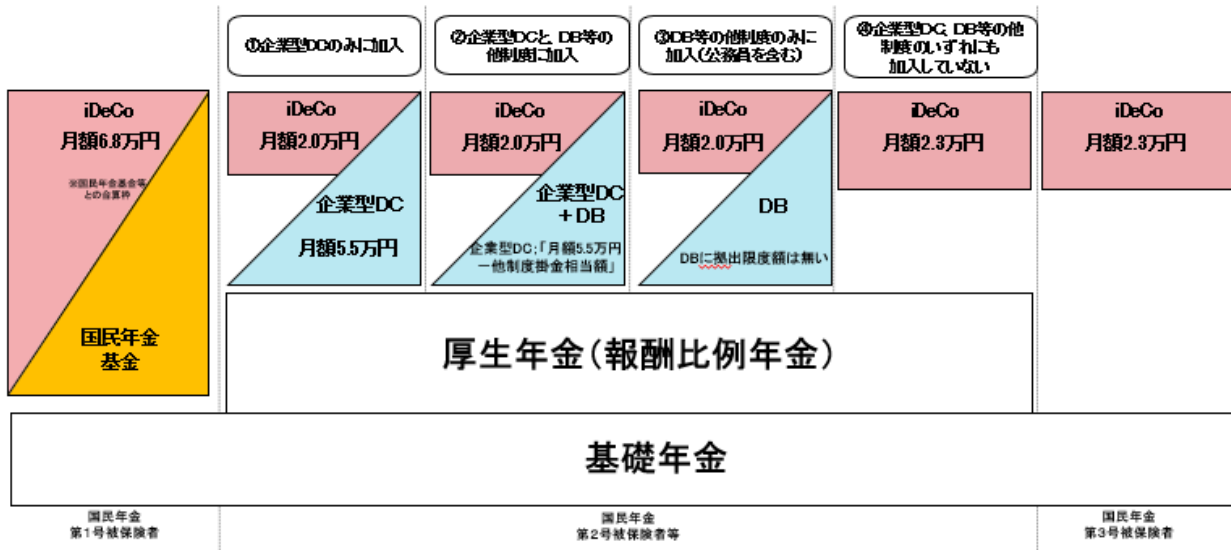
5. 私的年金に加入する

加入を希望する際には、金融機関等（運営管理機関）を通して国民年金基金連合会に申請する必要があります。

- ※ 企業年金を実施していない中小企業が、iDeCo に加入する従業員の掛金に追加して、事業主が掛金を拠出することができる制度（愛称：iDeCo プラス）が設けられています。iDeCo プラスは、従業員数 300 人以下の中小企業で実施することができる制度です。

【対象者・拠出限度額と他の年金制度への加入の関係】

（現行）



- ※ 1 企業型DCの拠出限度額は、月額 5.5 万円からDB等の他制度掛金相当額（仮想掛金額）を控除した額。他制度掛金相当額は、DB等の給付水準から企業型DCの事業主掛金に相当する額として算定したもので、複数の他制度に加入している場合は合計額。他制度には、DBのほか、厚生年金基金・私立学校教職員共済制度・石炭鉱業年金基金を含む。

現行の拠出限度額の施行日（2024 年 12 月 1 日）の際現に事業主が実施する企業型DCの拠出限度額については、施行の際の企業型DC規約に基づいた従前の掛金拠出を可能とする（経過措置）。ただし、施行日以後に、確定拠出年金法第 3 条第 3 項第 7 号に掲げる事項を変更する規約変更を行った場合、確定給付企業年金法第 4 条第 5 号に掲げる事項を変更する規約変更を行うことによって同法第 58 条の規定により掛金の額を再計算した場合、DB等の他制度を実施・終了した場合等は、経過措置の適用は終了。

- ※ 2 企業年金（企業型DC、DB等の他制度）の加入者は、月額 2.0 万円、かつ、事業主の拠出額（各月の企業型DCの事業主掛金額とDB等の他制度掛金相当額）との合計が月額 5.5 万円の範囲内で、iDeCoの拠出が可能。公務員についても、同様に、月額 2.0 万円、かつ、共済掛金相当額との合計が月額 5.5 万円の範囲内で、iDeCoの拠出が可能。

企業型 DC の拠出限度額の拡充（マッチング拠出における加入者掛金の額の制限撤廃）（2026年4月1日施行）

企業型 DC のマッチング拠出について、加入者掛金の額が事業主掛金の額を超えることができないとする要件を廃止します。

マッチング拠出のイメージ（企業型DCのみに加入している場合）

【現行制度】加入者掛金は事業主掛金を超えられない制限がある。

【見直し案】事業主掛金の額によらずに、加入者がそれぞれの状況に応じ拠出限度額の枠を活用し老後の資産所得の確保が可能



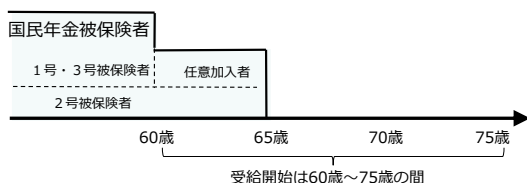
iDeCo の加入可能年齢の引上げ（2026年12月1日施行）

現在、iDeCo に加入するためには、国民年金被保険者であって、かつ、老齢基礎年金や iDeCo の老齢給付金を受給していないという要件がありますが、公的年金の保険料を納めつつ、上乘せとしての私的年金に加入してきた方が、60歳から70歳にかけて老後の資産形成を継続できるようにするため、現在の要件に加え、国民年金被保険者以外の方であっても、60歳以上70歳未満の iDeCo を活用した老後の資産形成を継続しようとする方であって、㊦ iDeCo 加入者、㊧ iDeCo 運用指図者、㊨ 企業年金から iDeCo に資産を移換する方のうち、いずれかに該当する方であって、老齢基礎年金や iDeCo の老齢給付金を受給していない方、マッチング拠出を実施していない方に iDeCo の加入・継続拠出を認めることとなりました。

iDeCo の加入可能年齢の引上げについて

■現状

- ・国民年金被保険者
- ・老齢基礎年金や iDeCo の老齢給付金を受給していない者

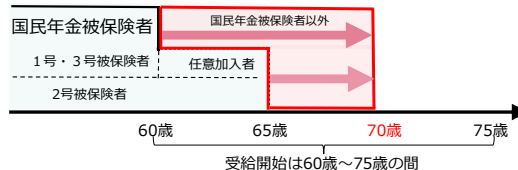


■ iDeCo の加入可能年齢の引き上げ対象者（拠出限度額：原則6.2万円※1）

- ① iDeCo 加入者
- ② iDeCo 運用指図者
- ③ 企業年金から iDeCo に資産を移換する者

施行日から3年を経過する日までは、左記に該当しない者も iDeCo の加入が可能

- ・上記の①～③いずれかに該当する国民年金被保険者以外の方であって、老齢基礎年金や iDeCo の老齢給付金を受給していない者（※2）（※3）、マッチング拠出を実施していない者



※1 企業年金等がある者は、企業年金等と合計して6.2万円が上限

※2 老齢基礎年金を繰り下げて老齢厚生年金を受給する者は加入可能

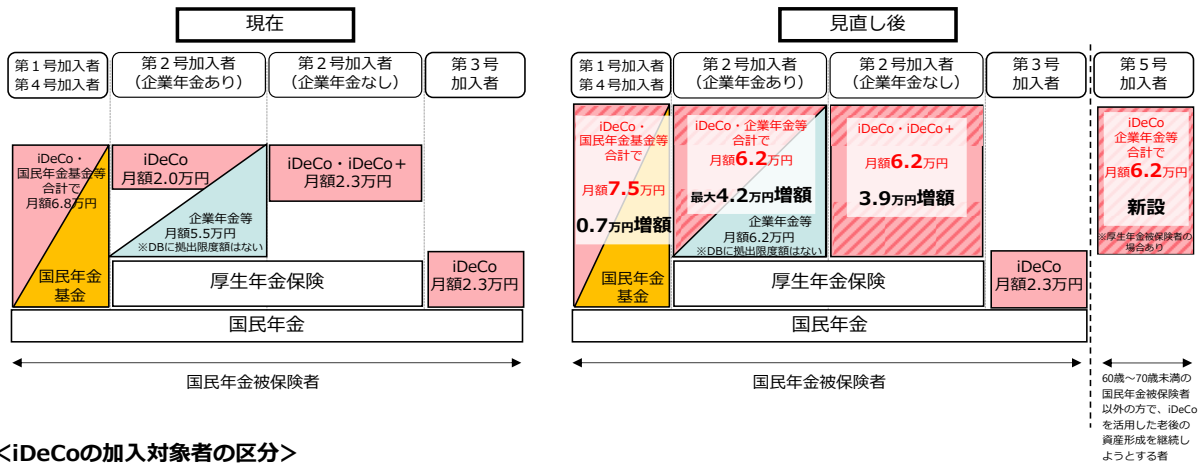
企業型 DC・iDeCo・国民年金基金の拠出限度額の引上げ等（2026年12月1日施行）

企業型確定拠出年金（企業型 DC）・個人型確定拠出年金（iDeCo）・国民年金基金の拠出限度額の引上げ等の見直しを行いました。

（主な見直しの内容）

- 国民年金第2号被保険者の企業型 DC の拠出限度額を月額 6.2 万円（DB 等の他制度加入者については月額 6.2 万円から DB 等ごとの他制度掛金相当額を控除した額）に引き上げる（現行：月額 5.5 万円）。
- 国民年金第2号被保険者の iDeCo の拠出限度額を月額 6.2 万円（企業年金加入者については月額 6.2 万円から DB 等ごとの他制度掛金相当額及び企業型 DC の掛金額を控除した額）に引き上げる（現行：月額 2.0 万円又は 2.3 万円）。
- 国民年金第1号被保険者の iDeCo の拠出限度額及び国民年金基金の掛金額の上限を月額 7.5 万円（iDeCo と国民年金基金で共通）に引き上げる（現行：月額 6.8 万円）。
- iDeCo について、60 歳以上 70 歳未満であって現行の個人型確定拠出年金に加入できない方のうち、iDeCo の加入者・運用指図者であった方又は私的年金の資産を iDeCo に移換できる方であって、老齢基礎年金及び iDeCo の老齢給付金を受給していない方を新たに制度の対象とすることとし、その拠出限度額を月額 6.2 万円（企業年金加入者については月額 6.2 万円から DB 等ごとの他制度掛金相当額及び企業型 DC の掛金額を控除した額）とする。

<iDeCoの拠出限度額の引き上げのイメージ>



<iDeCoの加入対象者の区分>

- 第1号加入者：国民年金第1号被保険者（20歳以上60歳未満の自営業者とその家族、フリーランス、学生）
 - 第2号加入者：国民年金第2号被保険者（会社員や公務員等の厚生年金保険の被保険者）
 - 第3号加入者：国民年金第3号被保険者（国民年金第2号被保険者に扶養されている20歳以上60歳未満の配偶者）
 - 第4号加入者：国民年金任意加入被保険者（60歳以上65歳未満の者、または、20歳以上65歳未満の海外居住者で、国民年金の保険料の納付済期間が480月に達していない者）
 - 第5号加入者：60歳以上70歳未満の国民年金被保険者以外の者で、iDeCoを活用した老後の資産形成を継続しようとする者
- (①iDeCo加入者、②iDeCo運用指図者、③企業年金からiDeCoに資産を移換する者 ④～⑥いずれかに該当する者であって、老齢基礎年金やiDeCoの老齢給付金を受給していない者、マッチング拠出を実施していない者)

企業年金の運用の見える化（2025年から5年以内に実施）

企業年金の運営状況の情報を厚生労働省が取りまとめて公表することにより、他社との比較や分析を行えるようにし、加入者等の最善の利益のために運営を改善できるようにします。

(5) 国民年金基金制度

国民年金基金制度は、自営業者やフリーランスなど国民年金の第1号被保険者や任意加入被保険者が、老後の所得保障の充実を図るために、任意で加入する制度です。

国民年金基金制度を実施する国民年金基金には、「地域型国民年金基金」である全国国民年金基金と職種別に設立された3つの「職能型国民年金基金」があります。

- ・ 「地域型国民年金基金」の全国国民年金基金（※）については、国民年金の第1号被保険者や任意加入被保険者であれば住所地や業種を問わず加入できます。

※ 全国国民年金基金は、2019年4月に全国47都道府県の地域型国民年金基金と22の職能型国民年金基金が合併し、設立されたものです。

- ・ 「職能型国民年金基金」（※）については、基金ごとに定められた事業または業務に従事する国民年金の第1号被保険者や任意加入被保険者が加入できます。

※ 「職能型国民年金基金」には、歯科医師国民年金基金、司法書士国民年金基金、日本弁護士国民年金基金があります。

国民年金基金は、加入者自らが年金額・給付の型を選択して加入し、その選択した年金額・給付の型と加入時の年齢などに基づき定められた額の掛金を支払います。掛金の上限は、月額68,000円です（個人型確定拠出年金（iDeCo）に加入している場合は、合わせて68,000円）（2026年12月1日より、月額75,000円）。

国民年金基金は65歳から生涯受け取る終身年金が基本なので、長い老後の生活に備えることができます。

【老齢基礎年金に上乗せされる国民年金基金の老齢年金月額】

加入年齢	35歳まで	45歳まで	50歳まで	50歳1か月以降
1口目	2万円	1.5万円	1万円	年金額は加入年齢 (月単位)で異なる
2口目以降	1万円	5千円	5千円	

(注1) 基金の給付は、老齢年金と遺族一時金（保証期間付の給付タイプを選択し、保証期間内に死亡した場合）

(注2) 1口目は終身年金（2種類）の中から選択。さらに、年金額を増やしたい場合は、2口目以降を終身年金（2種類）や確定年金（5種類）の中から選択。2口目以降は複数選択可能。

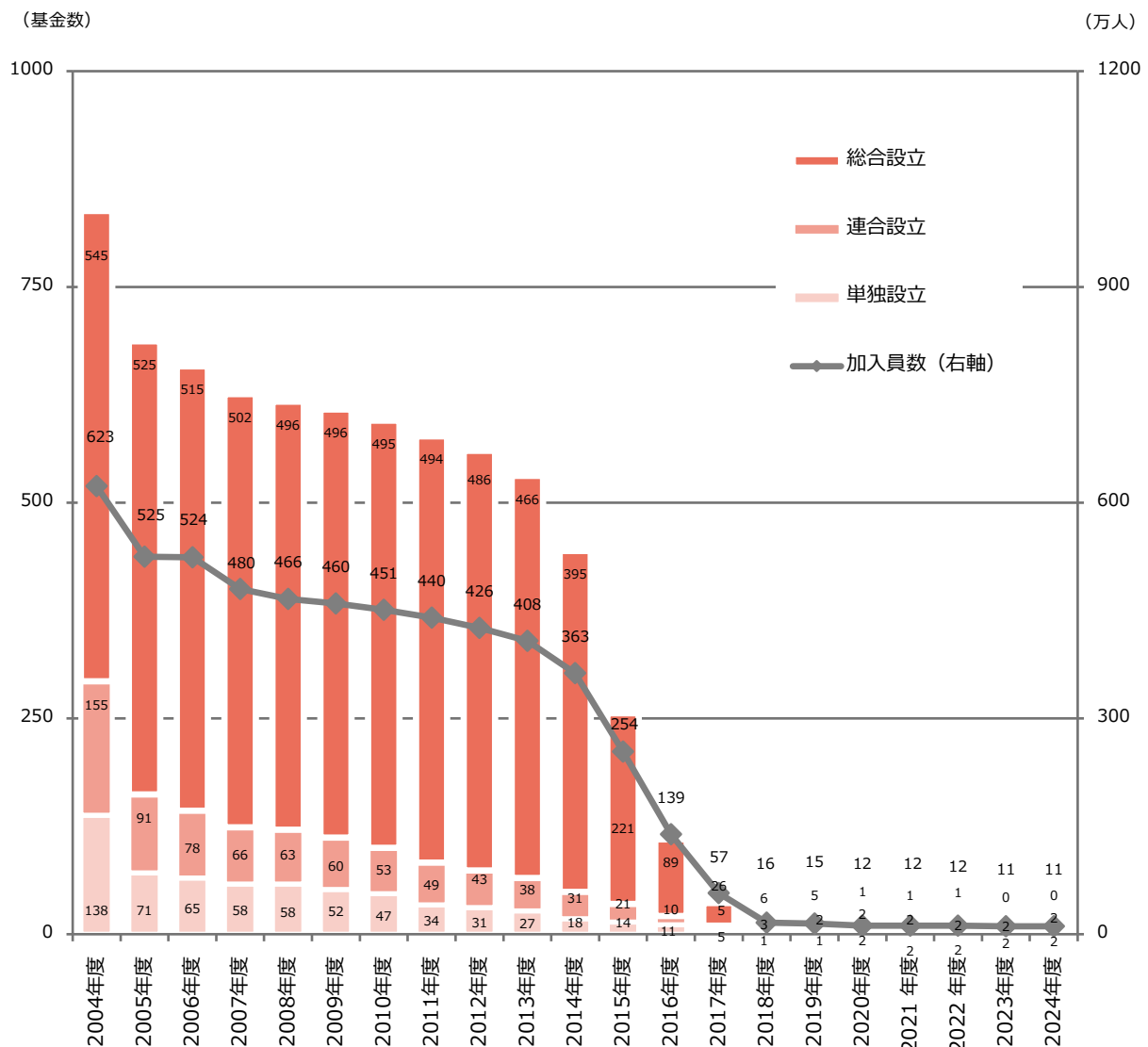
■ 厚生年金基金制度

厚生年金基金制度は、国に代わって厚生年金の給付の一部を代行して行う（代行給付）とともに、企業の実情などに応じて独自の上乗せ給付を行うことができる制度です。

しかし、経済・運用環境の低迷に伴う財政悪化などによる基金の解散や、代行部分を持たない確定給付企業年金制度への移行（＝代行返上）が行われ、基金数や加入員数は減少傾向にありました。

さらに、2012年の投資顧問会社による巨額の年金詐欺事件、いわゆる「AIJ事件」を契機として、厚生年金基金制度の抜本的な見直しを求める声が高まり、2013年通常国会において「公的年金制度の健全性及び信頼性の確保のための厚生年金保険法等の一部を改正する法律」が成立し、2014年4月1日に施行されました。この改正法の施行後は、厚生年金基金の新設は認められなくなり、また、5年間の時限措置として特例的な解散制度が導入され、他の企業年金制度への移行の促進が図られました。

【厚生年金基金数と加入者数】



6. 公的年金の財政

公的年金制度は、現役世代が保険料を納めて、高齢者などが年金を受け取るという「所得の移転」を行っていますが、実際のお金の流れや積立金の管理・運用はどのようになっているのでしょうか。

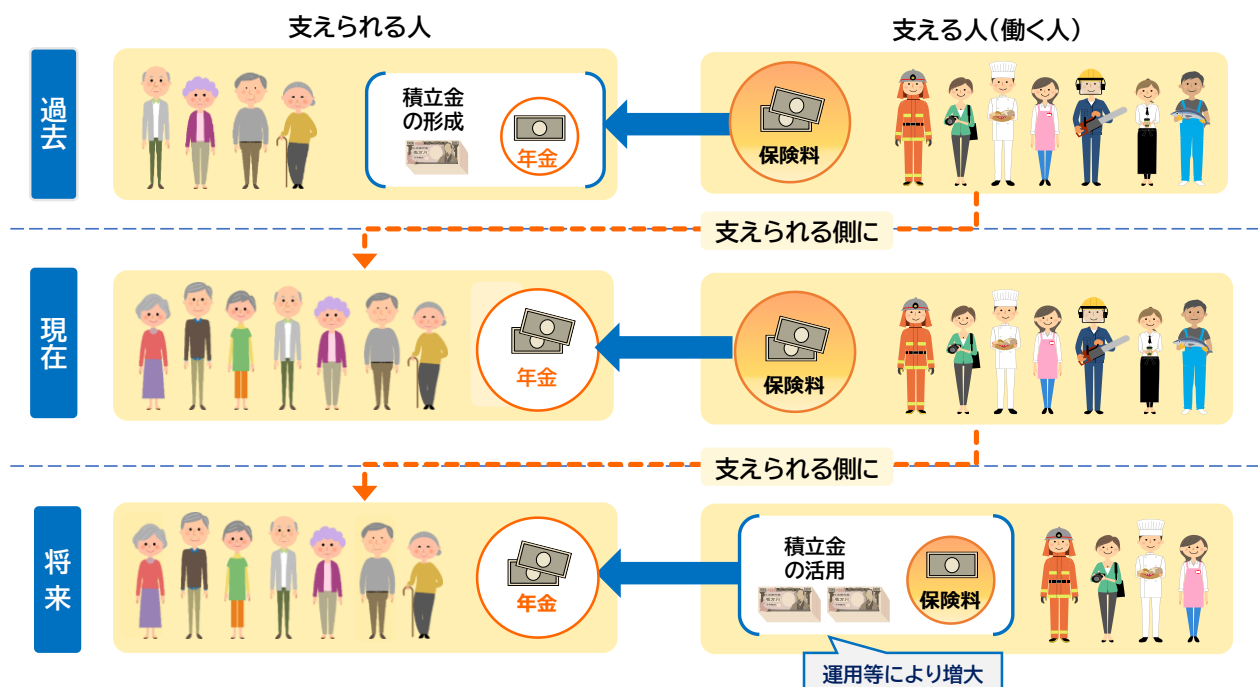
この章では、公的年金制度にまつわるお金の流れなど「公的年金の財政」について、具体的に説明します。

(1) 公的年金の財政の仕組み

年金を給付するための資金をどのように調達していくかという計画を「財政方式」と言います。財政方式には、制度に加入している人（被保険者）からの保険料で、その時々々の年金給付に必要な費用の全額を賄う「賦課方式」と、将来の年金給付に必要な原資を保険料で積み立てていく「積立方式」があります。財政方式には、制度に加入している人（被保険者）からの保険料で、その時々々の年金給付に必要な費用の全額を賄う「賦課方式」と、将来の年金給付に必要な原資を保険料で積み立てていく「積立方式」があります。

年金制度は長期にわたる保障の仕組みであり、その間にインフレなど社会経済の大きな変化があったとしても、生活の保障という役割を果たす必要があります。そこで、日本の公的年金制度は、賦課方式を基本とした財政方式を運営しつつ、その上で一定の積立金を保有し、その運用収益も活用しています。これにより、少子高齢化で増大する保険料負担の緩和を図るとともに、物価や賃金の変動しても、その時々々の社会情勢に応じた給付の実現を図っています。

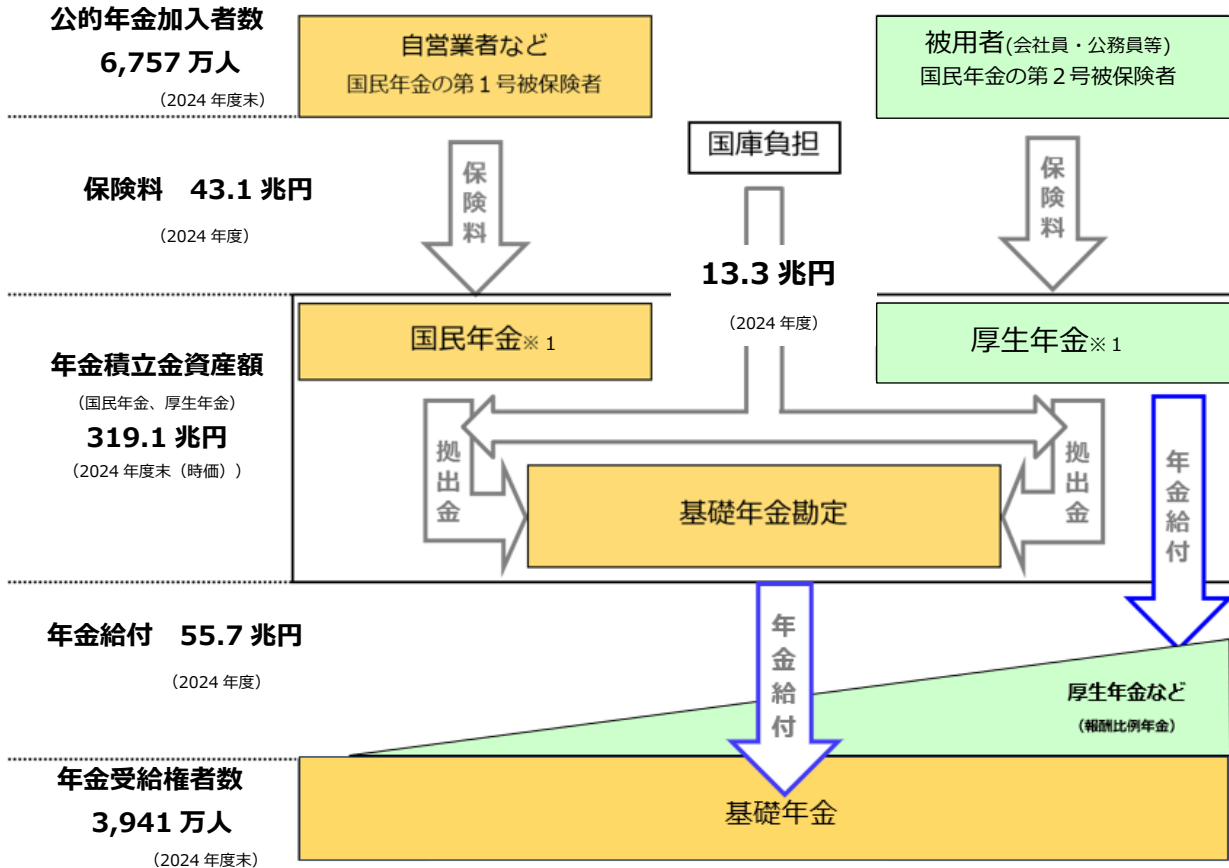
【日本の公的年金制度の財政方式】



6. 公的年金の財政

公的年金は、約55.7兆円（年間※2024年度）の給付を行っていますが、財源は、保険料と積立金の取り崩しと運用収入の他に、国庫負担（税財源）もあります。国庫負担は、全国民共通の基礎年金について、毎年度の給付費の一定割合を賄うことで、現役世代の保険料負担の軽減を図っています。

【公的年金の収入と支出の概要（財政構造）】



※ 1 保険料と国庫負担以外にも、年金積立金の運用収益などの収入がある。

※ 2 保険料、年金給付、国庫負担及び年金積立金資産額については、共済年金を含む公的年金制度全体の額を計上。

公的年金制度は、今後の少子高齢化に対応するために、これまでも制度改革を行ってきました。特に平成16（2004）年の制度改革では、今後さらに急速に進行する少子高齢化を見据えて、将来にわたって制度を持続的で安心できるものとするため、おおむね100年の長期的な期間に保険料の負担と給付の均衡を図る財政の枠組みを導入しました。

具体的には、以下の枠組みを機能させつつ、少なくとも5年に1度、給付と負担の均衡を検証する（これを「財政検証」といいます。）ことで、中長期的に持続可能な運営を図る仕組みとしています。[→3（5）年金額の改定]

- ① 上限を固定した上での保険料の引上げ
- ② 基礎年金の国庫負担割合を「1/3」から「1/2」へ引上げ
- ③ おおむね100年後の積立金の水準がその時点の給付費の1年分程度となるよう目標を設定した上での積立金の活用
- ④ 財源の範囲内で年金の給付水準を調整する仕組み（マクロ経済スライド）の導入

■ 公的年金の財政検証

公的年金は高齢者の収入の柱となるため国民の関心がとても強い一方、保険料を拠出してから実際に年金を受給するまで長い期間を有することから、遠い将来に「本当に年金を受け取れるのか」というような、制度の持続可能性についての不安の声が多く聞かれます。こういった疑問に答えることのできる仕組みが『公的年金の財政検証』です。

財政検証では、少なくとも5年に1度、将来の人口や経済の前提を設定した上で、長期的な年金財政の収支見通しやマクロ経済スライドの調整期間の見通しを作成し、年金財政の健全性を検証します。令和6年財政検証では、近年の女性や高齢者の労働参加の進展、積立金の運用が好調であったことにより、5年前の前の財政検証と比べて将来の給付水準が上昇しました。今回の検証では幅広い経済前提を設定して検証しており、1人当たり成長率をゼロと見込んだケースを除き、将来にわたって所得代替率[※]50%の給付水準が確保できることが確認されました。

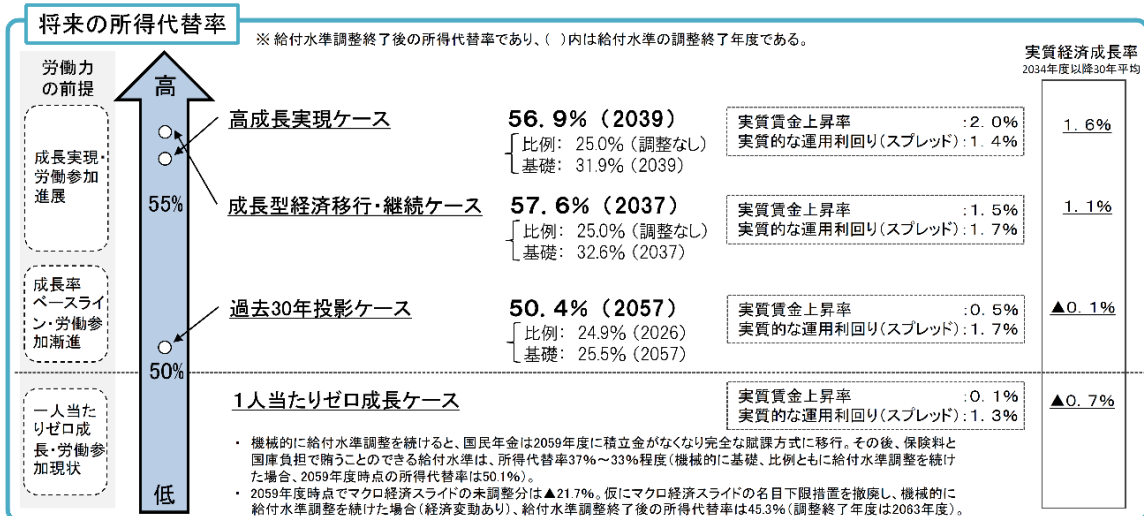
令和6年財政検証についての資料は厚生労働省のホームページ (<https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/nenkin/nenkin/zaisei-kensyo/index.html>) に公開しています。また、ウェブ漫画を用いて財政検証を分かりやすく説明するホームページ「いっしょに検証！公的年金」 (<http://www.mhlw.go.jp/nenkinkenshou/>) も作成していますので、是非そちらも併せてご覧ください。

※ 所得代替率とは、現役男子の平均手取り収入額（ボーナス込み）に対する厚生年金の標準的な年金受給世帯の年金額（現役男子の平均的な賃金で40年間働いた者の報酬比例年金と二人分の基礎年金の和）の比率のことをいう。財政検証では給付水準の尺度として用いられ、次の財政検証までの間に50%を下回ると見込まれる場合には、給付水準調整の終了について検討を行い、その結果に基づいて調整期間の終了その他の措置を講ずることとしている。

給付水準の調整終了年度と最終的な所得代替率の見通し（令和6（2024）年財政検証）

－ 幅広い複数ケースの経済前提における見通し －

足下の所得代替率 [※] （2024年度）	※ 公的年金の給付水準を示す指標。現役男子の平均手取り収入額に対する年金額の比率により表される。		
61.2%	比例：25.0%	所得代替率 = (夫婦2人の基礎年金 + 夫の厚生年金) / 現役男子の平均手取り収入額	
	基礎：36.2%	2024年度：61.2%	13.4万円 9.2万円 37.0万円
注：所得代替率に用いる年金額は、平成16年改正法附則第2条の規定に基づき前年度までの実質賃金上昇率を全て反映したものである。			



※ 最低賃金が2030年代半ばに1,500円(全国加重平均)となった場合、短時間労働者の厚生年金適用が増加する効果により基礎年金に係る所得代替率はさらに上昇。(高成長実現ケース: +0.4%ポイント、成長型経済移行・継続ケース: +0.4%ポイント、過去30年投影ケース: +0.3%ポイント)

注1: 試算における人口の前提は、中位推計(出生中位、死亡中位、入国超過数16.4万人)。

注2: 高成長実現ケースの実質経済成長率や実質賃金上昇率は成長型経済移行・継続ケースより高いものの、賃金を上回る実質的な運用利回り(スプレッド)が低いため、所得代替率は成長型経済移行・継続ケースより低くなっている。なお、平成26(2014)年財政検証においても同様の結果が生じている。

(2) 年金積立金の運用

年金積立金の運用については、「積立金が、被保険者から徴収された保険料の一部であり、かつ、将来の保険給付の貴重な財源となるものであることに特に留意し、専ら被保険者の利益のために、長期的な観点から安全かつ効率的に行う」ことが法律で定められています。

令和6年財政検証及び年金積立金の運用において将来合理的に期待できる運用利回りの水準を踏まえ、長期の実質的な運用利回り（年金積立金の運用利回りから名目賃金上昇率を差し引いたもの）1.9%を運用目標とし、厚生労働大臣が定めた年金積立金管理運用独立行政法人（GPIF）の中期目標において、「長期的に年金積立金の実質的な運用利回り1.9%を最低限のリスクで確保すること」とされています。^{※1}

これを受けて、GPIFにおいて、リターン・リスク等の特性が異なる複数の資産への分散投資を基本として、長期的な観点からの資産構成割合（基本ポートフォリオ）を定め、市場に与える影響に留意しつつ、年金積立金の管理・運用を行っています。

※1 年金給付費は基本的に名目賃金上昇率に連動して増減するため、これに対応して財政検証等を踏まえて設定された長期的な運用目標（令和6年財政検証等を踏まえた長期的な運用目標は名目賃金上昇率+1.9%）を確保することが重要です。

【GPIFの資産構成割合（基本ポートフォリオ）】

	国内債券	外国債券	国内株式	外国株式
資産構成割合	25%	25%	25%	25%
※カッコは乖離許容幅	(±6%)	(±5%)	(±6%)	(±6%)
	50% (±9%)		50% (±9%)	

(注1) 為替ヘッジ付き外国債券及び円建ての短期資産については国内債券に区分し、外貨建ての短期資産については外国債券に区分することとしています。

(注2) オルタナティブ資産（インフラストラクチャー、プライベートエクイティ、不動産その他経営委員会の議を経て決定するもの）は、リスク・リターン特性に応じて国内債券、国内株式、外国債券及び外国株式に区分し、資産全体の5%を上限としています。ただし、経済環境や市場環境の変化によって5%の上限遵守が困難となる場合には、経営委員会による審議・議決を経た上で、上振れを容認することとしています。

年金積立金は、ただちに取り崩す必要がない資金であるため、市場の一時的な変動に過度にとらわれる必要はなく、様々な資産を長期にわたって保有する「長期運用」により、安定的な収益の獲得を目指しています。長期的な運用においては、短期的な市場の動向により資産構成割合を変更するよりも、基本となる資産構成割合（基本ポートフォリオ）を決めて長期間維持していく方が、効率的で良い結果をもたらすとされています。GPIFでは、基本ポートフォリオに基づいて運用を行っており、実際の運用における資産構成割合が基本ポートフォリオから乖離した場合には適時適切に資産の入替え等（リバランス）を行っています。

株式は、短期的な価格変動リスクは債券よりも大きいものの、長期的に見た場合、債券よりも高い収益が期待できることから、株式を適切に組み入れて運用することで、最低限のリスクで年金財政上必要な利回りを確保することを目指しています。また、国内だけでなく、外国の様々な種類の資産に分散して投資することで、収益獲得の機会を増やし、世界中の経済活動から収益を得ると同時に、資産分散の効果により、大きな損失が発生する可能性を抑える運用を行っています。

6. 公的年金の財政

GPIF が重視しているリスクは、「市場の一時的な変動による短期的なリターンの変動（ブレ幅）」ではなく、「年金財政上必要とされている長期的な収益が得られないこと」であり、GPIF は、短期的なリターンの変動にも配慮しながら、長期的な収益が得られないリスクを抑えることを重視した運用を行っています。

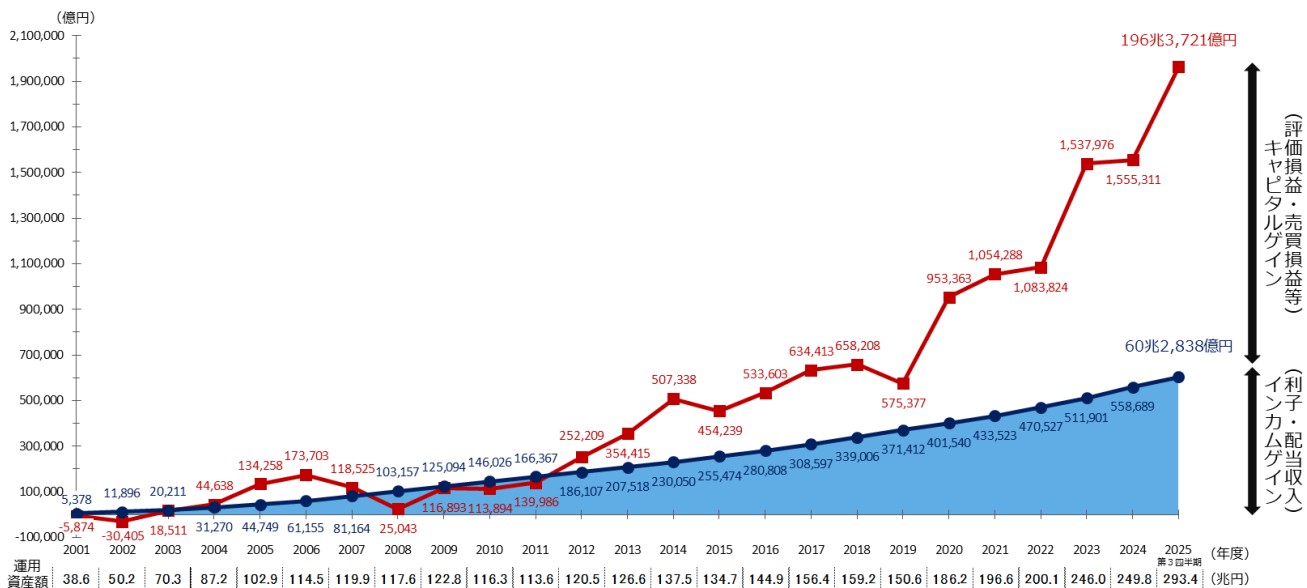
また、GPIF は、長期的な収益を確保する観点から、運用受託機関を通じた「建設的な対話」（エンゲージメント）等によるスチュワードシップ責任を果たすための活動や、財務的要素に加えて非財務的要素である ESG（環境・社会・ガバナンス）などのサステナビリティを考慮した投資に取り組んでいます。

GPIF は、年度及び四半期の運用状況を定期的に公表しています。GPIF の 2025 年度第 1 四半期から第 3 四半期までの運用状況（速報）は、内外株式の上昇等により、収益率+16.25%、収益額+40.8 兆円、運用資産額 293.4 兆円（2025 年度第 3 四半期末時点）となりました。自主運用^{※2}を開始した 2001 年度から 2025 年度第 3 四半期末までの累積では、収益率は+4.71%（年率）、収益額は約 196.4 兆円（うちインカムゲイン（利子・配当収入）は約 60.3 兆円）となっており、長期的にみても運用収益を着実に積み重ねています。また、年金積立金全体の実質的な運用利回りは、2001 年度以降の 24 年間の平均で 3.99%となり、運用目標（2015 年度から 2024 年度まで実質的な運用利回り+1.7%）を上回っています。

※2 2000 年度までは年金積立金の全額を旧大蔵省資金運用部（現在の財務省財政融資資金）に預託することによって運用していましたが、財政投融资改革により預託義務が廃止され、2001 年度からは厚生労働大臣が旧年金資金運用基金（GPIF の前身の組織）に年金積立金を寄託して管理・運用（自主運用）を行う仕組みに変わりました。

【GPIF の運用状況（2025 年度第 3 四半期末まで）】

2001 年度以降の累積収益額	約 196.4 兆円 （うちインカムゲイン約 60.3 兆円）
“ ” の収益率	4.71%



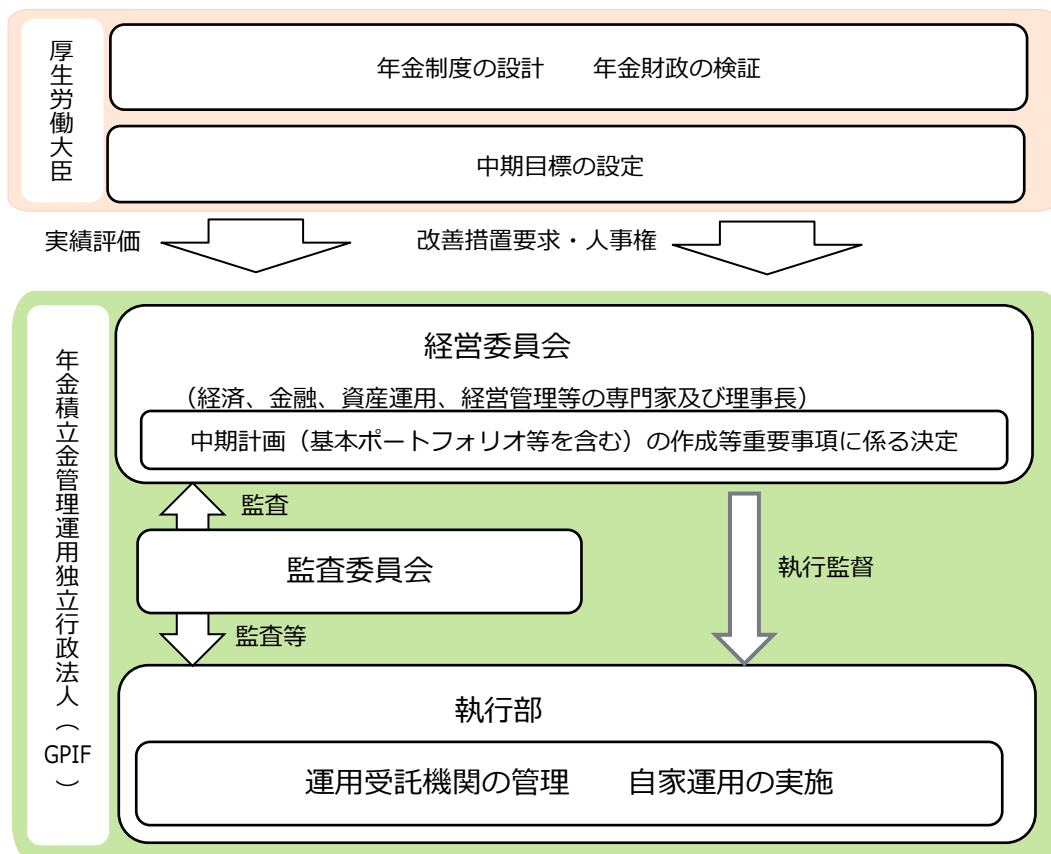
【年金積立金全体の運用実績（2024 年度末時点）】

		2001 年度からの平均
実績	名目運用利回り	4.18%
	名目賃金上昇率	0.18%
	実質的な運用利回り	3.99%

(数字は年率)

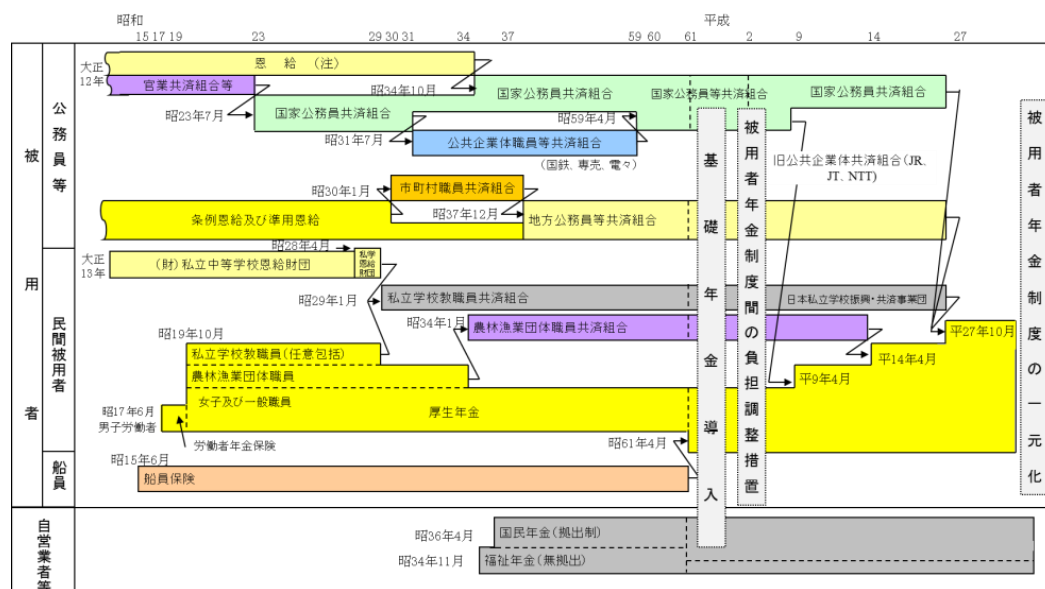
GPIF では、経済、金融、資産運用、経営管理等の専門家と理事長からなる経営委員会が、合議によって、中期計画（基本ポートフォリオ等を含む）の作成などの重要な意思決定を行うとともに、その決定に沿った執行が行われているかどうかを監督するというガバナンスの仕組みを採用しています。

【年金積立金運用の仕組み】



参考資料

図 1. 公的年金制度の沿革



(注) 明治6年に海軍退職令、同9年陸軍恩給令、同17年に官吏恩給令が公布され、これが明治23年、軍人恩給法、官吏恩給法に集約され、これが大正12年恩給法に統一された。

図 2. 主な年金制度改正の経緯

制度の創成	1942年	労働者年金保険法の発足
	1944年	厚生年金保険法に改称
	1954年	厚生年金保険法の全面改正
	1961年	国民年金法の全面施行（国民皆年金）
制度の充実	1965年	1万円年金
	1969年	2万円年金
	1973年	5万円年金、物価スライド制の導入、標準報酬の再評価等
高齢化への対応	1986年	基礎年金の導入、給付水準の適正化等
	1990年	被用者年金制度間の費用負担調整事業の開始
	1994年	厚生年金（定額部分）支給開始年齢の引上げ等
	1997年	三共済（JR共済・JT共済・NTT共済）を厚生年金に統合
	2000年	厚生年金の給付水準の5%適正化や裁定後の年金額の改定方法の見直し（賃金スライドから物価スライドへ）、厚生年金（報酬比例部分）の支給開始年齢引上げ 等
	2002年	農林共済を厚生年金に統合
	2004年	有限均衡方式、上限を固定した上での保険料率の段階的引上げ、基礎年金の国庫負担割合の2分の1への引上げ、積立金の活用、マクロ経済スライドの導入 等
	2009年	基礎年金国庫負担割合2分の1の実現
	2012年	社会保障・税一体改革 基礎年金国庫負担割合の恒久化 / 被用者年金一元化 等
	2016年	マクロ経済スライドの見直し（未調整部分の繰越し）、賃金・物価スライドの見直し（賃金変動に合わせた改定の徹底） 等
2020年	厚生年金の適用拡大、在職中の年金受給の在り方の見直し（在職老齢年金制度の見直し、在職定時改定の導入）、受給開始時期の選択肢の拡大 等	
2025年	厚生年金の適用拡大、遺族年金の見直し、在職老齢年金制度の見直し、将来の基礎年金の給付水準の底上げ 等	

表 1. 65 歳以上人口割合等の推移と見通し

	65 歳以上人口／全人口	65 歳以上人口／20 歳以上 65 歳未満人口
1960 年	5.7%	10.6% (9.5 人で 1 人)
1970 年	7.1%	11.7% (8.5 人で 1 人)
1980 年	9.1%	15.1% (6.6 人で 1 人)
1990 年	12.1%	19.6% (5.1 人で 1 人)
1995 年	14.6%	23.2% (4.3 人で 1 人)
2000 年	17.4%	27.9% (3.6 人で 1 人)
2005 年	20.2%	33.1% (3.0 人で 1 人)
2010 年	23.0%	39.0% (2.6 人で 1 人)
2015 年	26.6%	47.5% (2.1 人で 1 人)
2020 年	28.6%	51.9% (1.9 人で 1 人)
2030 年	30.8%	56.4% (1.8 人で 1 人)
2040 年	34.8%	67.6% (1.5 人で 1 人)
2050 年	37.1%	75.5% (1.3 人で 1 人)
2060 年	37.9%	77.2% (1.3 人で 1 人)
2070 年	38.7%	79.5% (1.3 人で 1 人)

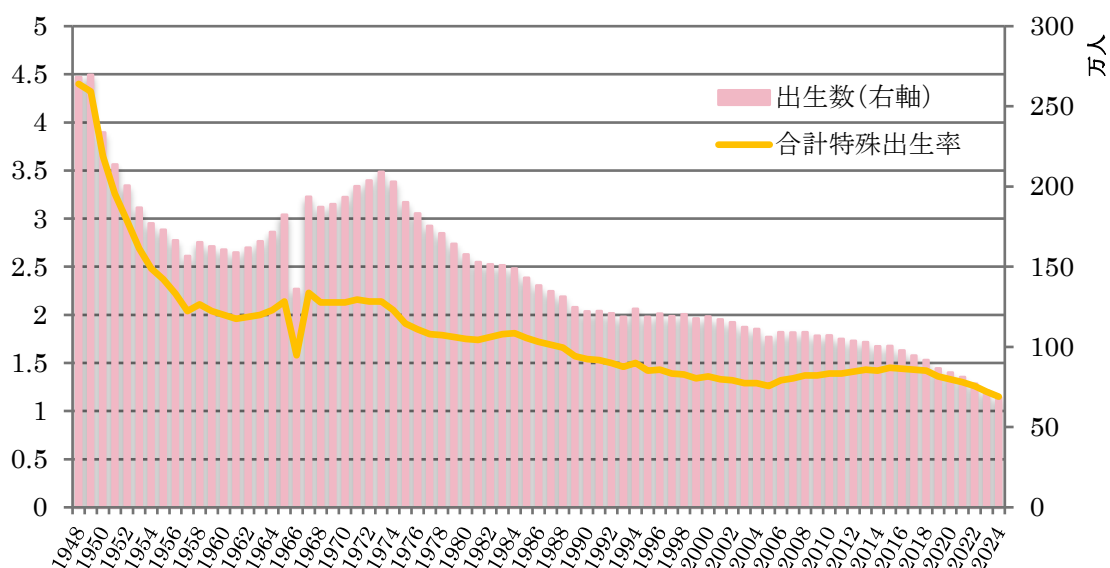
(資料) 総務省統計局「国勢調査」、「人口推計」、国立社会保障・人口問題研究所「日本の将来推計人口(令和 5 年推計(中位推計))」

表 2. 平均寿命の推移・国際比較(単位:年)

	平均寿命		国	平均寿命	
	男	女		男	女
1960 年	65.32	70.19	日本 (2020)	81.56	87.71
1970 年	69.31	74.66	カナダ (2018-2020)	79.82	84.11
1980 年	73.35	78.76	アメリカ (2020)	74.5	80.2
1990 年	75.92	81.90	スイス (2020)	81.0	85.1
1995 年	76.38	82.85	フランス (2020)	79.1	85.12
2000 年	77.72	84.60	ドイツ (2018-2020)	78.64	83.4
2005 年	78.56	85.52	イタリア (2020)	79.672	84.395
2010 年	79.55	86.30	イギリス (2018-2020)	79.04	82.86
2015 年	80.75	86.99	スウェーデン (2018)	80.78	84.25
2020 年	81.56	87.71	イギリス (2015-2017)	79.18	82.86

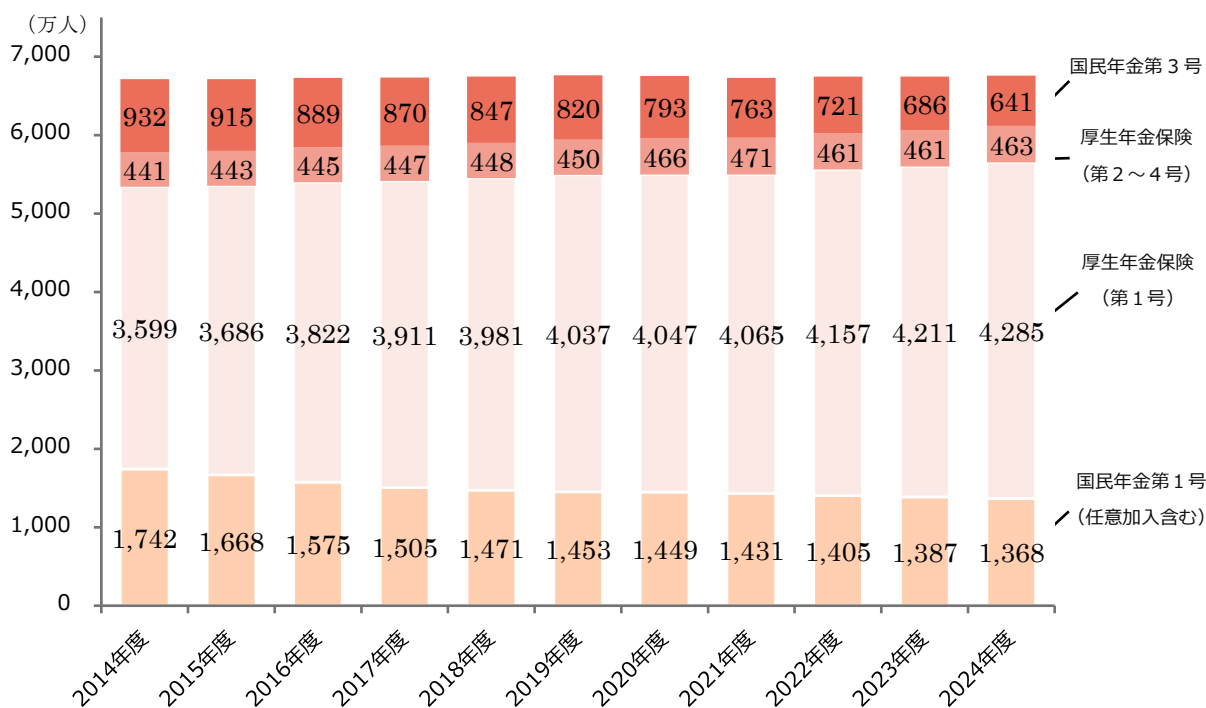
(資料) 厚生労働省政策統括官付参事官付 人口動態・保健社会統計室「第 23 回生命表(完全生命表)」

表 3. 出生数及び合計特殊出生率の年次推移



(資料) 厚生労働省政策統括官付参事官付人口動態・保健社会統計室「人口動態統計(確定数)」

表 4. 公的年金被保険者数の推移



(注1) 厚生年金保険(第1号)の被保険者は、2014年度以前は厚生年金保険の被保険者、2015年度以降は第1号厚生年金被保険者を計上している。

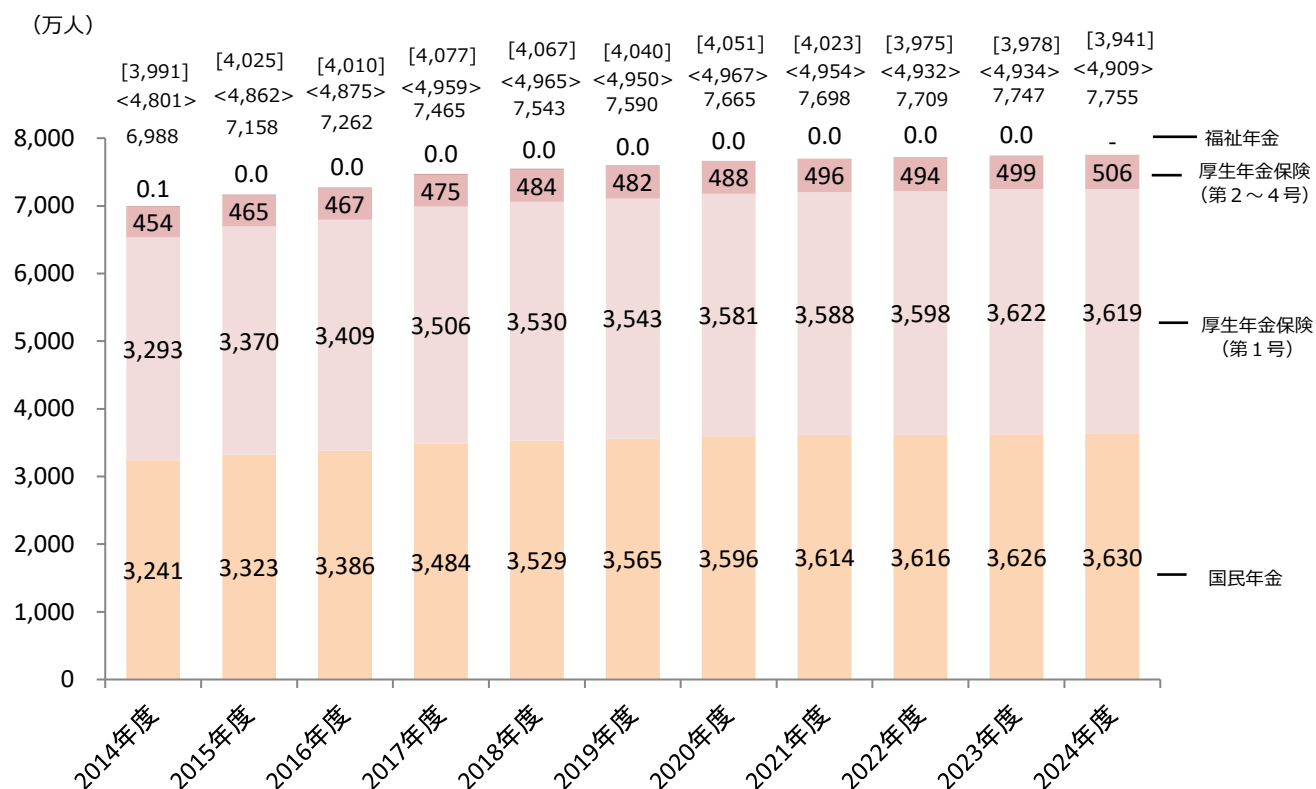
(注2) 厚生年金保険(第2~4号)の被保険者は、2014年度以前は共済組合の組合員、2015年度以降は第2~4号厚生年金被保険者を計上している。

表 5. 年金保険料額・保険料率の推移

	国民年金保険料額		厚生年金保険料率
2004 年度	13,300 円	2004 年 10 月～	13.934%
2005 年度	13,580 円	2005 年 9 月～	14.288%
2006 年度	13,860 円	2006 年 9 月～	14.642%
2007 年度	14,100 円	2007 年 9 月～	14.996%
2008 年度	14,410 円	2008 年 9 月～	15.350%
2009 年度	14,660 円	2009 年 9 月～	15.704%
2010 年度	15,100 円	2010 年 9 月～	16.058%
2011 年度	15,020 円	2011 年 9 月～	16.412%
2012 年度	14,980 円	2012 年 9 月～	16.766%
2013 年度	15,040 円	2013 年 9 月～	17.120%
2014 年度	15,250 円	2014 年 9 月～	17.474%
2015 年度	15,590 円	2015 年 9 月～	17.828%
2016 年度	16,260 円	2016 年 9 月～	18.182%
2017 年度	16,490 円	2017 年 9 月～	18.3%
2018 年度	16,340 円		
2019 年度	16,410 円		
2020 年度	16,540 円		
2021 年度	16,610 円		
2022 年度	16,590 円		
2023 年度	16,520 円		
2024 年度	16,980 円		
2025 年度	17,510 円		
2026 年度	17,920 円		

- ※ 会社員などの厚生年金保険料率の推移。私立学校教職員の厚生年金保険料率は 2027 年以降 18.3%で固定する。
- ※ 国民年金保険料額は、2004 年度以降毎年度 280 円ずつ引き上げ、2017 年度に 16,900 円に達した。なお、国民年金第 1 号被保険者の産前産後期間の保険料免除制度が施行されることに伴い、2019 年度以降は 17,000 円に引上げ（いずれも、2004 年の物価・賃金水準）。
- ※ 厚生年金保険料率は、2004 年以降毎年 0.354%ずつ引き上げ、2017 年 9 月以降 18.3%で固定。

表 6. 公的年金受給者数の推移



(注1) < >内は公的年金受給者数(延人数)から厚生年金保険(第1号)と基礎年金(同一の年金種別)を併給している者の重複分を控除した場合の受給者数である。

(注2) []内は重複のない実受給権者数である。

(注3) 厚生年金保険(第1号)の受給者は、2014年度以前は厚生年金の受給者を計上している。2015年度以降は、厚生年金保険受給者全体から、共済組合等の組合員等たる厚生年金保険の被保険者期間(2015年9月以前の共済組合等の組合員等の期間を含む)のみの者を除き、さらに、障害厚生年金受給者及び短期要件分の遺族厚生年金受給者について、それぞれ初診日又は死亡日に共済組合等の組合員等であった者を除いた者を計上している。

(注4) 厚生年金保険(第2~4号)の受給者は、2014年度以前は共済年金の受給者を計上している。2015年度以降は、国家公務員共済組合、地方公務員共済組合及び日本私立学校振興・共済事業団から支給される、厚生年金または共済年金の受給者を計上している。

(注5) 福祉年金の受給者は、2024年度末時点においては該当する計数はなしである。

表 7. 年金額の一覧 (2026年度)

[] 内は月額に換算した額

【国民年金】		
老齢基礎年金	84万7300円	[7万608円]
障害基礎年金 (1級)	105万9125円	[8万8260円]
(2級)	84万7300円	[7万608円]
遺族基礎年金 (子1人)	109万1100円	[9万925円]
基 本	84万7300円	[7万608円]
加 算	24万3800円	[2万316円]
【厚生年金】		
標準的な年金額 ^{※2}	284万7348円	[23万7279円]
障害厚生年金 (3級、最低保障額)	63万5500円	[5万2958円]
障害手当金 (最低保障額)	127万1000円	[10万5916円]

※1 年金額はいずれも昭和31年4月2日以後生まれの方の年金額である。

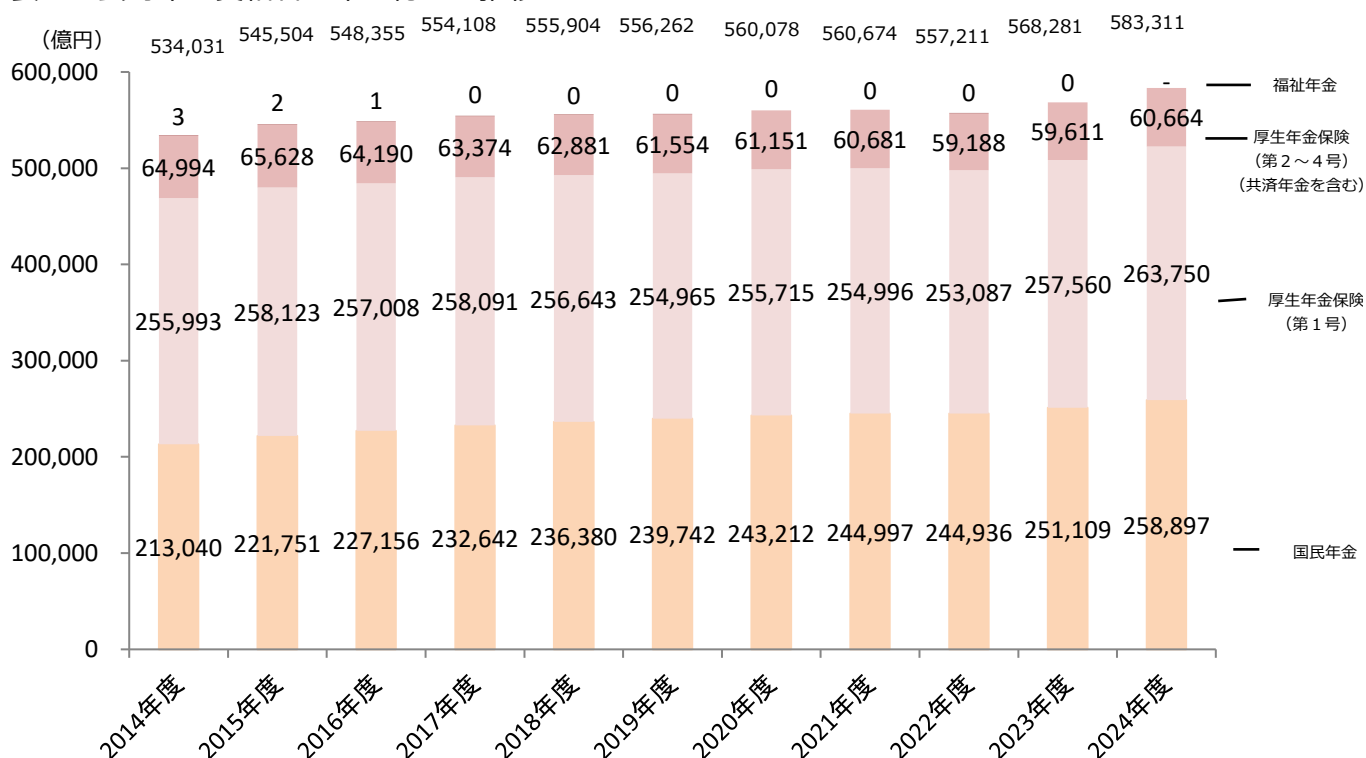
※2 男性の平均的な収入(平均標準報酬(賞与含む月額換算)45.5万円)で40年間就業した場合に受け取り始める年金(老齢厚生年金と2人分の老齢基礎年金(満額))の給付水準。

<年金額の改定に用いる各種指標の動向>

	2019年度	2020年度	2021年度	2022年度	2023年度	2024年度	2025年度	2026年度
① 物価変動率	1.0% (2018年)	0.5% (2019年)	0.0% (2020年)	▲0.2% (2021年)	2.5% (2022年)	3.2% (2023年)	2.7% (2024年)	3.2% (2025年)
② 実質賃金変動率 (3年度平均)	▲0.2% (2015-17年度)	▲0.1% (2016-18年度)	▲0.1% (2017-19年度)	▲0.2% (2018-20年度)	0.3% (2019-21年度)	▲0.1% (2020-22年度)	▲0.4% (2021-23年度)	▲1.1% (2022-24年度)
③ 可処分所得割合変化率	▲0.2% (2016年度)	▲0.1% (2017年度)	0.0% (2018年度)	0.0% (2019年度)	0.0% (2020年度)	0.0% (2021年度)	0.0% (2022年度)	0.0% (2023年度)
④ 名目手取り賃金変動率	0.6%	0.3%	▲0.1%	▲0.4%	2.8%	3.1%	2.3%	2.1%

(注) 名目手取り賃金変動率 = 物価変動率 + 実質賃金変動率 + 可処分所得割合変化率

表8. 公的年金受給者の年金総額の推移



(注1) 上記の受給者の年金総額とは、年度末現在の受給者について、その時点で決定済の年金額（年額）を合計したものである。また、年金額には一部支給停止されている金額を含む。

(注2) 厚生年金保険（第1号）受給者の年金総額は、2014年度以前は厚生年金の受給者の年金総額を計上している。2015年度以降は、厚生年金保険（第1号）受給者の年金総額を計上しており、老齢給付及び遺族年金（長期要件）については、2015年9月以前の厚生年金保険被保険者期間及び2015年10月以降の第1号厚生年金被保険者期間に係る年金総額を、2015年10月以降に受給権が発生した障害厚生年金及び遺族厚生年金（短期要件）については、共済組合等の組合員等たる厚生年金保険の被保険者期間（2015年9月以前の共済組合等の組合員等の期間を含む）を含めて算出した年金総額を計上している。

(注3) 厚生年金保険（第2～4号）の受給者の年金総額は、2014年度以前は共済年金の受給者の年金総額を計上している。2015年度以降は、国家公務員共済組合、地方公務員共済組合及び日本私立学校振興・共済事業団から支給される、厚生年金または共済年金の年金総額を計上している。

(注4) 厚生年金保険（第2～4号）の数値には、共済年金の職域加算部分を含む。

表9. 年金額（月額）の推移

※ 実際の年金額は年単位で計算され、2か月に1度、前月・前々月分をまとめて支払う。

	基礎年金	厚生年金 ^{※1}
2004年度	66,208円	233,299円
2005年度	66,208円	233,299円
2006年度	66,008円	232,591円
2007年度	66,008円	232,591円
2008年度	66,008円	232,591円
2009年度	66,008円	232,591円
2010年度	66,008円	232,591円
2011年度	65,741円	231,648円
2012年度	65,541円	230,940円
2013年4月～9月	65,541円	230,940円
2013年10月～	64,875円	228,591円
2014年度	64,400円	226,925円

※1 夫が平均的な収入（平均標準報酬月額（賞与を除く）36.0万円）で40年間就業し、妻がその期間全て専業主婦であった世帯が受け取り始めるときの年金額（夫婦2人分の基礎年金と夫の厚生年金）。

	基礎年金	厚生年金 ^{※2}
2015年度	65,008円	221,507円
2016年度	65,008円	221,504円
2017年度	64,941円	221,277円
2018年度	64,941円	221,277円
2019年度	65,008円	221,504円

※2 夫が平均的な収入（平均標準報酬額（賞与含む月額換算）42.8万円）で40年間就業し、妻がその期間全て専業主婦であった世帯が受け取り始めるときの年金額（夫婦2人分の基礎年金と夫の厚生年金）。

	基礎年金	厚生年金 ^{※3}
2020年度	65,141円	220,724円
2021年度	65,075円	220,496円
2022年度	64,816円	219,593円
2023年度	66,250円	224,482円 ^{※4}
2024年度	68,000円	230,483円 ^{※4}

※3 平均的な収入（平均標準報酬（賞与含む月額換算）43.9万円）で40年間就業した場合に受け取り始める年金（老齢厚生年金と2人分の老齢基礎年金（満額））の給付水準。

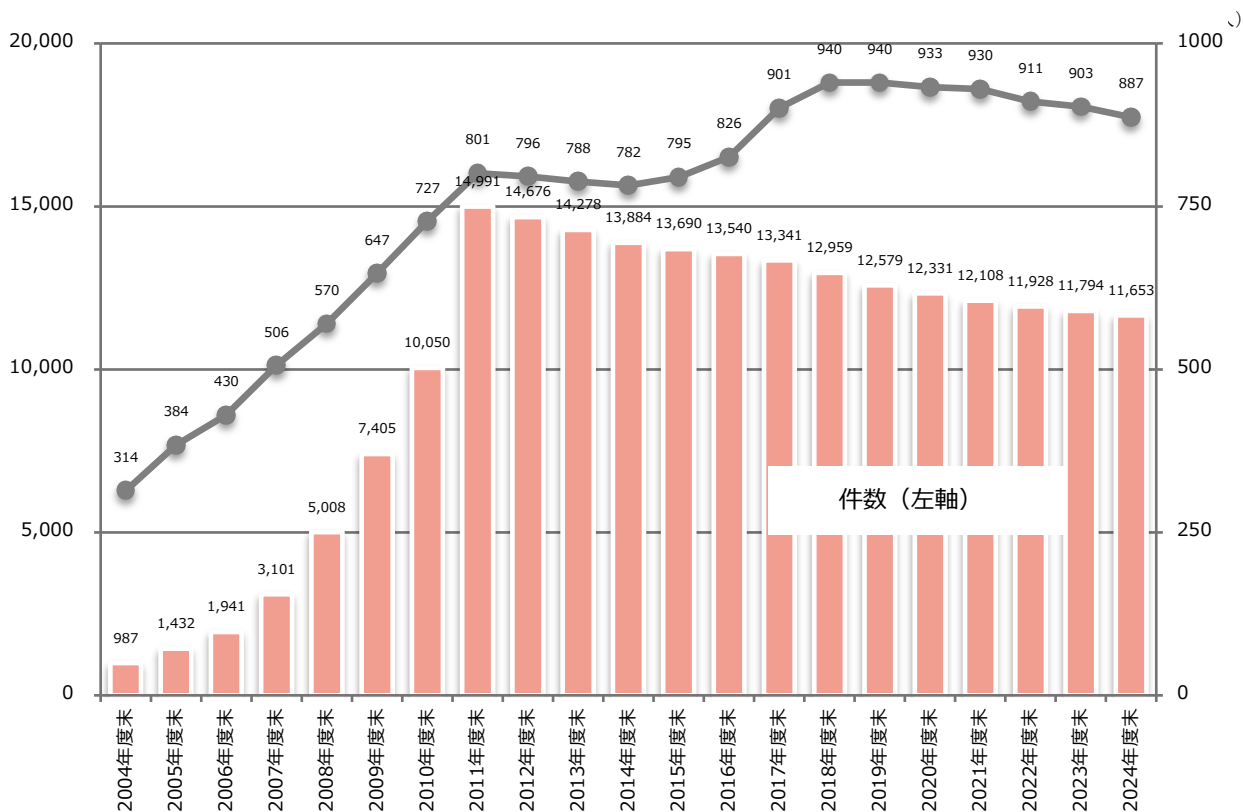
※4 年金額はいずれも昭和31年4月2日以後生まれの方の年金額である。

	基礎年金	厚生年金※ ⁵
2025年度	69,308円	232,784円※ ⁶
2026年度	70,608円	237,279円※ ⁶

※5 男性の平均的な収入（平均標準報酬（賞与含む月額換算）45.5万円）で40年間就業した場合に受け取り始める年金（老齢厚生年金と2人分の老齢基礎年金（満額））の給付水準。

※6 年金額はいずれも昭和31年4月2日以後生まれの方の年金額である。

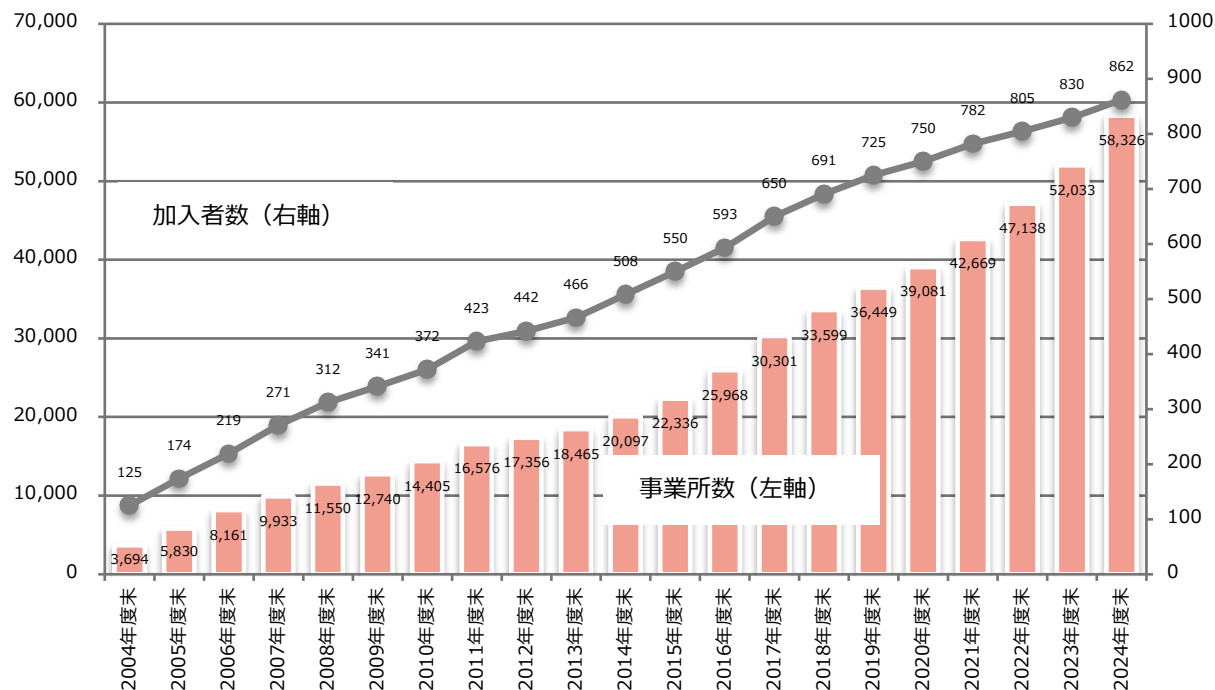
表 10. 確定給付企業年金の件数と加入者数



生命保険協会・信託協会・JA 共済連「企業年金の受託概況」

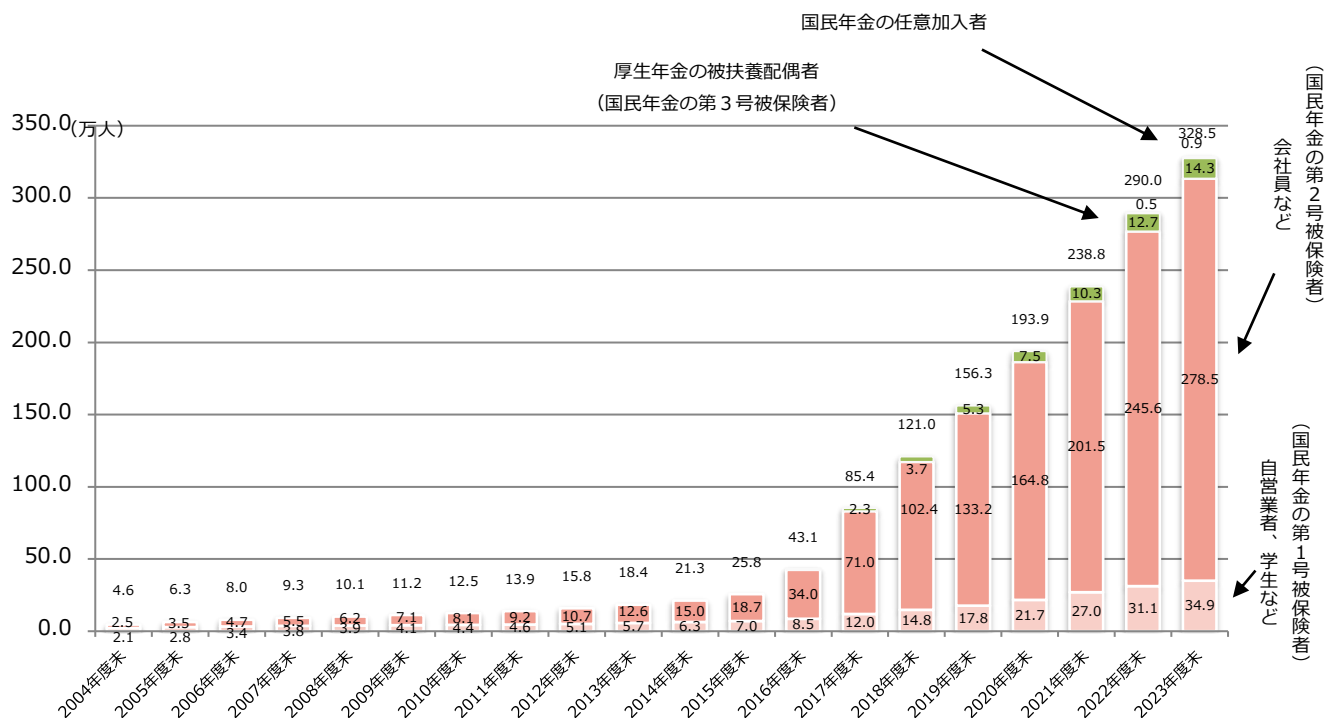
表 11. 確定拠出年金（企業型）の事業所数・加入者数

(万人)



運営管理機関連絡協議会「確定拠出年金統計資料」

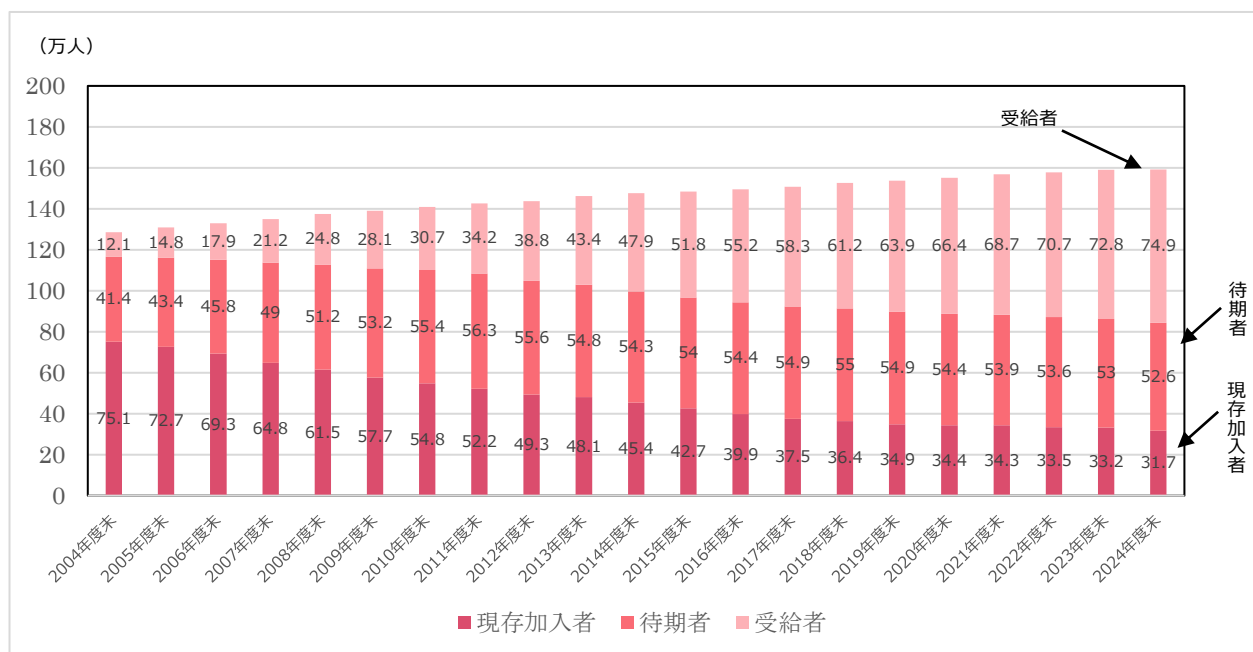
表 12. 確定拠出年金（個人型）の推移（加入者数）



国民年金基金連合会調べ

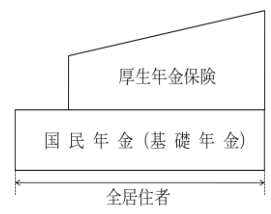
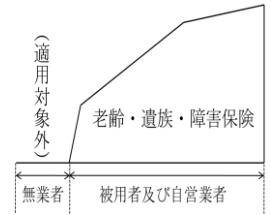
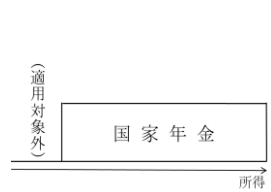
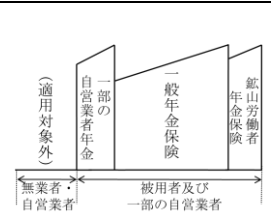
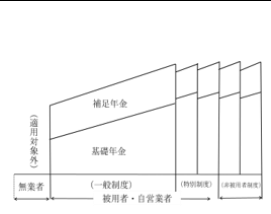
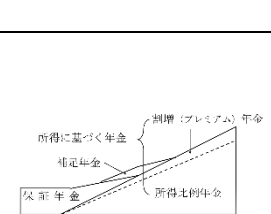
(加入者数は、下から国民年金第1号被保険者、国民年金第2号被保険者、国民年金第3号被保険者、国民年金任意加入者、全体の合計)

表 13. 国民年金基金制度の推移（現存加入員数・待期者・受給者）



(待期者には連合会移換者含む)

表 13. 主要国の年金制度の国際比較 (※1)

	制度体系	被保険者	保険料率 (一般被用者の場合)	支給開始年齢 (※7)	最低加入 期間	財政方式
日本		全居住者	厚生年金 18.3% (労使折半) 国民年金 月額17,920円 (2026年 度額)	厚生年金 ・男性：65歳 ・女性：63歳 (注) 女性は2030年度までに 65歳に引き上げ予定 基礎年金 65歳	10年	賦課方式
アメリカ		無業者を 除き 居住者は 原則加入	12.4% (労使折半)	66歳8か月 (注)2027年までに67歳 に引き上げ予定	40四半期 (10年相当) (※9)	賦課方式
英国 (※4)		一定以上 の所得の ある 居住者	21.8% (※4) (本人 : 8.0% 事業主 : 13.8%)	66歳 (注)2028年までに67歳 に引き上げ予定 (注)2046年までに68歳 に引き上げ予定	10年	賦課方式
ドイツ (※2)		居住して いる 被用者は 原則加入 (注) 医師、 弁護士等の 一部の自営 業者も加入	18.6% (労使折半)	66歳4か月 (注)2029年までに67歳 に引き上げ予定	5年	賦課方式
フランス (※2)		無業者を 除き 居住者は 原則加入	17.47% (※5) (本人 : 6.90% 事業主 : 10.57%)	満額拠出期間 (※8) を満たす場合 62歳9か月 (注) 2030年までに64 歳に引き上げ予定 満額拠出期間 を満たさない場合 67歳	なし	賦課方式
スウェーデン (※2、3)		一定以上 の所得の ある 居住者	17.21% (※6) (本人 : 7.0% 事業主 : 10.21%)	— (注)63歳以降本人が 受給開始時期を選択 (注) 2026年までに64歳に引上 げ予定	なし	賦課方式 (注)プレミ アム年金は 積立方式

※1 日本は2026年4月1日時点、日本以外は2025年4月1日時点。

- ※2 ドイツは一般年金保険、フランスは一般制度、スウェーデンは所得に基づく年金についての保険料率、支給開始年齢等をそれぞれ記載している。
- ※3 スウェーデンの保証年金は、低・無年金者に対して税財源により支給される制度である。支給開始年齢は66歳(2026年までに67歳に引上げ予定)で、現にスウェーデンに居住していること、かつ、3年以上のEU諸国等(うち1年以上はスウェーデン)での居住又は就労歴が必要。
- ※4 英国の保険料は、失業給付等の年金以外の種類の給付にも充てるものとして徴収されている。また、保険料率は、所得等に応じて異なる料率となる場合がある。
- ※5 フランスの保険料率は、所得に応じて異なる料率となる場合がある。
- ※6 スウェーデンの保険料率は、老齢年金に充てるものとして徴収されている保険料の料率であり、遺族年金等の保険料については、別途課せられ、事業主のみが負担する。
- ※7 上記の表における支給開始年齢とは、給付算定式で得られた額を増減額なく受け取ることができる年齢をいい、国によっては生年月日や職種等によって例外が設けられている場合がある。
- ※8 満額拠出期間とは、年金額の満額受給に必要な保険料拠出期間をいう。1962年生まれの者は42年3か月(169四半期)であるが、段階的に延長されており、1965年生まれの者以降は43年(172四半期)となる予定。
- ※9 所定の保険料納付に応じて、1年につき最大4単位分の保険料記録が付与されること、老齢年金の受給には、40単位分(10年相当)の保険料記録が必要となっている。

(資料) 各国政府の発表資料 ほか

お問い合わせ先

厚生労働省（代表）03-5253-1111			
章	節	担当課	内線
2. 保険料を納める	1～4	年金局 年金課	3336
3. 年金を受け取る	1～5	年金局 年金課	3336
4. 外国で生活する	1	年金局 国際年金課	3317
	2	年金局 年金課	3336
5. 私的年金に加入する	1～5	年金局 企業年金・個人年金課	3329
6. 公的年金の財政	1	年金局 数理課/年金課	3355/3336
	2	年金局 資金運用課	3343
・内容全般 ・担当課がわからないとき		年金局 総務課	3316

※ 公的年金に係る一連の運營業務（適用・徴収・記録管理・相談・決定・給付など）は日本年金機構が実施しています。これらに関するお問い合わせは「ねんきんダイヤル」（0570-05-1165）またはお近くの年金事務所までお問い合わせください。