

社会保険

2021年度

公益財団法人 年金シニアプラン総合研究機構

(注) 公益財団法人年金シニアプラン総合研究機構の許可なく当資料の全部又は一部の複製、転用、配布を禁じます。当資料に記載された金額等の数値は、資料の作成時点における法令、通知等に基づくものです。その後の法改正等により、変更となる場合がありますのでご注意ください。

Part 1 年金制度の基礎知識

1. 日本の年金制度	・・・	1
2. 国民年金と厚生年金の保険料	・・・	3
3. 受給できる年金の種類	・・・	5
4. 老齢年金の受給要件	・・・	6
5. 老齢年金の支給開始年齢	・・・	7
6. 老齢年金の受給額	・・・	9
7. 65歳になるまで受ける年金（特別支給の老齢厚生年金）	・・・	11
8. 65歳から受ける年金 （老齢基礎年金、老齢厚生年金、加給年金 他）	・・・	13
9. 老齢年金の請求手続き	・・・	22
10. 老齢年金の繰上げと繰下げ	・・・	23
11. 在職老齢年金	・・・	26
12. 受け取る年金額を増やすには	・・・	31

Part 2 定年前後の生活設計に役立つQ & A

- Q 1. 定年退職後の健康保険は何を基準に選べばいい？ …… 33
- Q 2. 大病して多額の医療費がかかったときは？ …… 37
- Q 3. 再就職で給与が大幅ダウン！ 何か打つ手はないか？ …… 41
- Q 4. 失業したとき雇用保険から失業給付をいくらもらえるの？ …… 45
- Q 5. 介護保険からのサービスを利用するにはどうすればいい？ …… 51
- Q 6. 夫が亡くなったときに妻が受給する遺族年金とは？ …… 57
- Q 7. 退職金や年金にも税金がかかる？ …… 61
- Q 8. 今後、年金が目減りしていくって聞いたけど、ホント？ …… 66
- Q 9. 病気やケガで障害が残った人の年金はどうなる？ …… 69
- Q 10. 熟年離婚したら、夫婦の年金はどうなる？ …… 72

参考資料

- 社会保険料の種類 76
- 「国民年金保険料」の納付免除制度 77
- 「国民年金保険料」の割引制度 78
- 50歳未満の方の年金見込額を計算してみましょう！ 79
- 退職後の健康保険料と介護保険料の例 81
- 高額療養費70歳以上の方の自己負担限度額 83
- 介護保険負担割合判定チャート 84
- 高額介護サービス費 85
- 高額医療・高額介護合算療養費制度 86
- 介護の〇〇について知りたい！ 87
- 主な収入が年金のときは確定申告は不要？ 88
- ホームページから最新情報を入手しよう！ 89

1. 日本の年金制度

個人型確定拠出年金 (iDeCo)



◆ 国民年金に20歳以上60歳未満の全国民が加入する義務がある。



- * 1 厚生年金の被保険者期間は70歳未満であるが、年金の受給権のある65歳以上の人は国民年金の第2号被保険者とはならない。
- * 2 501人以上（令和4年10月からは101人以上。令和6月10月からは51人以上）の企業等で働く短時間労働者（労働時間が週20時間以上、月収が8万8000円以上（年収106万円以上））は、第2号被保険者となる。

「種別」が変更になった場合は変更手続きが必要！

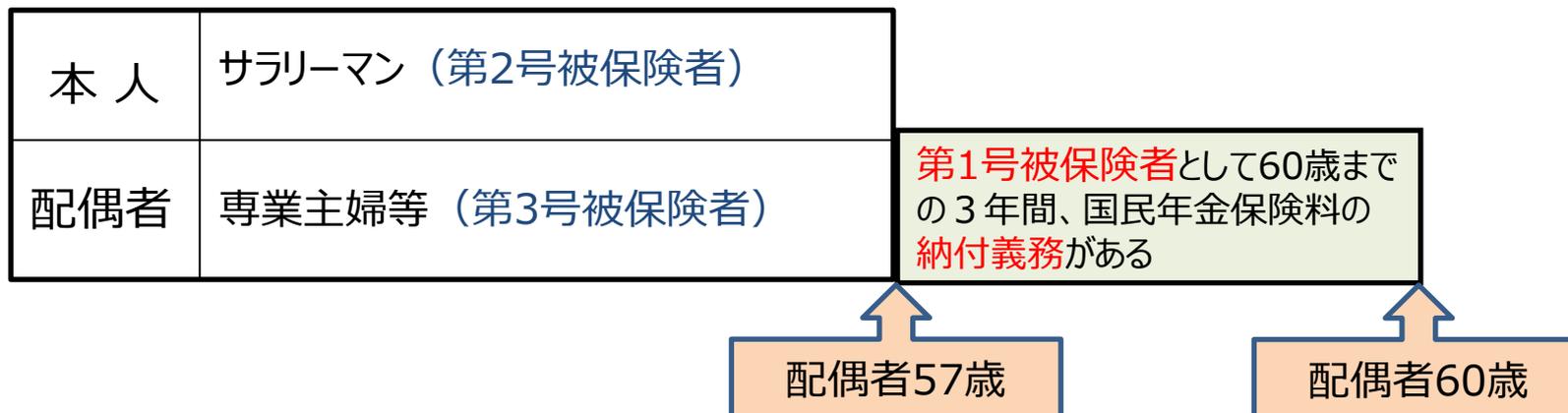


【事例】 本人が会社を退職した時、または本人が65歳になった時（第2号被保険者でなくなる）に60歳未満の第3号被保険者の配偶者がいる場合



配偶者は、第2号被保険者に扶養されている者でなくなるため、種別の変更（3号→1号）手続きが必要！

本人60歳で退職



配偶者は第1号被保険者への種別変更手続き
住所地の市区町村の国民年金課へ（2週間以内）

2. 国民年金と厚生年金の保険料

① 第1号被保険者

- ・ 国民年金保険料（一定額）
- ・ 令和3年度の国民年金保険料は 月額 16,610円

法定上の国民年金保険料は17,000円で定額。
ただし毎年物価・賃金の変動に応じて見直される

② 第2号被保険者

- ・ 厚生年金保険料（標準報酬月額×保険料率）、（標準賞与額×保険料率）
- ・ 保険料率は 18.30%（本人負担 9.15%）

③ 第3号被保険者

- ・ 個人の保険料負担はなく、厚生年金から費用が拠出される

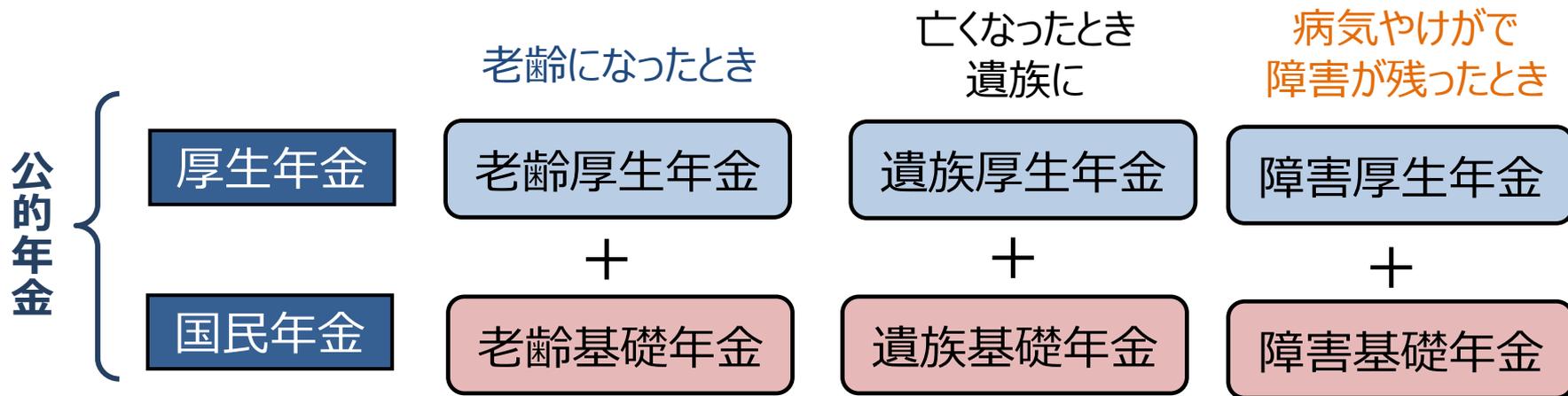
厚生年金保険 標準報酬月額等級表

厚生年金保険の保険料は、下記の標準報酬月額等級表に基づいて、事業主と従業員が半分ずつ負担する。賞与の保険料は、1回につき150万円を上限とし、実際に支払われた額（1,000円未満切捨）に保険料率を乗じた額。

等級	標準報酬	給与月額 (円)	等級	標準報酬	給与月額 (円)
1	88,000	93,000 未満	17	260,000	250,000 以上 270,000 未満
2	98,000	93,000 以上 101,000 未満	18	280,000	270,000 以上 290,000 未満
3	104,000	101,000 以上 107,000 未満	19	300,000	290,000 以上 310,000 未満
4	110,000	107,000 以上 114,000 未満	20	320,000	310,000 以上 330,000 未満
5	118,000	114,000 以上 122,000 未満	21	340,000	330,000 以上 350,000 未満
6	126,000	122,000 以上 130,000 未満	22	360,000	350,000 以上 370,000 未満
7	134,000	130,000 以上 138,000 未満	23	380,000	370,000 以上 395,000 未満
8	142,000	138,000 以上 146,000 未満	24	410,000	395,000 以上 425,000 未満
9	150,000	146,000 以上 155,000 未満	25	440,000	425,000 以上 455,000 未満
10	160,000	155,000 以上 165,000 未満	26	470,000	455,000 以上 485,000 未満
11	170,000	165,000 以上 175,000 未満	27	500,000	485,000 以上 515,000 未満
12	180,000	175,000 以上 185,000 未満	28	530,000	515,000 以上 545,000 未満
13	190,000	185,000 以上 195,000 未満	29	560,000	545,000 以上 575,000 未満
14	200,000	195,000 以上 210,000 未満	30	590,000	575,000 以上 605,000 未満
15	220,000	210,000 以上 230,000 未満	31	620,000	605,000 以上 635,000 未満
16	240,000	230,000 以上 250,000 未満	32	650,000	635,000 以上

※標準報酬月額は原則として毎年4月～6月の給与（残業手当・通勤手当・住宅手当等諸手当を含む）の平均給与を基に算出し、9月（10月支給給与）から翌8月（9月支給給与）まで適用。途中で2等級以上の変動があれば見直される。

3. 受給できる年金の種類



※第1号被保険者期間、第3号被保険者期間のみの場合は、国民年金（基礎年金）の部分のみが支給。

- 公的年金の特徴
- 保障** 老後だけでなく、障害者や遺族になったときにも保障がある。
 - 終身** 老後は生涯年金を受けることができる。
 - 安定** 国が運営しており、年金の給付に必要な財源の一部を国が負担している。
 - 控除** 支払った保険料は全額社会保険料控除になる。

4. 老齢年金の受給要件

◆厚生年金・国民年金を受給するために必要な受給資格期間

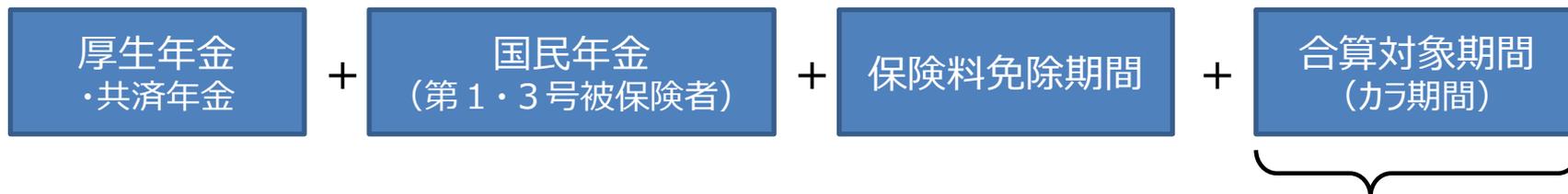


10年



※ 受給資格期間は保険料納付済期間と保険料免除期間等を合算する。

← (保険料納付済期間) →



〔合算対象期間〕

昭和36年4月以降で20歳から60歳の中に国民年金に任意加入していない人に、受給資格期間には算入するが、年金額には反映しない期間として設けられたもの。
例えば、国民年金に任意加入だった昭和36年4月から昭和61年3月までのサラリーマンの配偶者であった期間 など

5. 老齢年金の支給開始年齢

老齢年金の支給開始年齢は**65歳**

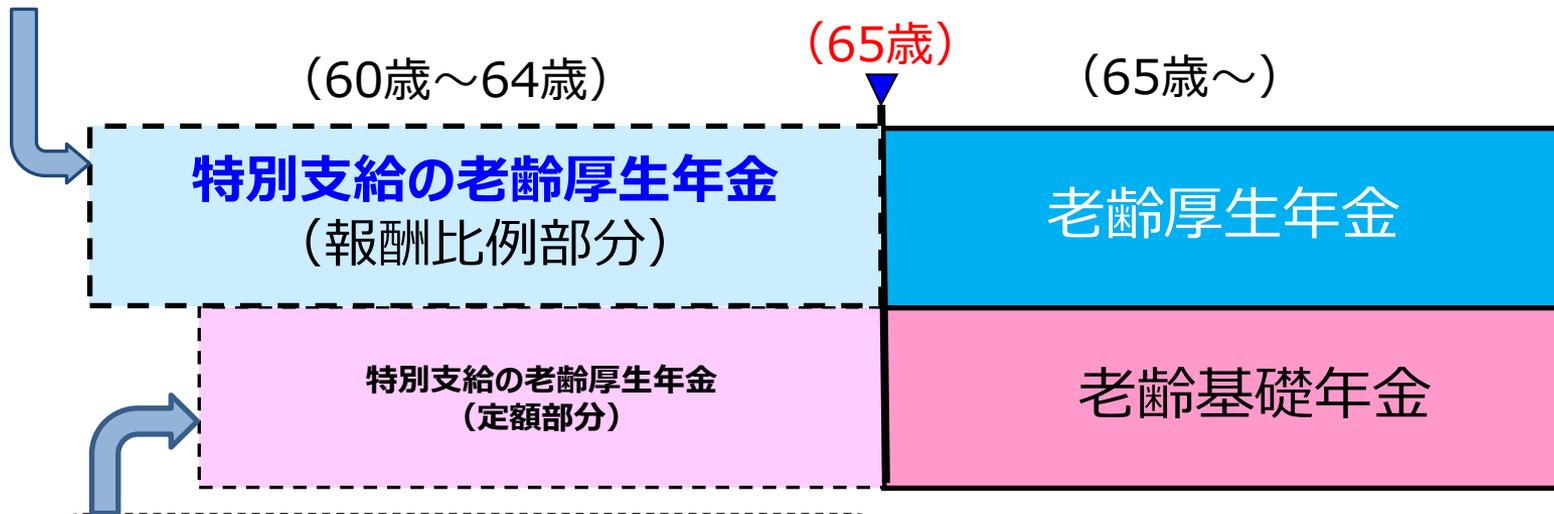


しかし、かつては60歳から受け取れるルールだったことから、昭和36年4月1日以前に生まれた人（女性は5年遅れ）については、生年月日に応じて「**特別支給の老齢厚生年金**」が支給される

【特別支給の老齢厚生年金（報酬比例部分）の支給対象者】

（男性）昭和36年4月1日以前生まれ

（女性）昭和41年4月1日以前生まれ



【特別支給の老齢厚生年金（定額部分）の支給対象者】

（男性）昭和24年4月1日以前生まれ

（女性）昭和29年4月1日以前生まれ

受給開始年齢と受けられる年金

生年月日	年 齢	受 け ら れ る 年 金					
		60 歳	61 歳	62 歳	63 歳	64 歳	65 歳
男 昭和 16.4.1 以前		(報酬比例部分)					老齢厚生年金
女 昭和 21.4.1 以前		(定額部分)					老齢基礎年金
男 昭和 16.4.2 ~ 18.4.1		(報酬比例部分)					老齢厚生年金
女 昭和 21.4.2 ~ 23.4.1			(定額部分)				老齢基礎年金
男 昭和 18.4.2 ~ 20.4.1		(報酬比例部分)					老齢厚生年金
女 昭和 23.4.2 ~ 25.4.1				(定額部分)			老齢基礎年金
男 昭和 20.4.2 ~ 22.4.1		(報酬比例部分)					老齢厚生年金
女 昭和 25.4.2 ~ 27.4.1					(定額部分)		老齢基礎年金
男 昭和 22.4.2 ~ 24.4.1		(報酬比例部分)					老齢厚生年金
女 昭和 27.4.2 ~ 29.4.1						(定額部分)	老齢基礎年金
男 昭和 24.4.2 ~ 28.4.1		(報酬比例部分)					老齢厚生年金
女 昭和 29.4.2 ~ 33.4.1							老齢基礎年金
男 昭和 28.4.2 ~ 30.4.1			(報酬比例部分)				老齢厚生年金
女 昭和 33.4.2 ~ 35.4.1							老齢基礎年金
男 昭和 30.4.2 ~ 32.4.1				(報酬比例部分)			老齢厚生年金
女 昭和 35.4.2 ~ 37.4.1							老齢基礎年金
男 昭和 32.4.2 ~ 34.4.1					(報酬比例部分)		老齢厚生年金
女 昭和 37.4.2 ~ 39.4.1							老齢基礎年金
男 昭和 34.4.2 ~ 36.4.1						(報酬比例部分)	老齢厚生年金
女 昭和 39.4.2 ~ 41.4.1							老齢基礎年金
男 昭和 36.4.2 以降							老齢厚生年金
女 昭和 41.4.2 以降							老齢基礎年金

特別支給の老齢厚生年金

6. 老齢年金の受給額

(「ねんきん定期便」で自分の年金額を確認する)

50歳以上の方へ送付される
「ねんきん定期便」の見本

(例) 昭和40年6月1日生まれの女性

64歳から一年間は
特別支給の老齢厚生年金（報酬比例部分）が支給される

65歳から終身、老齢基礎年金と老齢厚生年金が支給される

2. 老齢年金の種類と見込額（1年間の受取見込額）

受給開始年齢	歳～	歳～	64歳～	65歳～
(1)国民年金				老齢基礎年金 741,000円
(2)厚生年金保険	特別支給の・・	特別支給の・・	特別支給の老齢厚生年金 (報酬比例部分) 1,220,000円	老齢厚生年金 (報酬比例部分) 1,220,000円
			(定額部分) 円	(経過的加算部分) 456円
一般厚生年金期間				
(1)と(2)の合計			1,220,000円	1,961,456円

※現在の加入状況が60歳まで継続すると仮定して見込額を計算している。

※一般厚生年金期間の報酬比例部分には、厚生年金基金の代行部分を含んでいる。

※配偶者がいる場合、条件により表示されている金額に加給年金が加算される。

※「ねんきん定期便」、50歳以上の方用と50歳未満の方用とは、様式が異なり、記載されている老齢年金の見込額が、50歳未満の場合は、これまでの加入実績に応じた年金額となっている。



あなたの年金

簡単便利な

ねんきんネットで!

自宅でも、外出先でも
24時間確認できる!



将来受け取る
年金の見込額が
簡単にわかる!

最新の年金記録を
確認できる!

ねんきん定期便や
年金振込通知書などを
パソコンでダウンロードできる!



ねんきん太郎
「ねんきんネット」マスコット

「ねんきんネット」がよくわかる!

昔ばなし風アニメーション配信中

「ねんきんネット」は、インターネットを通じてご自身の年金の情報を手軽に確認できるサービス

「ねんきんネット」を利用するには、
⇒ 利用登録（ユーザIDの取得）が必要

利用登録の際には、
⇒ アクセスキー（ユーザIDを取得する際に使用する17桁の番号で、毎年誕生月に送付する「ねんきん定期便」内に記載されている）及び基礎年金番号、メールアドレスが必要

⇒ アクセスキーをお持ちでない方は、基礎年金番号やメールアドレス等を入力してユーザIDを取得（郵送）する

ユーザID・パスワードを使用して、「ねんきんネット」へログインする

お問い合わせ先：ねんきん定期便・ねんきんネット等専用ダイヤル
0570-058-555

詳しくは「ねんきんネット」で検索

ねんきんネット 検索



スマートフォンはこちら!



7. 65歳になるまで受ける年金 (特別支給の老齢厚生年金)

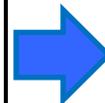
公的年金の支給開始年齢が65歳となったことにより、厚生年金保険加入者に対して、生年月日に応じて経過的に厚生年金保険から支給される

【支給対象者】

(男性) 昭和36年4月1日以前生まれ

(女性) 昭和41年4月1日以前生まれ

※老齢基礎年金の受給資格(10年)を満たし、
厚生年金保険被保険者期間が**1年以上**ある人



生年月日に応じて

- ①「特別支給の老齢厚生年金(報酬比例部分)」
- ②「特別支給の老齢厚生年金(定額部分)」が
60～64歳の間支給される。

(注) 上記以降生まれの人には「特別支給の老齢厚生年金」は支給されない!

【厚生年金の長期加入者の特例】

厚生年金の加入期間(共済組合等の期間は含まず)が**44年以上**あれば報酬比例部分の支給開始時から、または報酬比例部分の支給開始以後に44年以上となった場合はその時点から**定額部分が併せて支給される**。なお、**厚生年金被保険者でないことが必要**。

- ・(男性) 昭和16年4月2日～昭和36年4月1日生まれ、
- ・(女性) 昭和21年4月2日～昭和41年4月1日生まれであること。

「特別支給の老齢厚生年金」の計算式

① 特別支給の老齢厚生年金（定額部分）

1,628円 × 改定率（令和3年度は1.000） × 被保険者期間の月数

② 特別支給の老齢厚生年金（報酬比例部分）

- ・標準報酬月額とは、厚生年金保険料を算出する基礎となるもので、給与・残業手当・管理職手当・扶養手当・住宅手当・通勤手当の支給額を基に算定され、88,000円～650,000円の32等級に分かれている。
- ・平均標準報酬額は、平成15年4月以降の標準報酬月額と標準賞与額の総額を被保険者期間の月数で割った金額。

$$\left[\begin{array}{l} \text{平均標準} \\ \text{報酬月額} \end{array} \times \frac{7.125^{*1}}{1000} \times \begin{array}{l} \text{平成15年3月までの} \\ \text{被保険者期間の月数} \end{array} \right] +$$

(*1)H12年の年金改正後（5%給付適正化）
の昭和21.4.2以降生まれの人の乗率

$$\left[\begin{array}{l} \text{平均標準} \\ \text{報酬額} \end{array} \times \frac{5.481^{*2}}{1000} \times \begin{array}{l} \text{平成15年4月以後の} \\ \text{被保険者期間の月数} \end{array} \right]$$

(*2)H12年の年金改正後（5%給付適正化）
の昭和21.4.2以降生まれの人の乗率

※H12年の年金改正により、給付適正化が図られたが、「従前額保障」が設けられ、本来水準との比較がなされ、高い方が給付される。
ここでは本来水準の計算式を表示。

◆特別支給の老齢厚生年金 = 「報酬比例部分」+「定額部分」

8. 65歳から受ける年金（老齢基礎年金＋老齢厚生年金）

65歳から**終身**「老齢基礎年金」と「老齢厚生年金」が**支給**される



「老齢基礎年金」の計算式

$$\begin{array}{c} \text{※ } \underline{780,900\text{円}} \\ \text{(令和3年度の満額)} \end{array} \times \frac{\text{国民年金の保険料納付済期間}}{40\text{年 (加入可能年数)} \times 12\text{ヶ月}}$$

【国民年金の保険料納付済期間】

国民年金の保険料納付済期間は次の期間の合計。

- ① 国民年金の第1号被保険者として保険料を納めた期間
(20歳以上の自営業・学生・非正規雇用者で保険料を納めた期間)
- ② 国民年金の第2号被保険者として20歳以上60歳未満の期間
(20歳未満及び60歳以上の厚生年金等に加入していた期間は合算対象期間となり、国民年金の保険料納付済期間には参入されない)
- ③ 国民年金の第3号被保険者としての期間

「老齢厚生年金」の計算式

【支給対象者】

老齢基礎年金の受給資格（10年）を満たし、
厚生年金保険被保険者期間が**1ヵ月以上**ある人



特別支給の老齢厚生年金（報酬比例部分）と同じ計算式 → p12 ②

$$\left[\begin{array}{l} \text{平均標準} \\ \text{報酬月額} \end{array} \times \frac{7.125^{*1}}{1000} \times \begin{array}{l} \text{平成15年3月までの} \\ \text{被保険者期間の月数} \end{array} \right] +$$

(*1)H12年の年金改正後（5%給付適正化）
の昭和21.4.2以降生まれの人の乗率

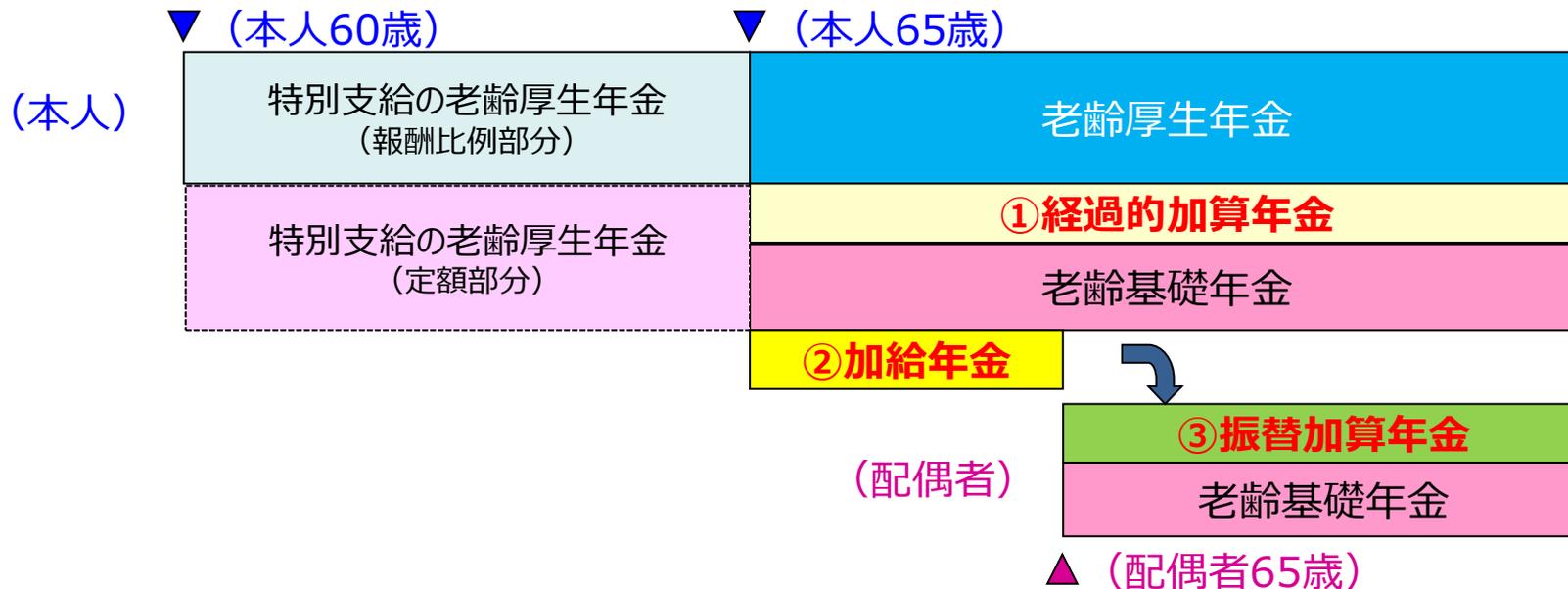
$$\left[\begin{array}{l} \text{平均標準} \\ \text{報酬額} \end{array} \times \frac{5.481^{*2}}{1000} \times \begin{array}{l} \text{平成15年4月以後の} \\ \text{被保険者期間の月数} \end{array} \right]$$

(*2)H12年の年金改正後（5%給付適正化）
の昭和21.4.2以降生まれの人の乗率

※H12年の年金改正により、給付適正化が図られましたが、「従前額保障」が設けられ、本来水準との比較がなされ、高い方が給付される。
ここでは本来水準の計算式を表示。

- 標準報酬月額とは、厚生年金保険料を算出する基礎となるもので、給与・残業手当・管理職手当・扶養手当・住宅手当・通勤手当の支給額を基に算定され、**88,000円～650,000円**の32等級に分かれている。
- 平均標準報酬額は、平成15年4月以降の標準報酬月額と標準賞与額の総額を被保険者期間の月数で割った金額。

65歳になると「老齡基礎年金」と「老齡厚生年金」に加え、次の①～③のような年金が加算される場合がある。



①【経過的加算年金】

65歳から支給される老齡基礎年金は、年金制度改正による給付適正化により、特別支給の老齡厚生年金の定額部分より当分の間は少ない金額となるため、特別支給の老齡厚生年金(定額部分)から老齡基礎年金に変わっても年金額が減少しないように調整として支給されるもの。また、20歳未満及び60歳以上の厚生年金の加入期間分は、経過的加算年金として支給される。

②【加給年金】

(支給要件)

- ・厚生年金に20年以上加入
- ・60歳代前半で特別支給の老齢厚生年金の定額部分を受給しているか、または65歳以上で老齢厚生年金を受給していること
- ・65歳未満の配偶者（配偶者の年収は850万円未満）
または年度末年齢18歳未満の子がいること



(支給額)

- ・配偶者：390,500円（配偶者の特別加算額含む）
- ・第1子、第2子：各224,700円、第3子以降：子1人につき74,900円

(支給期間)

- ・配偶者が65歳になるまで、または子どもが18歳の年度末まで

(注) ただし、厚生年金に20年以上加入している配偶者が特別支給の老齢厚生年金を受けられる場合はその支給開始まで → 事例③、④

③【振替加算年金】

第3号被保険者制度ができる前の昭和61年3月に20歳以上で、厚生年金や国民年金に任意加入した期間がない人は低額の老齢基礎年金となるため、**昭和41年4月1日以前生まれの妻（夫）**には、妻（夫）が65歳になるまで夫（妻）の年金に加算されていた加給年金額に代わって、**妻（夫）自身の老齢基礎年金に加算**（終身支給）されるもの → 事例①、②

(注) 配偶者が厚生年金に20年以上加入していて老齢基礎年金を受給した場合は支給されない
→ 事例③、④

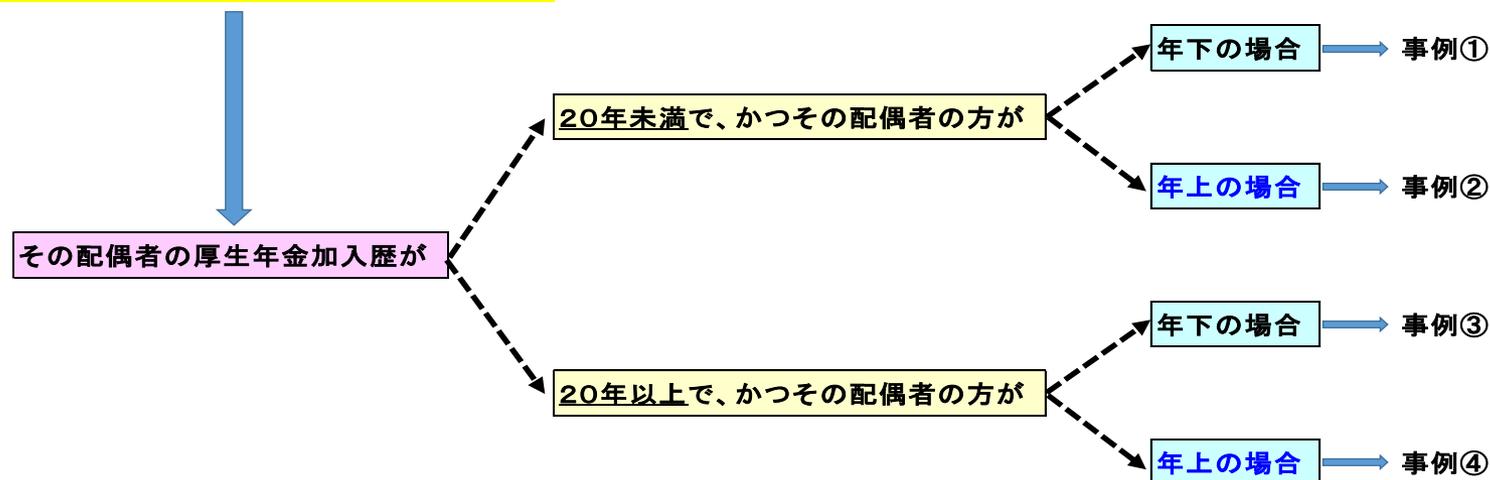
振替加算年金の支給額（年間） 令和3年度

生年月日(配偶者)	支給額	生年月日	支給額
昭和24.4.2 ~ 25.4.1	86,959円	昭和33.4.2 ~ 34.4.1	33,031円
昭和25.4.2 ~ 26.4.1	80,892円	昭和34.4.2 ~ 35.4.1	26,964円
昭和26.4.2 ~ 27.4.1	74,825円	昭和35.4.2 ~ 36.4.1	20,897円
昭和27.4.2 ~ 28.4.1	68,983円	昭和36.4.2 ~ 37.4.1	15,055円
昭和28.4.2 ~ 29.4.1	62,916円	昭和37.4.2 ~ 38.4.1	
昭和29.4.2 ~ 30.4.1	56,849円	昭和38.4.2 ~ 39.4.1	
昭和30.4.2 ~ 31.4.1	51,007円	昭和39.4.2 ~ 40.4.1	
昭和31.4.2 ~ 32.4.2	44,940円	昭和40.4.2 ~ 41.4.1	
昭和32.4.2 ~ 33.4.1	38,873円	昭和41.4.2 以降	0円

(注) 昭和41.4.2以降生まれの場合には振替加算は行われぬ。

「加給年金・振替加算支給事例 (p18~p21)」の何れに該当するか？ 判別フロー

ご本人の厚生年金加入歴が20年以上あって、

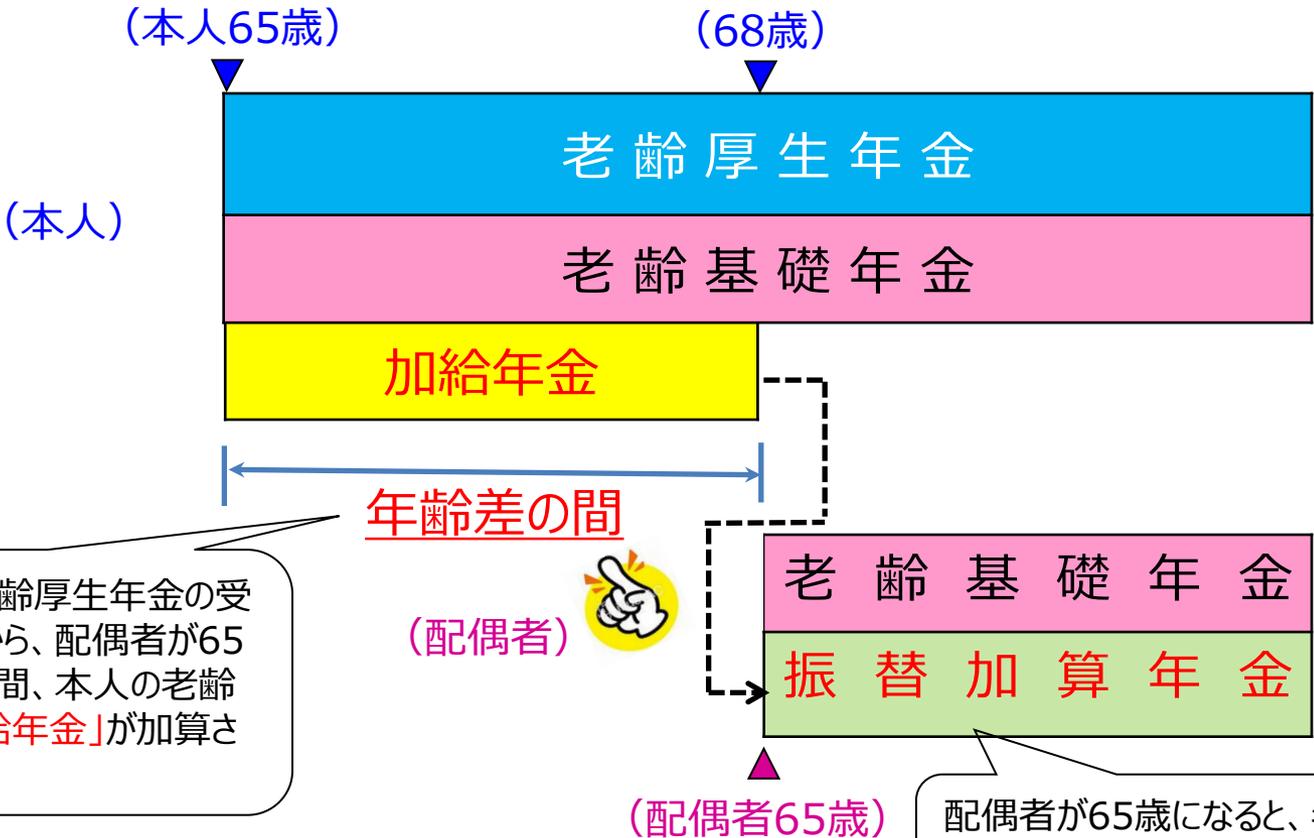


加給年金・振替加算年金支給事例

事例① 配偶者の厚生年金加入歴が20年未満で、その配偶者が年下

(本人) 昭和37年5月5日生まれ サラリーマン

(配偶者) 昭和40年5月5日生まれ 厚生年金加入歴が20年未満



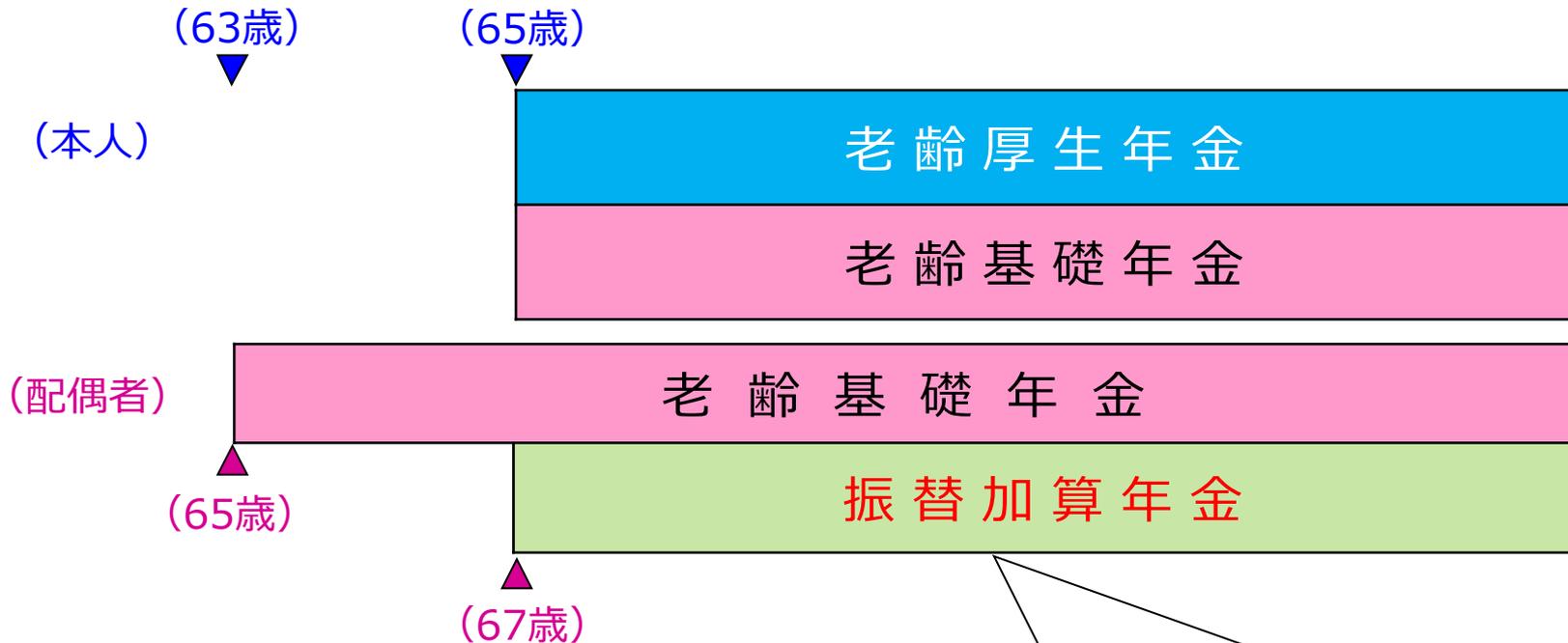
本人が65歳で老齡厚生年金の支給を開始した時から、配偶者が65歳になる前までの間、本人の老齡厚生年金に「加給年金」が加算される。

配偶者が65歳になると、老齡基礎年金に「振替加算年金」が加算される。

事例② 配偶者の厚生年金加入歴が20年未満で、その配偶者が年上

(本人) 昭和37年5月5生まれ サラリーマン

(配偶者) 昭和35年5月5生まれ 厚生年金加入歴が20年未満



本人が65歳になって老齢基礎年金の受給を開始した際、配偶者が65歳以上の場合は、配偶者の老齢基礎年金に「振替加算年金」が終身加算される。
なお、このような場合、年金事務所への申請が必要です。

事例③ 夫婦とも20年以上の厚生年金の加入歴があり、配偶者が年下

(本人) 昭和37年5月5日生まれ サラリーマン

(配偶者) 昭和40年5月5日生まれ 厚生年金加入歴が20年以上

(本人)

(65歳)

(67歳)

老齢厚生年金

老齢基礎年金

加給年金

本人が65歳で老齢厚生年金の受給を開始した時から、配偶者（年収850万円未満）が（特別支給の）老齢厚生年金の受給を開始するまでの間、本人の老齢厚生年金に「加給年金」が加算される。

(配偶者)

特別支給
老齢年金

老齢厚生年金

老齢基礎年金



配偶者の特別支給老齢厚生年金の支給開始年齢

(62歳)

(64歳)

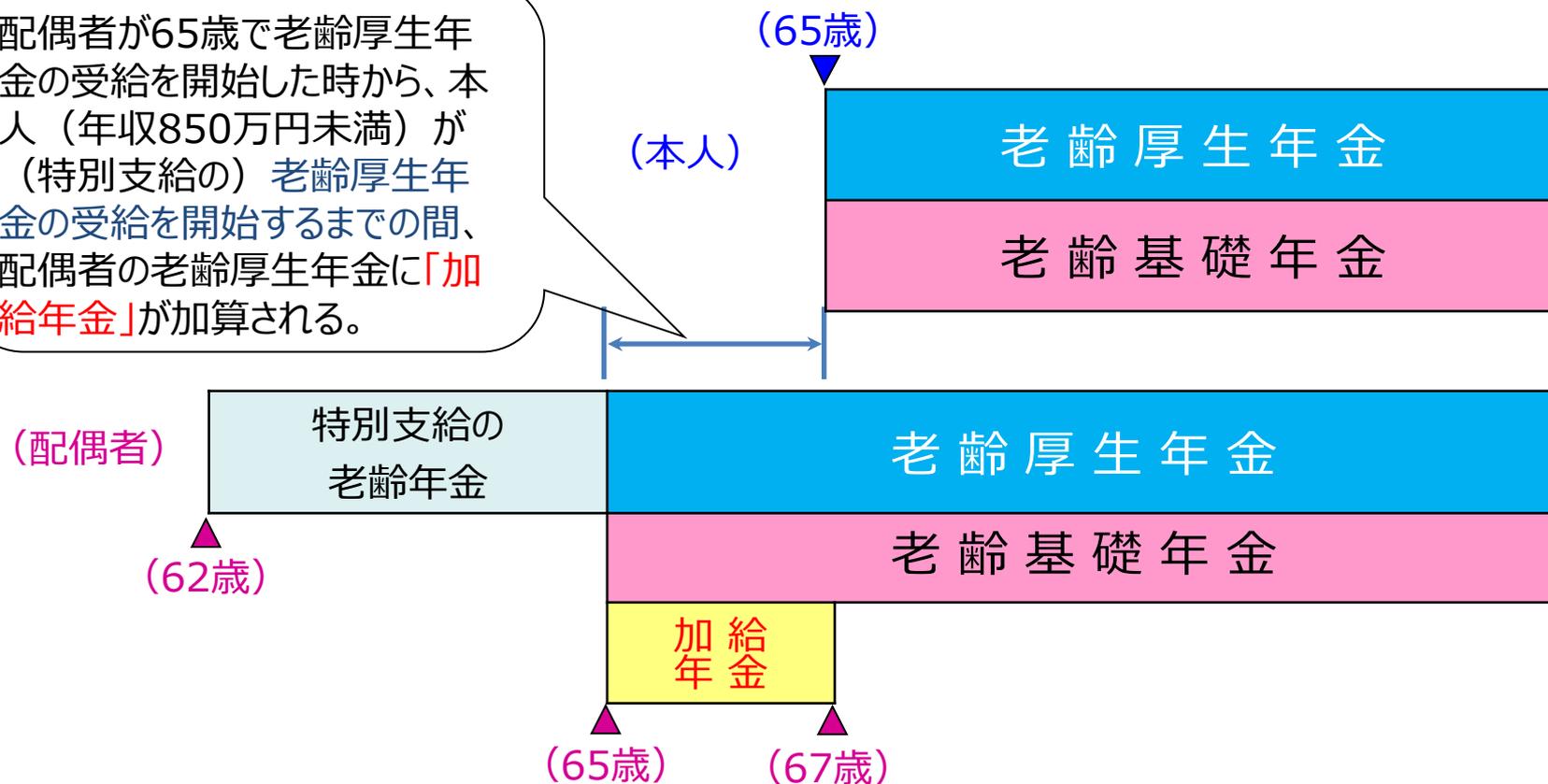
(65歳)

事例④ 夫婦とも20年以上の厚生年金の加入歴があり、配偶者が年上

(本人) 昭和37年5月5日生まれ サラリーマン

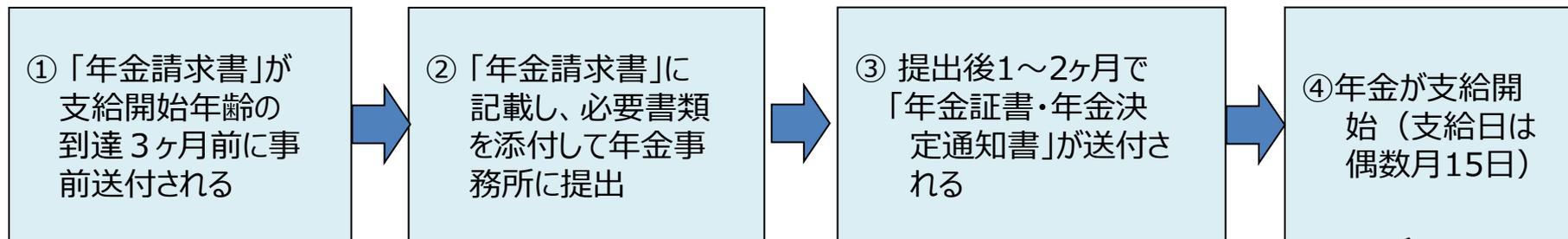
(配偶者) 昭和35年5月5日生まれ 厚生年金加入歴が20年以上

配偶者が65歳で老齢厚生年金の受給を開始した時から、本人（年収850万円未満）が（特別支給の）老齢厚生年金の受給を開始するまでの間、配偶者の老齢厚生年金に「**加給年金**」が加算される。

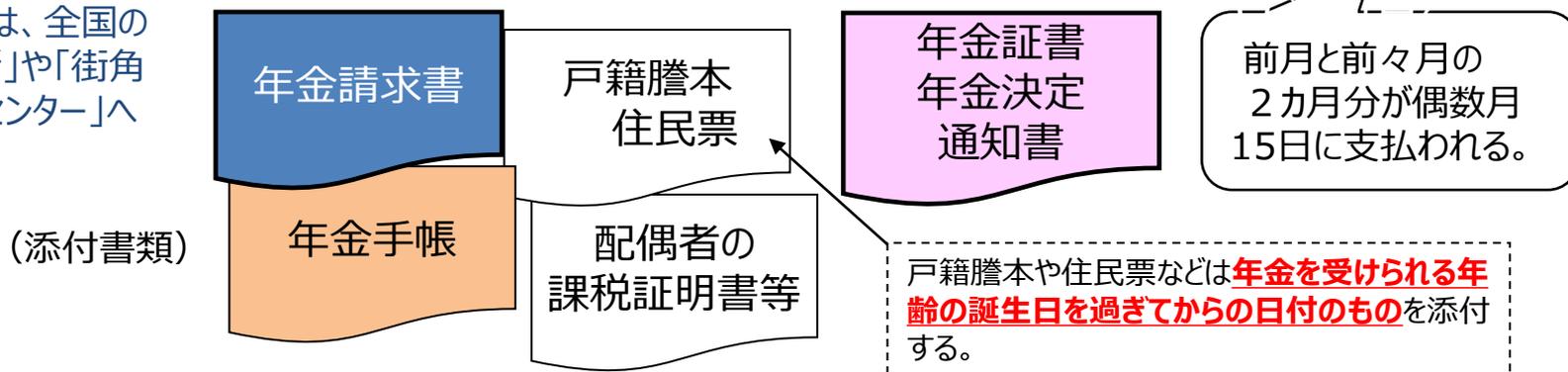


9. 老齢年金の請求手続き

年金の支給は自動的に始まるものではなく、ご自身で請求する必要がある！



※年金の相談は、全国の「年金事務所」や「街角の年金相談センター」へ



【年金請求書の提出先】

- ①厚生年金に加入していた人 ⇒ 最寄りの年金事務所（全国どこでも可）
- ②加入していたのが国民年金のみの第1号被保険者 ⇒ 市区町村の国民年金の担当窓口
- ③ ①及び②以外の人 ⇒ 最寄りの年金事務所（全国どこでも可）

10. 老齢年金の繰上げと繰下げ

【繰上げ】 60歳から繰上げ請求が可能、1ヶ月毎に0.5%(令和4年4月から0.4%)減額される

【繰下げ】 66歳以降70歳まで繰下げ請求が可能、1ヶ月毎に0.7%増額される

	繰上げ					原則	繰下げ				
受給開始年齢	60歳	61歳	62歳	63歳	64歳	65歳	66歳	67歳	68歳	69歳	70歳
受給率	70%	76%	82%	88%	94%	100% (満額)	108.4%	116.8%	125.2%	133.6%	142%

【繰上げ請求にかかる注意点】

※令和4年4月からは、66歳以降75歳まで

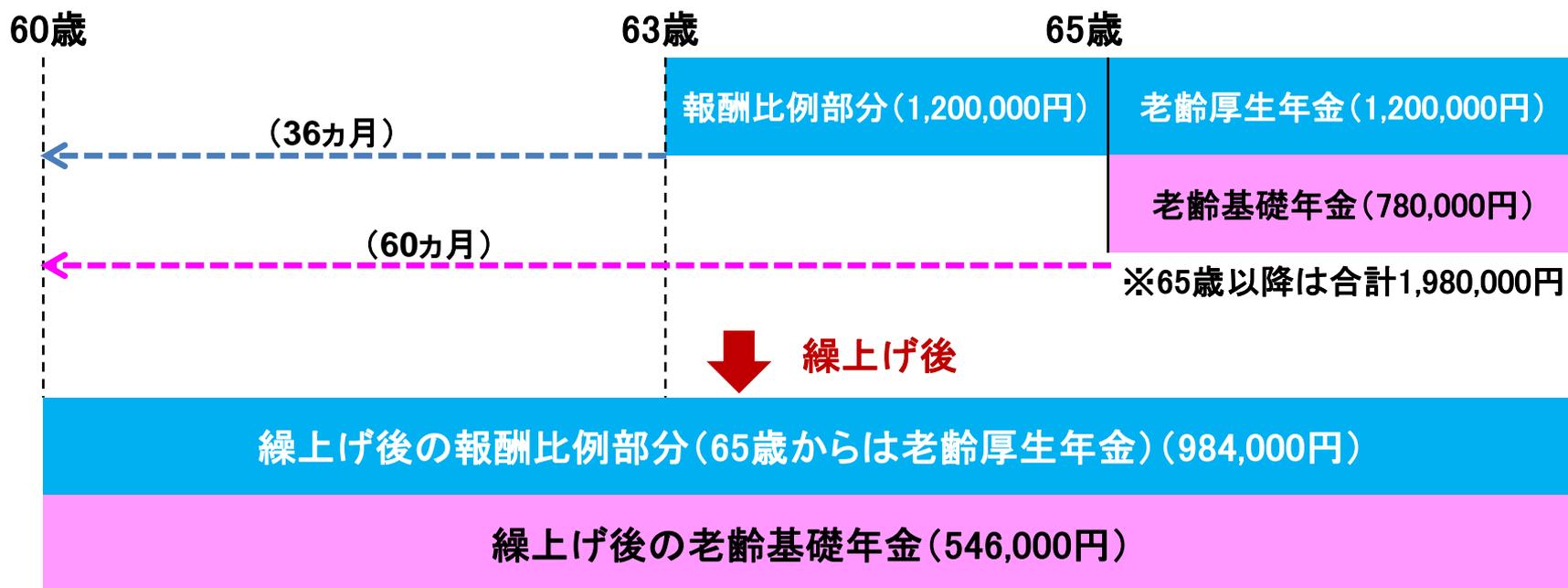
- ① 繰上げをすると後で取消ができず65歳以降も生涯減額された年金となる。
- ② 65歳までに障害に該当しても障害基礎年金が受けられない。
- ③ 繰り上げた老齢基礎年金を受給中に夫が死亡した場合、65歳までは自分の老齢基礎年金か遺族年金かどちらか一方の選択となる。65歳以降は自分の老齢基礎年金と遺族年金は一緒に受給できるが、自分の老齢基礎年金は減額されたままとなる。
- ④ 加給年金は老齢厚生年金の支給開始から減額なく支給される。
- ⑤ 特別支給の老齢厚生年金、老齢厚生年金の繰上げを行うと老齢基礎年金も一体となり同時に繰上げとなる（厚生年金基金の基本部分も同時に繰上げとなる）。

【繰下げ請求にかかる注意点】

- ① 老齢厚生年金と老齢基礎年金の両方を繰下げてもよいし、いずれか一方だけを繰下げてもよい（厚生年金基金の基本部分も同時に繰下げとなる）。
- ② 特別支給の老齢厚生年金は繰下げできない。
- ③ 老齢厚生年金を繰下げている間、加給年金は支給されない。
- ④ 障害厚生年金や遺族年金を受給している人は繰下げはできない。
- ⑤ 65歳以降に在職老齢年金によって厚生年金の全部または一部が支給停止になった場合、停止になった部分は増額の対象にならない。

事例 63歳から特別支給の老齢厚生年金（報酬比例部分）が支給される男性が60歳0ヵ月からに繰上げた場合の年金額は？

【昭和32年4月2日～昭和34年4月1日生まれの男性で報酬比例部分120万円、老齢基礎年金78万円のケース】



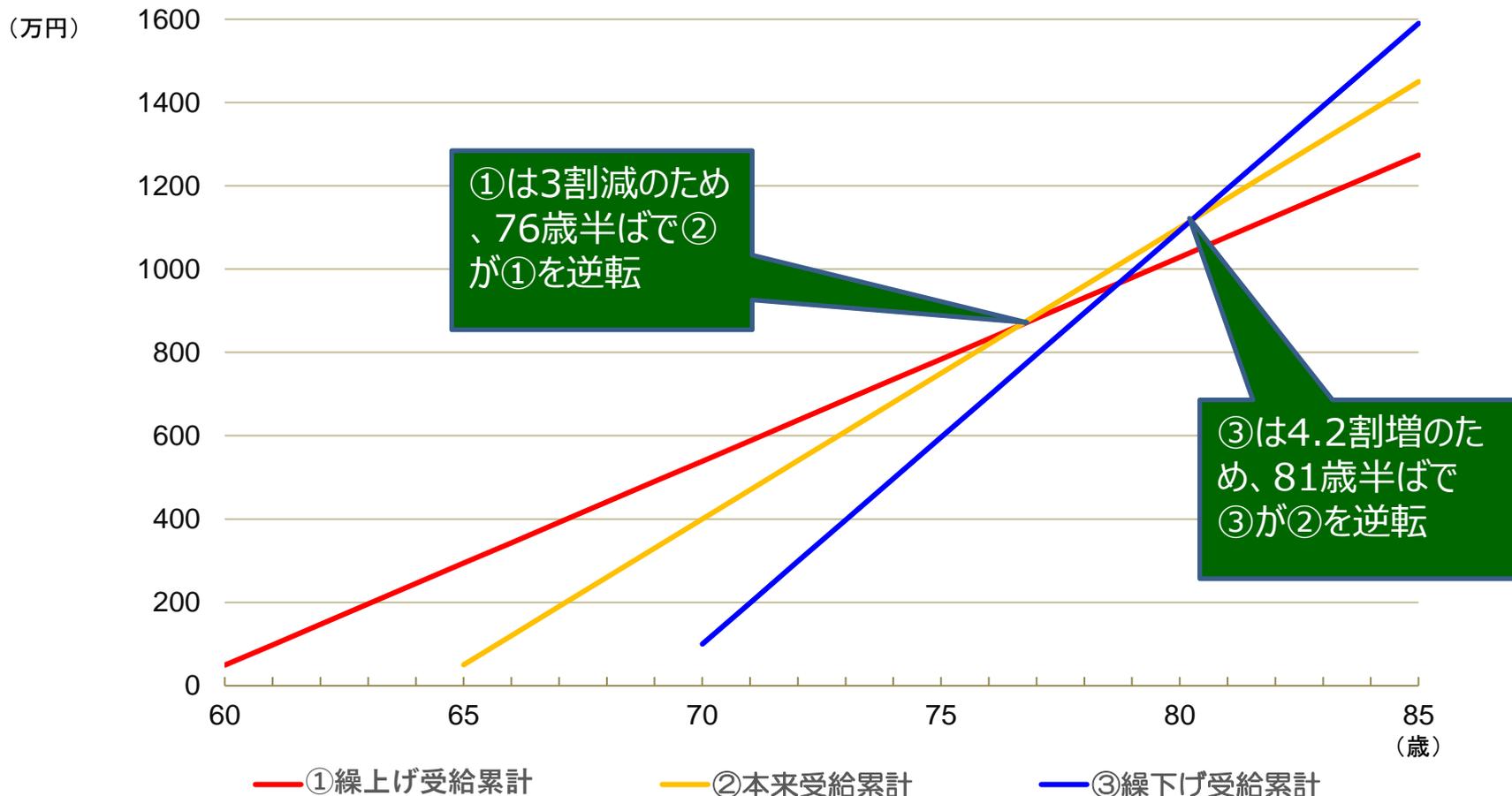
※合計 1,530,000円 の年金額が生涯続く。

報酬比例部分は36ヵ月の繰上げなので18%減額されて受給率は82%
 $1,200,000円 \times 82\% = 984,000円$ (A)

老齢基礎年金は60ヵ月の繰上げなので30%減額されて受給率は70%
 $780,000円 \times 70\% = 546,000円$ (B)

年金額 (A) + (B) = 1,530,000円

老齢基礎年金を繰上げ（65歳→60歳）受給した場合と
繰下げ（65歳→70歳）受給した場合の年金額（累計）の分岐点



※76歳を過ぎると、②通常受給の方が①繰上げ受給より多くなる（① < ②）

※81歳を過ぎると、③繰下げ受給の方が②通常受給より多くなる（② < ③）

11. 在職老齡年金

60歳以降、厚生年金に加入しながら（働きながら）受け取る老齡厚生年金を**在職老齡年金**といいますが、年金額（基本(年金)月額）と月給・賞与（総報酬月額相当額）の合計額によっては、年金額の全部または一部が支給停止(減額)される場合がある。

- **基本(年金)月額**とは ⇒ 加給年金額を除いた、（特別支給の）老齡厚生年金を1/12した金額
- **総報酬月額相当額**とは ⇒ 「その月の標準報酬月額」と「その月以前1年間の標準賞与総額を1/12した金額」の合計額
- ◆ 在職老齡年金として支給調整される年金は？ ⇒ 60～64歳の「特別支給の老齡厚生年金（定額部分＋報酬比例部分）」と65歳からの「老齡厚生年金」が対象。
- ◆ 老齡基礎年金の支給は？ ⇒ 65歳から支給される「老齡基礎年金」は、支給調整対象外のため、全額が支給される。
- ◆ 加給年金の支給は？ ⇒ 老齡厚生年金が一部でも支給されていれば、加給年金は全額支給される。

在職老齢年金には、「60歳台前半(60歳～64歳)の在職老齢年金」と、「60歳台後半(65歳～)の在職老齢年金」の2種類がある。

在職老齢年金のポイント（60歳～64歳）

◆基本（年金）月額＋総報酬月額相当額 ≤ **28万円**
⇒年金は停止されない

◆基本（年金）月額＋総報酬月額相当額 > 28万円
⇒年金は停止される -----> p28の計算式参照

※令和2年法改正により、上記「28万円」は令和4年4月より「47万円」に改正される。

在職老齢年金のポイント（65歳～）

◆基本（年金）月額＋総報酬月額相当額 ≤ **47万円**
⇒年金は停止されない

◆基本（年金）月額＋総報酬月額相当額 > 47万円
⇒年金は停止される -----> p30の計算式参照

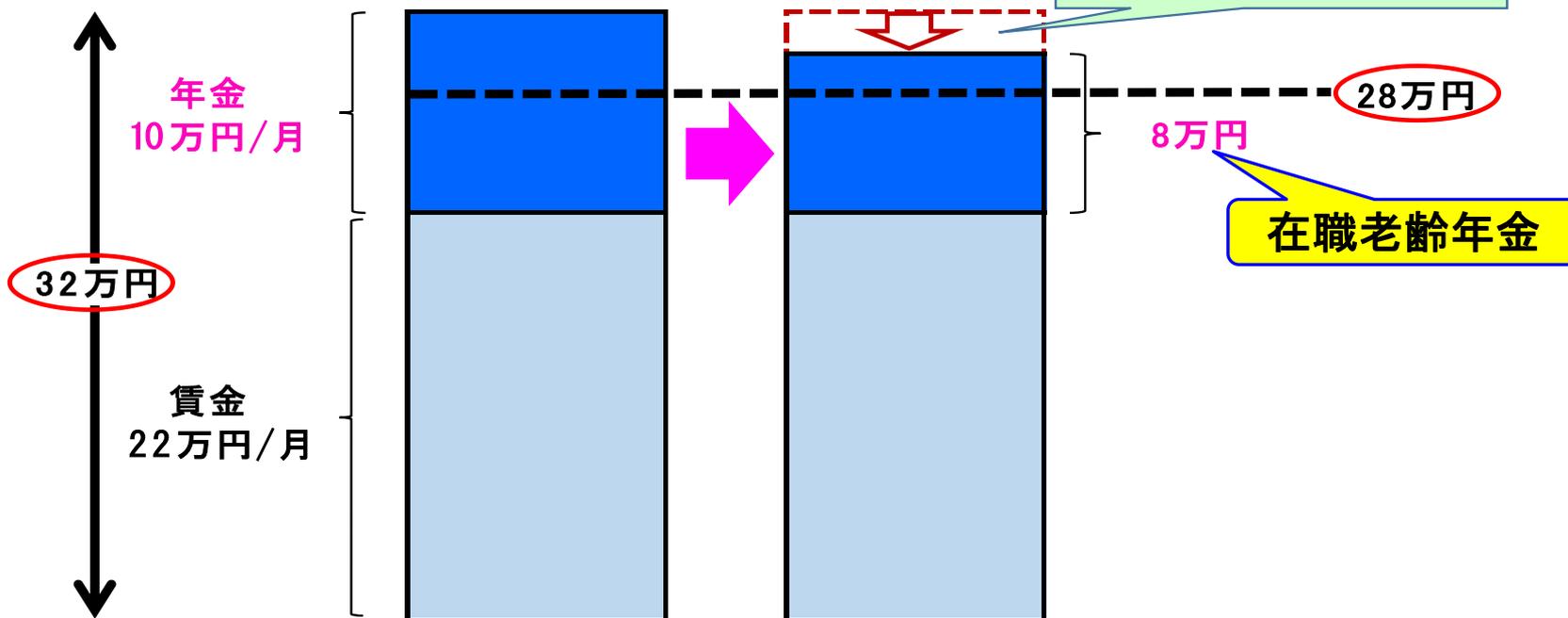
※支給停止額の計算の基礎となる「28万円」及び「47万円」については、それぞれ「支給停止調整開始額」及び「支給停止調整変更額」と呼ばれ、賃金や物価の変更に応じて毎年見直される。

在職老齢年金 賃金と年金額の関係 (イメージ)

65歳未満の例

賃金と年金の合計額が **28万円を超えると、**
超えた分の半額を減額する

超えた4万円の半額、
2万円を減額(支給停止)



$$[(10万円 + 22万円) - 28万円] \div 2 = 2万円$$

10万円(本来の年金額) - 2万円(支給停止額) = 8万円(在職老齢年金)

在職老齢年金の計算式（65歳～）

下表の2つの
計算式のどちらか

支給停止額
の計算式

「基本（年金）月額」+「総報酬月額相当額」の合計額	
47万円以下	47万円超
全額支給される	$\frac{\text{基本(年金)月額} + \text{総報酬月額相当額} - 47\text{万円}}{2}$

【計算例】

厚生年金年額	1,440,000円（加給年金を除く）
基本(年金)月額	$1,440,000\text{円} \div 12 = 120,000\text{円} \dots \textcircled{1}$
65歳の標準報酬月額	360,000円 $\dots \textcircled{2}$
過去一年の賞与	6月 360,000円 12月 360,000円 $360,000\text{円} + 360,000\text{円} \div 12 = 60,000\text{円} \dots \textcircled{3}$
総報酬月額相当額	$\textcircled{2} + \textcircled{3} = 420,000\text{円} \dots \textcircled{4}$
	$\textcircled{1} + \textcircled{4} = 540,000\text{円} \Rightarrow \textbf{47万円超}$
支給停止額	$(120,000\text{円} + 420,000\text{円} - 470,000\text{円}) \div 2 = 35,000\text{円}$ （年額42万円）
在職老齢年金	基本(年金)月額120,000 - 支給停止額35,000 = 85,000円（年額102万円）

※老齢基礎年金は支給調整の対象外のため、全額が支給される。

加給年金は老齢厚生年金が一部でも支給されていれば全額支給される。

12. 受け取る年金額を増やすには

(1) 60歳以降も働き、引き続き厚生年金に加入する

① 働きながら厚生年金に加入することで、その分厚生年金が増える

例) 60歳以降の給与が30万円で5年間働いた場合の増加見込額

$$30万円 \times 5.481 \div 1000 \times 60月 (5年) = 98,658円 (年間の増額分)$$

※平成15年4月以降の期間に係る年金額計算式 … p14参照

② 60歳時点において、20歳以上60歳未満の間の厚生年金加入期間が40年未満の人は、60歳以降も働き厚生年金に加入すると、**経過的加算 (厚生年金)**が増える

例) 大学を卒業後、22歳で就職し60歳定年後も65歳まで就労した場合



60歳時点で厚生年金の加入が40年に満たない (この事例は20歳から22歳までの「2年間」) ときは、60歳以降も働き厚生年金に加入すると、満たない月数に対応する老齢基礎年金相当額が経過的加算としてプラスされる。

※経過的加算額の計算式

$$1,628円 \times 1.0(\text{令和3年度改定率}) \times \text{厚生年金の被保険者月数 (最長480月)}$$

$$- 780,900円 \times \frac{\text{20歳以上60歳未満の間の厚生年金被保険者月数}}{480月}$$

$$(1,628円 \times 480月) - (780,900 \times (38年 \times 12月) \div 480月) = 39,585円 (年間の増額分)$$

↳ 事例の場合は、22歳～65歳の43年 (516月) 厚生年金に加入 → 最長の480月で計算

(2) 国民年金に任意加入 + 付加年金にも加入

【国民年金の任意加入制度】

- ・ 40年の納付期間に満たず、老齢基礎年金が満額受給に達しない場合に、60歳から64歳までの5年間、国民年金保険料を自主納付できる制度。
- ・ 任意加入をする条件
 - ①日本に住所がある60歳以上65歳未満の人
 - ②20歳から60歳までの保険料の納付月数が480月（40年）未満の人
 - ③厚生年金保険に加入していない人

(注) 60歳以上で特別支給の老齢厚生年金の支給を受けていても任意加入ができるが、老齢基礎年金の繰上げ支給を受けている人は任意加入できない。

5年間、 任意加入した場合	保険料総額：16,610円×60月 = 996,600円
	増加年金額：780,900円×60月/480月 = 97,613円

- ・ 任意加入なので、自分で年金事務所又は市区町村役場で加入手続きが必要。

任意加入するなら、併せて付加年金にも加入するのが得策

- ・ 付加年金は、国民年金第1号被保険者ならびに任意加入被保険者（65歳以上の人を除く）の人が、付加保険料（月額400円）をプラスして納めることで、将来的に受給する年金額を増やすことができる。

5年間、付加保険 料を納付した場合	保険料総額：400円×60月 = 24,000円
	増加年金額：200円×60月 = 12,000円

Q1. 定年退職後の健康保険は何を基準に選べばいい？

A1. 定年後も継続雇用や再就職で引き続き会社員として働く場合は、勤務先の健康保険に加入できますが、再就職しない場合（または再就職まで）は35頁の3つの選択肢から選ぶことになります。

医療保険制度の体系

<職域保険(被用者保険)>

<地域保険>

組合管掌
健康保険
(単一・総合組合)

全国健康保険協
会管掌健康保険
(各都道府県単
位設立)

共済
組合

国民健康保険
(各地方自治体運営)
・保険料は全額自己負担
・医療費の自己負担割合は3割

退職

(保険料は労使折半、**医療費の自己負担は3割**)

任意継続被保険者制度
(退職後2年間加入可、保険料は全額負担)

65歳

前期高齢者医療制度 (65~74歳)

(**医療費の自己負担割合は70歳未満は3割、70歳以上は2割**、現役並み所得者は3割)

75歳

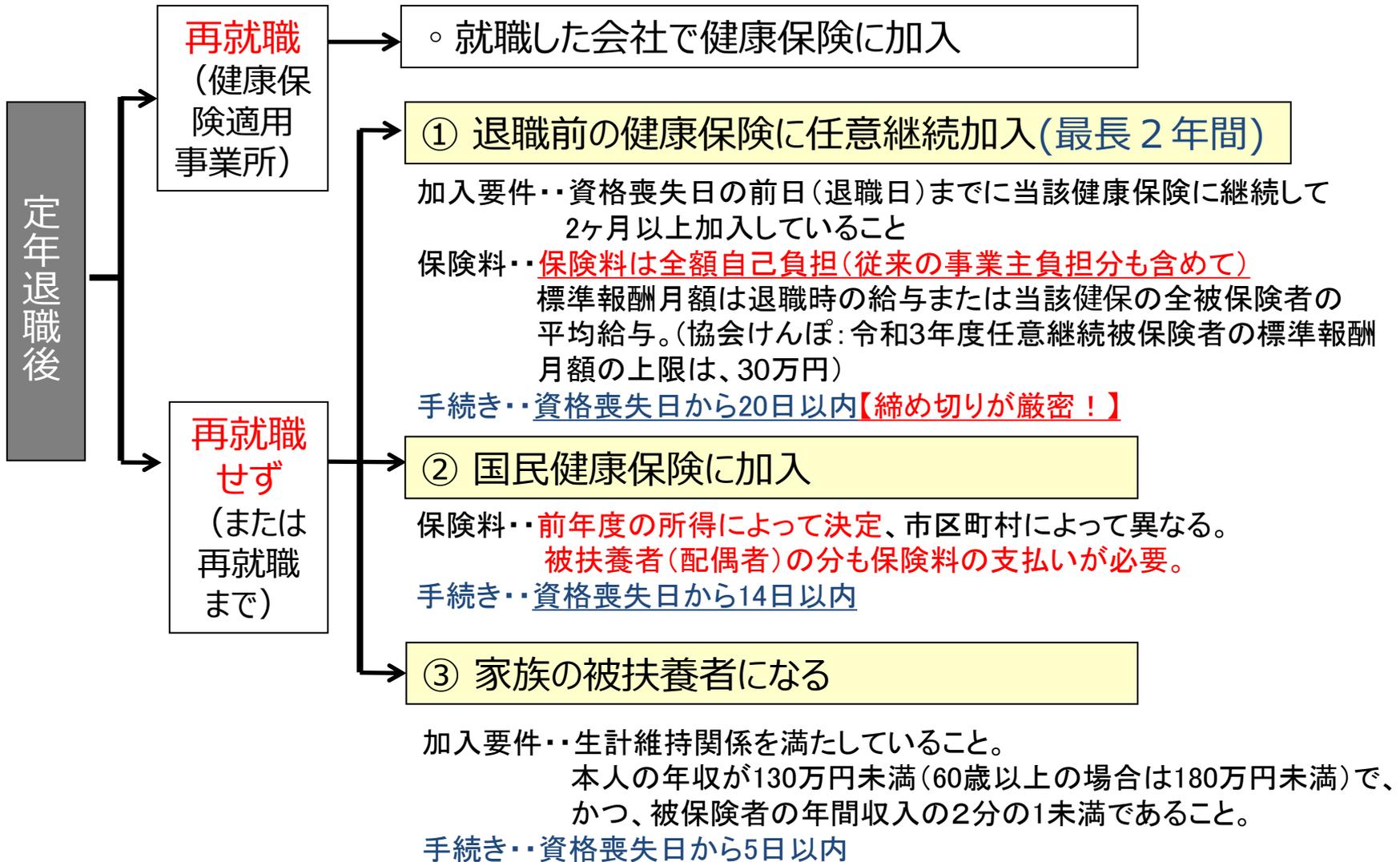
後期高齢者医療制度 (75歳~) (各都道府県の後期高齢者医療広域連合が運営)
(**医療費の自己負担割合は原則1割**、現役並み所得者(*)は3割)

(*) 住民税の課税標準所得が145万円以上の人がある世帯。

但し、後期高齢者医療被保険者が二人以上で年収520万円未満、一人で年収383万円未満の場合を除く。

- ◆「高齢者医療制度」は高齢者医療確保法（旧老人保健法）により平成20年4月に施行。
- ◆「前期高齢者医療制度」は、国民健康保険と他の健康保険との医療負担を調整するために設けられた制度で、前期高齢者（65歳）になっても75歳に達するまでの間は現在加入している健康保険から給付を受け、75歳になると自動的に「後期高齢者医療制度」へ加入する。
- ◆「後期高齢者医療制度」は、原則75歳以上の方が加入する独立した医療制度。

退職後の健康保険



「任意継続」と「国民健康保険」の保険料対比

任意継続	国民健康保険
<ul style="list-style-type: none"> ・折半になっていた事業主負担分も含めて全額自己負担になる。 ・保険料は、退職時の標準報酬月額をもとに算出。 ・ただし、健康保険の全加入員の平均的な給与を基準に上限が設けられているため、一定額以上に高くなることはない。 ・配偶者や子を扶養にすることができ、世帯の人数で保険料が変わることはない。 ・毎月の納付期日までに保険料を納めないとすぐに資格喪失となるため、注意が必要。 	<ul style="list-style-type: none"> ・保険料は世帯に対する賦課であり、扶養という概念は存在しない。 ・同一世帯に属する被保険者の前年の合計所得等から算出。 ・計算式は市区町村により異なる。 ・退職前の所得が高かった人は1年目の保険料が高額になる傾向がある。 ・65歳未満の配偶者の介護保険料が加わる ・加入手続きは、資格喪失日から14日以内に自治体窓口で行うが、加入していた制度の「被保険者資格喪失証明書」を添付する必要がある。

※国民健康保険料は前年の所得により算出されるため、前年の所得が多い場合は国民健康保険料の方が保険料の負担が多くなるケースが多い。→ p81参照

※退職前に退職後の保険料の額は試算してもらえるので確認しよう！

- ◆ 国民健康保険 → **住所地の市区町村国民健康保険課等**
- ◆ 健康保険組合または協会けんぽの任意継続 → **会社や健康保険組合または全国健康保険協会**

Q2. 大病して多額の医療費がかかったときは？

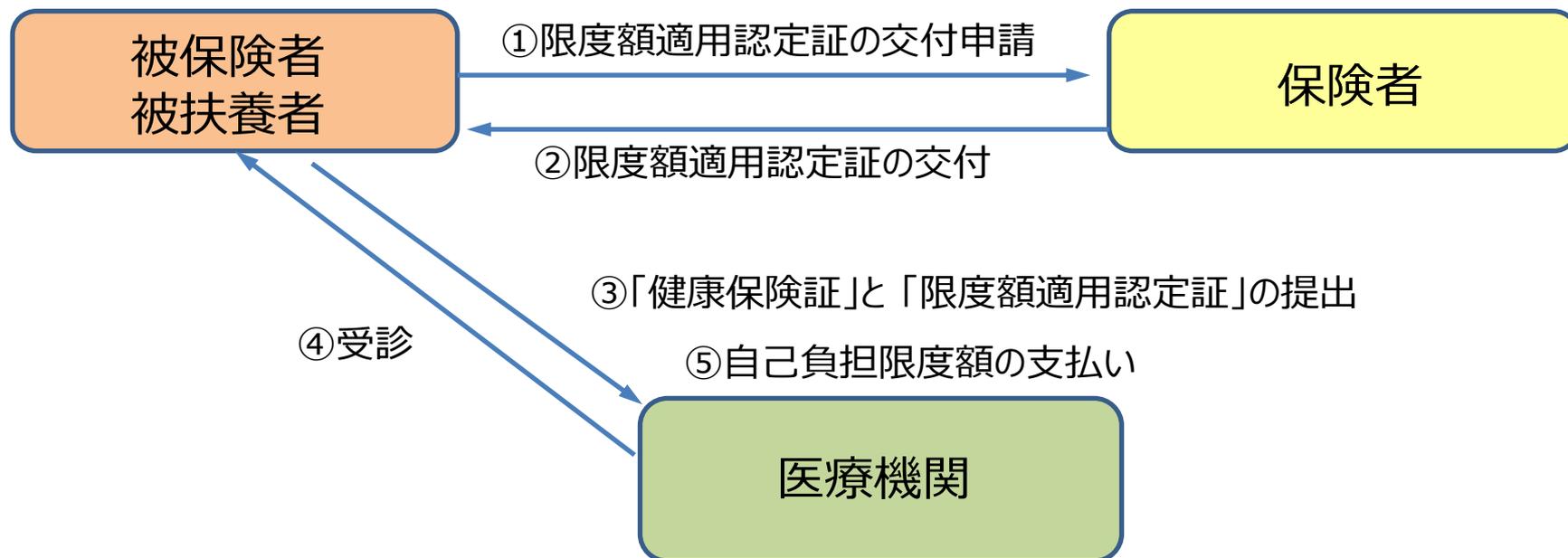
A2. 若い頃に比べて、年を取ると病気がちになる傾向があり、医療費の負担が気になりますが、一定以上の医療費は「高額療養費」で戻ってきます。

「高額療養費制度」と「限度額適用申請」

高額療養費制度とは、**1カ月（1日から月末まで）**に医療機関の窓口で支払った医療費が自己負担限度額（次頁参照）を超えた場合は、**超えた額が申請により払い戻される制度**（但し、差額ベッド代や食事代、保険外の負担分は対象外）。

また、**事前に保険者に「限度額適用認定証」を申請**し交付を受けて、病院の窓口に表示すれば、病院で支払う1カ月毎の本人負担支払額は、「自己負担限度額」までとなることから、一度に用意する費用が少なくて済む。

<限度額適用認定証交付手続きの流れ>

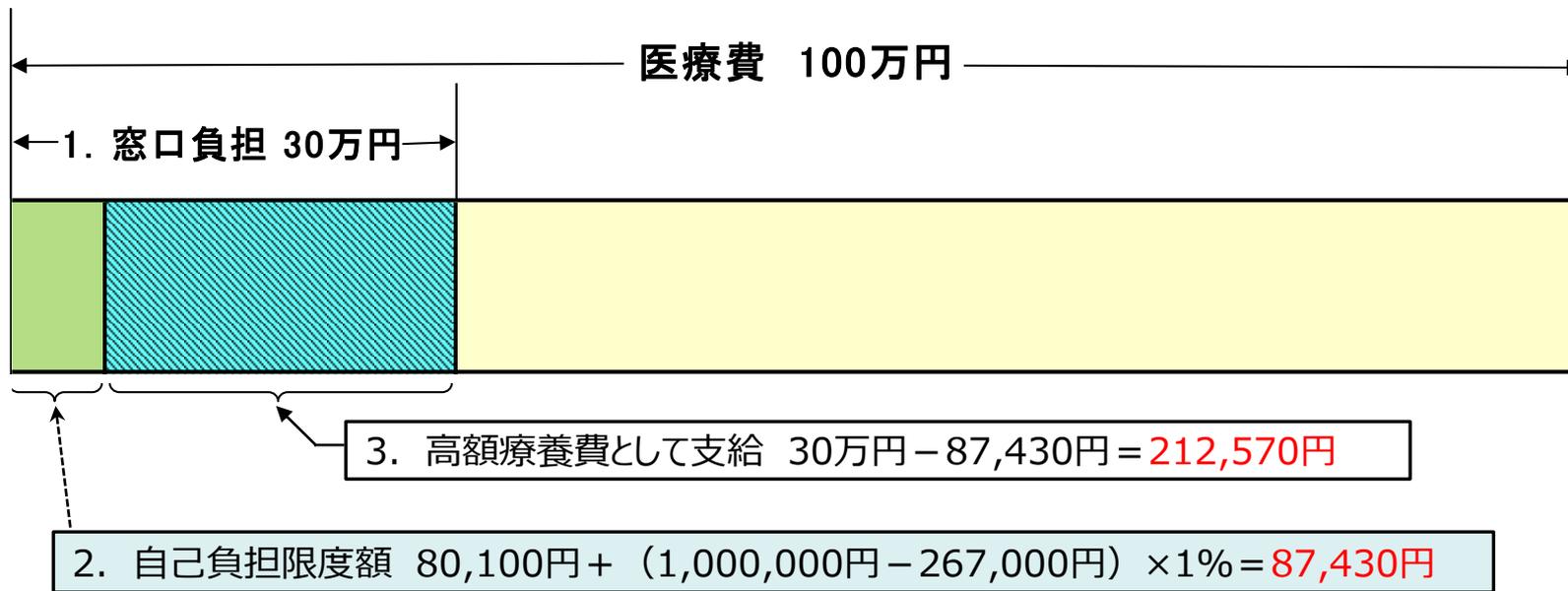


高額療養費の自己負担限度額は、年齢及び所得状況により設定されている。

【70歳未満】 被保険者の所得区分	自己負担限度額	1年間で4回 目以降の上 限
年収約1,160万円以上 健保：標報83万円以上 国保：旧ただし書き所得901万円超	$252,600円 + (総医療費 - 842,000円) \times 1\%$	140,100円
年収約770～約1,159万円 健保：標報53万～79万円 国保：旧ただし書き所得600万～901万円	$167,400円 + (総医療費 - 558,000円) \times 1\%$	93,000円
年収約370～約669万円 健保：標報28万～50万円 国保：旧ただし書き所得210万～600万円	$80,100円 + (総医療費 - 267,000円) \times 1\%$	44,400円
～約369万円 健保：標報26万円以下 国保：旧ただし書き所得210万円以下	57,600円	44,400円
住民税非課税者	35,400円	24,600円

(注) 70歳以上の方用は、別に設定されています。→ p83参照
 高額療養費制度は、どの制度にも共通する「法定給付」。

【計算例】70歳未満、年収約370～約770万円の方（健保の標準報酬28万～50万円）
 100万円の医療費で、窓口の負担（3割）が30万円かかる場合



○ 「限度額認定証」を病院窓口へ提出しない場合

⇒ 病院窓口で本人負担分 3割（30万円）を一旦支払い、高額療養費支給申請書を健康保険に提出すると、あとで自己負担限度額（87,430円）との差額分（212,570円）が払い戻される。

○ 「限度額認定証」を病院窓口へ提出した場合

⇒ 病院窓口での支払いは下記の金額となる。申請も不要。

<自己負担限度額> 80,100円 + (100万円 - 267,000円) × 1% = 87,430円

【事例】	総医療費	100万円	200万円	300万円
	自己負担分	30万円	60万円	90万円
	自己負担限度額	87,430円	97,430円	107,430円

Q 3. 再就職で給与が大幅ダウン！ 何か打つ手はないか？

A 3. 60歳以後の継続雇用や再就職では、定年前に比べ給与が大幅に下がることがほとんど。雇用保険には、こうした際に収入を補う「**高年齢雇用継続給付**」という制度があります。

高年齢雇用継続給付金は非課税！

【高年齢雇用継続給付金】

【支給条件】

事業主がハローワークへ申請書を提出

- ① 雇用保険（基本手当）を受けず引続き就労し雇用保険に加入している
- ② 雇用保険に5年以上加入
- ③ 60歳以上65歳未満の被保険者
- ④ 支給対象月の賃金が60歳到達時点の賃金月額と比べて75%未満に低下
※低下率 = 支給対象月の賃金 ÷ 60歳到達時点の賃金月額（p43 注1参照）
- ⑤ 支給対象月の賃金が365,055円以上の場合は支給されない



【支給対象期間】 60歳到達月から65歳到達月まで

【支給額】 60歳以降の各月に支払われた賃金の原則15%（令和7年4月からは10%）

※賃金の低下率によって15%を上限にして**支給率**も変動する。

（1）賃金の低下率が61%未満の場合 ⇒賃金の15%が支給される。

（2）賃金の低下率が61%以上75%未満の場合

⇒支給対象各月の賃金に応じて、支給率（0.44%～15%）〔次頁の表 参照〕
を乗じた金額が「高年齢雇用継続給付」として支給される。

【高年齢雇用継続給付金と在職老齢年金との支給調整】

- ◆高年齢雇用継続給付金を受けることで在職老齢年金は、賃金に応じて標準報酬月額額の「0.18%～6%（**停止率**:次頁の表 参照）」相当する額が支給停止（**減額**）される。

【早見表】高年齢雇用継続給付金の支給率と厚生年金の停止率

(単位：%)

賃金 (標準報酬) 低下率	高年齢雇用 継続給付金 支給率	在職老齢 年金の 停止率	賃金 (標準報酬) 低下率	高年齢雇用 継続給付金 支給率	在職老齢 年金の 停止率
75.0 以上	0.00	0.00	68.0	6.73	2.69
74.5	0.44	0.18	67.5	7.26	2.90
74.0	0.88	0.35	67.0	7.80	3.12
73.5	1.33	0.53	66.5	8.35	3.34
73.0	1.79	0.72	66.0	8.91	3.56
72.5	2.25	0.90	65.5	9.48	3.79
72.0	2.72	1.09	65.0	10.05	4.02
71.5	3.20	1.28	64.5	10.64	4.26
71.0	3.68	1.47	64.0	11.23	4.49
70.5	4.17	1.67	63.5	11.84	4.73
70.0	4.67	1.87	63.0	12.45	4.98
69.5	5.17	2.07	62.5	13.07	5.23
69.0	5.68	2.27	62.0	13.70	5.48
68.5	6.20	2.48	61.5	14.35	5.74
			61.0以下	15.00	6.00

(注1) 60歳到達時の賃金月額(賞与は含まず、残業代や通勤手当など各種手当を含む60歳直前6ヵ月の平均月額給与のこと)は、算定した額が479,100円(上限)を超える場合は、479,100円とする。また、算定した額が77,220円(下限)を下回る場合は、77,220円とする。

(注2) 支給上限額は365,055円。従って、支給対象月の賃金がこれ以上の場合、高年齢雇用継続基本給付金は支給されない。

また、支給対象月の賃金と支給額の合計が365,055円を超える場合は、「365,055円 - 賃金」が支給される。

(注3) 支給下限額は2,059円。高年齢雇用継続基本給付金の支給額が2,059円を超えない場合には支給されない。

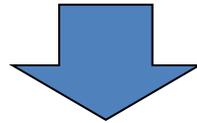
(注4) (注1)から(注3)の金額は、令和3年7月31日までの額となる。これらの額は、毎年8月1日に改定される。

高年齢雇用継続給付金の計算例

◆60歳到達時の賃金（月額） 40万円

◆再雇用の賃金（月額） 24万円

◆賃金の低下率 $24万円 \div 40万円 = 60\%$ にダウン ← 75%未満に低下



【高年齢雇用継続給付金】

24万円 × 15% = 36,000円（月額）が支給
（支給対象月の賃金）（給付金の支給率）
※前頁の表参照

【高年齢雇用継続給付金受給による在職老齢厚生年金の支給停止額】

特別支給の老齢厚生年金（在職老齢年金）を受けながら、同時に高年齢者雇用継続給付を受けている期間は、老齢厚生年金について標準報酬月額6%相当額が支給停止（減額）される。

24万円 × 6% = 14,400円（月額）が支給停止
（支給対象月の賃金）（在老の停止率）

Q4. 失業したとき、雇用保険から失業給付（基本手当）をいくらもらえるの？

A4. 定年退職しても、まだ働く意思と能力があり、求職活動を行う人には、失業保険を受ける権利があります。65歳未満の人が受け取る失業保険は「基本手当」と呼ばれます。

基本手当（失業給付）

基本手当は非課税！
（雇用保険法第12条）

- 基本手当は、雇用保険の加入期間が、
「定年または自己都合の場合」は、離職の日以前2年間に12カ月以上、
「解雇・倒産等の場合」は、離職の日以前1年間に6カ月以上あり、
働く意思と能力はあるが職に就くことができない**65歳未満の人**に支給される。
- 受給期間は、離職の日の翌日から**1年間**。
受給期間を過ぎると、給付日数が残っていても、それ以後の基本手当は支給されない。
- 受給に際し**7日間の待期間**があり、この期間は支給されない。
自己都合による退職の場合、7日間の待期間後、さらに3カ月間（給付制限）
（5年間のうち2回までは2ヶ月）は基本手当は支給されない。
- 基本手当を受けるには、住所地のハローワークへ必要書類（離職票）を持参し、
求職の申込みをする。なお、4週間に1度は失業認定を受けなければならない。
- 基本手当を受給している間（待期間含む）、65歳未満の老齢年金は全額停止と
なる（特別支給の老齢厚生年金など）。
- **基本手当の額** = 基本手当日額（図表1） × 基本手当を受けられる日数（図表2）

↓
1日あたりの基本手当の額（基本手当日額）は、原則として離職した日の直近6ヶ月間に
受け取った賃金の総額を180日で割った額（賃金日額）に所定の給付率を乗じた額（図表1）

図表1：基本手当日額 の計算式及び金額（離職時の年齢が60歳以上65歳未満の者用）

賃金日額(w)	基本手当日額(y)
2,574 円以上 5,030 円未満	$y = 0.8w$
5,030 円以上 11,140 円以下	$\begin{cases} y = 0.8w - 0.35\{(w - 5030)/(11140 - 5030)\}w \\ y = 0.05w + (11140 \times 0.4) \end{cases}$ のいずれか低い方の額
11,140 円超 15,970 円以下	$y = 0.45w$
15,970 円超	$y = 7,186$

※ 賃金日額 (w) = 退職前6ヶ月間の税込賃金（賞与は除く）の総額 ÷ 180日
 → 税込賃金には、残業手当、住宅手当、通勤手当、その他諸手当を含む。

※ 60歳未満の者の計算式は省略。

図表2：基本手当を受けられる日数

被保険者期間		1年未満	1年以上 5年未満	5年以上 10年未満	10年以上 20年未満	20年以上
定年退職・自己都合退職		—	90日	90日	120日	150日
解雇・倒産等 による退職	35歳以上45歳未満	90日	150日	180日	240日	270日
	45歳以上60歳未満	90日	180日	240日	270日	330日
	60歳以上65歳未満	90日	150日	180日	210日	240日

* 35歳未満は省略

60歳以上65歳未満の者の基本手当早見表

－（賞与を除く）退職前6ヶ月の給料の総額から算出－

退職時給料	基本手当月額	退職時給料	基本手当月額	退職時給料	基本手当月額
下限 77,220	下限 61,770	230,000	145,170	380,000	171,000
90,000	72,000	240,000	145,680	390,000	175,500
100,000	79,980	250,000	146,160	400,000	180,000
110,000	87,990	260,000	146,670	410,000	184,500
120,000	96,000	270,000	147,180	420,000	189,000
130,000	103,980	280,000	147,660	430,000	193,500
140,000	111,990	290,000	148,170	440,000	198,000
150,000	120,000	300,000	148,680	450,000	202,500
160,000	125,190	310,000	149,160	460,000	207,000
170,000	129,780	320,000	149,670	470,000	211,500
180,000	133,980	330,000	150,180	上限 479,100	上限 215,580
190,000	137,790	340,000	153,000	(単位：円) ・赤線は支給率80%、45%の境界 ・毎年8月に改正される	
200,000	141,240	350,000	157,500		
210,000	144,180	360,000	162,000		
220,000	144,660	370,000	166,500		

【参考】基本手当を受給していた60歳以上65歳未満の人が、100日以上給付期間を残して再就職（雇用保険加入）した場合、「**高年齢再就職給付金**」（非課税）が1年間または2年間支給される。

（基本手当賃金日額に30を乗じた金額と比べ賃金が75%未満に低下し、賃金が365,055円未満）

※365,055円は令和3年2月1日から令和3年7月31日までの金額

【高年齢求職者給付金】

求職者給付金は非課税！

- ・離職または失業した65歳以上の人で、離職日の翌日から1年以内の場合（条件）雇用保険の加入期間が、退職の日以前1年間に6か月以上あり、再就職の意思と能力を前提に高年齢求職者給付金が支給される。
- ・求職者給付金を受けるには、住所地のハローワークへ離職票等の必要書類を提出し求職の申込みをする。
- ・高年齢求職者給付金と年金は併給できる。停止や減額などの支給調整の対象とならない。
- ・高年齢求職者給付金は一時金として、被保険者期間1年以上は基本手当の50日分、1年未満は基本手当の30日分が支給される。（次頁の早見表参照）
- ・平成29年1月の改正により、65歳以上の雇用保険加入が可能になったため、最低6か月以上の雇用保険加入期間があれば、離職の度に何度でも求職者給付金を受けられるようになった。

65歳以上で転職した場合の高年齢求職者給付金の支給例

離職年齢	雇用保険加入期間	一時金支給額
65歳	42年10か月	基本手当の50日分
66歳	7か月	基本手当の30日分
72歳	4年6か月	基本手当の50日分

※基本手当の金額は離職の都度、再計算される（離職前の6ヶ月間の賃金に連動する）

65歳以上の者の高年齢求職者給付金（一時金）早見表

－（賞与を除く）退職前6ヶ月の給料の総額から算出－

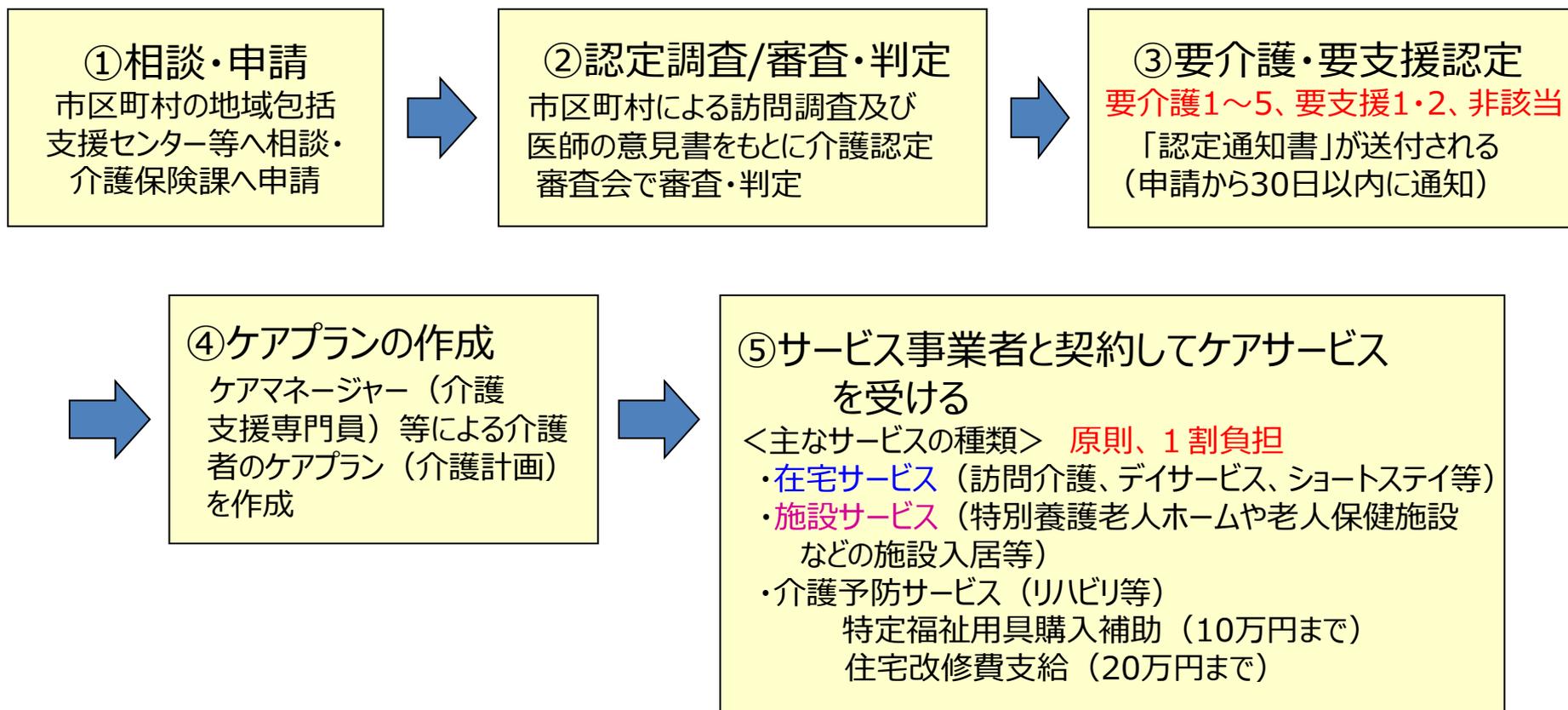
退職時給料	30日分	50日分	退職時給料	30日分	50日分	退職時給料	30日分	50日分
下限 77,220	61,770	102,950	200,000	146,640	244,400	320,000	182,460	304,100
90,000	72,000	120,000	210,000	151,110	251,850	330,000	183,690	306,150
100,000	79,980	133,300	220,000	155,340	258,900	340,000	184,620	307,700
110,000	87,990	146,650	230,000	159,270	265,450	350,000	185,310	308,850
120,000	96,000	160,000	240,000	162,930	271,550	360,000	185,700	309,500
130,000	103,980	173,300	250,000	166,320	277,200	370,000	185,850	309,750
140,000	111,990	186,650	260,000	169,440	282,400	380,000	189,990	316,650
150,000	120,000	200,000	270,000	172,290	287,150	390,000	195,000	325,000
160,000	126,000	210,000	280,000	174,870	291,450	400,000	199,980	333,300
170,000	131,580	219,300	290,000	177,180	295,300	上限 410,700	205,350	342,250
180,000	136,860	228,100	300,000	179,220	298,700	・赤線は支給率80%、50%の境界 ・毎年8月に改正される		
190,000	141,900	236,500	310,000	180,960	301,600			

Q5. 介護保険からのサービスを利用するにはどうすればいい？

A5. 介護が必要な状態またはその予防のために介護保険からのサービスを利用するときには、市区町村の窓口申請しどのくらいの介護が必要かを示す「要介護度」等のチェックを受ける必要があります。

- ・40歳以上の人が保険料を負担し、原則**65歳以上（第1号被保険者）**の介護が必要な人に対して介護サービスを行う。
- ・**40歳以上65歳未満の人（第2号被保険者）**は、がん末期、初老期の認知症、脳血管疾患など、特定の病気が起因する場合に介護サービスが受けられる。

介護保険サービスの利用の流れ



利用場所	種別	介護サービス名	地域密着型サービス	介護給付 要介護 1～5の人	予防給付 要支援 1・2の人	利用者の負担	
【在宅サービス】 自宅で生活しながら利用	自宅に訪問してもらって受けるサービス	訪問介護（ホームヘルプサービス）※要支援は総合事業で		○	○	在宅サービス利用 総額の1割～3割	
		訪問入浴介護		○	○		
		訪問看護		○	○		
		訪問リハビリテーション		○	○		
		居宅療養管理指導		○	○		
		夜間対応型訪問介護	●	○			
		定期巡回・随時対応型訪問介護看護	●	○			
	日帰りで施設に通って受けるサービス	通所介護（デイサービス）※要支援は総合事業で			○	○	※居宅療養管理指導は、介護保険の支給限度額に含めない(かかる費用の1割～3割)
		通所リハビリテーション（デイケア）			○	○	
		認知症対応型通所介護	●	○	○		
		地域密着型通所介護	●	○	○		
		療養通所介護	●	○	○		
	短期間施設に宿泊して受けるサービス	短期入所生活介護（ショートテスィ）			○	○	※ショートステイは、介護保険対象外の食費・滞在費・日常生活費を別途負担
		短期入所療養介護（ショートテスィ）			○	○	
	訪問・通い・宿泊を組み合わせ受けるサービス	小規模多機能型居宅介護	●	○	○	○	
		看護小規模多機能型居宅介護	●	○	○	○	
	生活しやすい環境を整えるためのサービス	福祉用具貸与			○	○	貸与に係る費用
特定福祉用具販売（福祉用具購入費の支給）				○	○	10万円まで/年度	
住宅改修費支給				○	○	20万円まで/生涯	
介護計画を立てる	居宅介護支援			○		なし	
	介護予防支援				○	なし	
【施設サービス】 施設に入所して利用	『公的施設』に入所して介護サービスを受ける	介護老人福祉施設（特別養護老人ホーム）		○	3以上	施設サービス費(定額) + 居住費・食費 + 日常生活費	
		介護老人保健施設（老人保健施設）		○			
		介護療養型医療施設（療養病床等）		○			
		介護医療院		○			
		地域密着型介護老人福祉施設入所者生活介護	●	○	3以上		
	『民間施設』に入所して受ける介護サービス	特定施設入居者生活介護（介護付き有料老人ホーム、軽費老人ホーム等）			○	○	介護サービス費(定額) + 入居費用 + 日常生活費
		地域密着型特定施設入居者生活介護	●	○			
認知症対応型共同生活介護（グループホーム）		●	○	○	2のみ		

※上記施設以外の「特定施設入居者生活介護」の指定を受けていない「住宅型有料老人ホーム」や「サービス付き高齢者向け住宅」に入居し、介護が必要となった場合は、別途、外部の介護サービス事業所と契約をして介護サービスを利用する。（外部サービスが併設されている施設も有り）

※地域密着型サービスとは、住み慣れた地域で、多様かつ柔軟なサービスを提供するための枠組みで、原則、事業所や施設がある市区町村にお住まいの方が利用可能。

在宅サービスの支給限度額

在宅サービスを利用する場合は、要介護状態区別に、介護保険から給付される上限額（支給限度額）が決められており、上限額の範囲でサービスを利用するときは、利用者はサービス費用の1割～3割を負担する。

要介護度	ひと月あたりの支給限度額 (自己負担 1割・2割・3割)	介護が必要な状態
要支援 1	50,320円 (5,032円、10,064円、15,096円)	日常生活の一部に介護が必要だが、適切な介護予防サービスの利用により、心身の機能の維持・改善が見込める。
要支援 2	105,310円 (10,531円、21,062円、31,593円)	
要介護 1	167,650円 (16,765円、33,530円、50,295円)	立ち上がりや歩行が不安定。排泄や入浴などに部分的介助が必要。
要介護 2	197,050円 (19,705円、39,410円、59,115円)	立ち上がりや歩行などが自力では困難。排泄・入浴などに一部または全介助が必要。
要介護 3	270,480円 (27,048円、54,096円、81,114円)	立ち上がりや歩行などが自力ではできない。排泄・入浴・衣服の着脱など全面的な介助が必要。
要介護 4	309,380円 (30,938円、61,676円、92,814円)	日常生活能力の低下がみられ、排泄・入浴・衣服の着脱など全般に全面的な介助が必要。
要介護 5	362,170円 (36,217円、72,434円、108,651円)	日常生活全般について全面的な介助が必要。意志の伝達も困難。

※実際の支給限度額は金額ではなく「単位」で決められており、上表は区分支給限度額の1単位あたり10円で計算している。

※上限を超えてサービスを利用した場合は、超えた分は全額利用者の負担となる。

※自身の負担割合については、84頁の「負担割合判定チャート」参照

【事例】 介護ケアプランと介護費用について

「要介護3」と認定されたAさんのケース（在宅介護・1割負担）

1. 介護のケアプランニング例

	月	火	水	木	金	土	日
午前	(A) 訪問看護 30分以上1時間未満					土日は妻と娘さんで介護にあたる	
	(B) 訪問介護、1時間未満 (排泄、食事の介助など身体介助)						
午後	(C) 通所リハビリ テーション (デイケア) 4～5時間未満		(C) 通所リハビリ テーション (デイケア) 4～5時間未満		(C) 通所リハビリ テーション (デイケア) 4～5時間未満		

- ・ (A) 訪問看護は、血圧等の測定、発病後の医療的管理で、訪問看護ステーションからの訪問を利用
- ・ (D) 短期入所生活介護（ショートステイ）を月に3回程度利用、（E）福祉用具貸与（車いすのレンタル）、
- ・ (F) 福祉用具購入（ポータブルトイレ）、（G）住宅改修（住宅内のバリアフリー改修工事）

2. 自宅で生活を続けながら介護（在宅サービス）を受けたときにかかる費用（目安）

(1) 介護保険からの給付と自己負担額（1ヶ月分）

① 「要介護3」の支給限度額 → p54の表 参照	270,480円
---------------------------	----------

内 容	単 価	回 数	料 金
(A) 訪問看護	8,160円	月5回	40,800円
(B) 訪問介護	3,940円	月22回	86,680円
(C) デイケア	6,810円	月13回	88,530円
(D) ショートステイ（単独施設型（ユニット型個室）を利用）	8,630円	月3回	25,890円
(E) 福祉用具貸与（車いすレンタル） ※レンタル料の9割が給付される	—	月額	25,000円

② 月額サービスの利用合計金額	266,900円
-----------------	----------

支給限度額内のサービス利用(1割負担) ②の1割 (266,900円×0.1)	26,690円
支給限度額超過分のサービス利用(全額自己負担) ①の額を②の額が上回る場合 (②－①)	0円
(D) ショートステイの滞在費・食費(3日分) → 介護保険対象外のサービス(全額自己負担)	7,500円
自己負担額	34,190円

(2) その他（初期費用）

内 容	料 金
(F) 福祉用具購入(ポータブルトイレ) ※購入費の9割が給付される(上限あり)	40,000円
(G) 住宅改修費(バリアフリー工事) ※改修費の9割が給付される(上限あり)	160,000円
サービス利用合計額	200,000円
介護保険からの給付（費用の9割）	▲180,000円
自己負担額 ※200,000円－180,000円	20,000円

<自己負担額の目安>

利用開始月の費用 (1)+(2)	54,190円
以後の月額費用 (1)	34,190円

Q6. 夫が亡くなったときに妻が受給する遺族年金とは？

A6. 遺族年金は、国民年金や厚生年金に加入中の人や、年金を受給中の人亡くなった際に、その人によって生計を維持されていた配偶者や子どもなど一定の範囲の遺族に支給されます。

遺族年金は非課税です！

<p>遺族基礎年金</p>	<p>【支給要件】被保険者または老齢基礎年金の保険料納付済期間等の期間が25年以上ある人が死亡したとき。(ただし、死亡した者について、保険料納付済期間(保険料免除期間を含む。)が加入期間の3分の2以上あること。) ※ただし平成38年4月1日前の場合は死亡日に65歳未満であれば、死亡日の属する月の前々月までの1年間の保険料を納付しなければならない期間のうちに、保険料の滞納がなければ受けらる。</p> <p>【対象者】亡くなられた方に生計を維持されていた「子のある配偶者」または「子」 (注) 子とは18歳に到達する年度末までの子(障害等級1級・2級に該当する子の場合は20歳)。年収は850万円未満であること。</p> <p>【支給額】780,900円 + 子の加算額 子の加算額 ⇒ 第1子第2子は各224,700円、第3子以降は各74,900円</p> <p>【支給期間】子が18歳になった年度末まで(障害等級1級・2級は20歳)</p>
<p>遺族厚生年金</p>	<p>【支給要件】①厚生年金の被保険者(在職中の人)が死亡したとき。または被保険者期間中のケガや病気がもとで初診の日から5年以内に死亡したとき。 ②老齢厚生年金の保険料納付済期間等の期間が25年以上ある人が死亡したとき。 ③1級、2級の障害厚生年金を受けられる人が死亡したとき。</p> <p>【対象者】亡くなられた方に生計を維持されていた妻、夫、子、父母、孫、祖父母 (注) 夫、父母、祖父母は被保険者の死亡当時55歳以上、支給は60歳から(60歳まで支給停止)。年収850万円未満であること。</p> <p>【支給額】老齢厚生年金の報酬比例部分の4分の3相当額 + 中高齢寡婦加算年金</p>

65歳未満の妻が受給できる遺族年金

①子のある妻の場合

遺族厚生年金
(夫の厚生年金の3/4相当額)

遺族基礎年金

②子のいない妻の場合
(40歳未満)

遺族厚生年金
(夫の厚生年金の3/4相当額)

※ (注) 30歳未満の子のいない妻は5年間の有期給付

③子のいない妻の場合
(40歳～64歳)

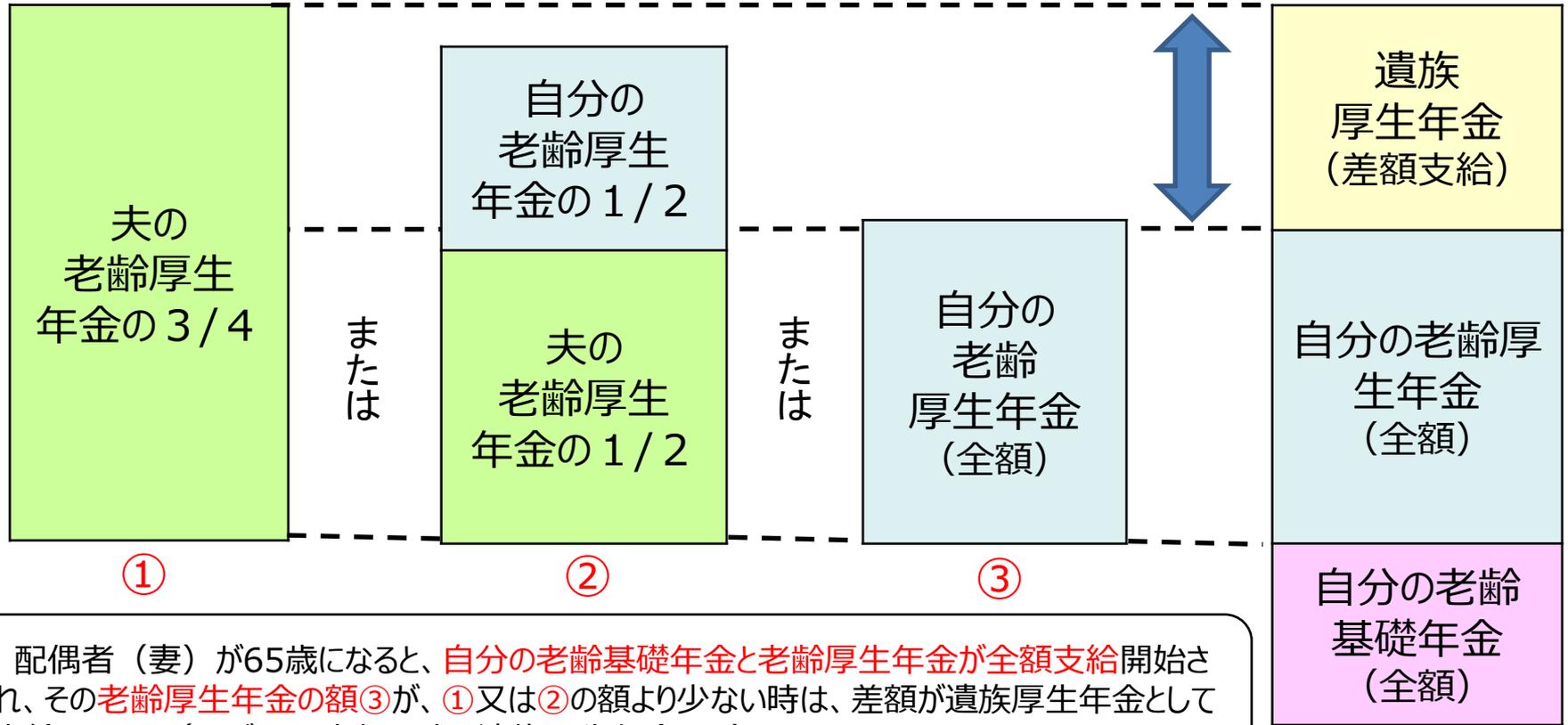
遺族厚生年金
(夫の厚生年金の3/4相当額)

中高齢寡婦加算

【中高齢の寡婦加算】

40歳以上の女性は就労が厳しく、65歳で自分の老齢基礎年金が貰えるようになるまでの子のいない場合は遺族基礎年金が支給されないため、**40歳～64歳の間、中高齢寡婦加算（年額585,700円）**が支給される。

65歳以降の妻が受給できる遺族年金



配偶者（妻）が65歳になると、**自分の老齢基礎年金と老齢厚生年金が全額支給**開始され、その**老齢厚生年金の額③**が、①又は②の額より少ない時は、差額が遺族厚生年金として支給される。（③が一番高額の際は遺族厚生年金なし）



【経過的寡婦加算】 中高齢寡婦加算が支給されていた妻が65歳に達した場合、昭和31年4月1日以前生まれの妻に、生年月日に応じて経過的寡婦加算が支給される。これは昭和61年4月1日から60歳に達するまで国民年金に加入した場合の老齢基礎年金との差額に対応するものである。この結果65歳以降も自分の基礎年金と経過的寡婦加算を合わせることで、中高齢寡婦加算と同額が受給できる。

Q7. 退職金や年金にも税金がかかる？

A7. 退職金には所得税および復興税と住民税がかかりますが、給与所得などの他の収入よりも税制上優遇されています。また、老齢年金にも雑所得として所得税および復興税住民税がかかりますが、給与所得と比較すると税制上の優遇があります。

退職金にかかる税金

退職金を受け取る際には、勤務先に「退職所得の受給に関する申告書」を提出することにより、税負担を軽減する「退職所得控除」の利用が可能。

$$\text{課税対象額} = (\text{退職金} - \text{退職所得控除額}) \times 1 / 2$$

勤続年数	退職所得控除額
20年以下	40万円×勤続年数（80万円未満は80万）
20年超	800万円 + 70万円×（勤続年数 - 20年）

1,000円未満の端数切捨て



(注) 1年に満たない端数があるときは1年に切り上げる。

$$\text{所得税額} = (\text{課税対象額} \times \text{税率} - \text{控除額}) \times 102.1\%$$

課税所得金額 (A) 円	税率 (B) %	控除額 (C) 円	所得税額 = (A) 円 × (B) % - (C) 円	
1,000円～1,949,000円	5	0	(A) × 5%	平成25年から平成49年まで右記の額に復興特別所得税(2.1%)が乗じられる(所得税額×102.1%となる)
1,950,000円～3,299,000円	10	97,500	(A) × 10% - 97,500円	
3,300,000円～6,949,000円	20	427,500	(A) × 20% - 427,500円	
6,950,000円～8,999,000円	23	636,000	(A) × 23% - 636,000円	
9,000,000円～17,999,000円	33	1,536,000	(A) × 33% - 1,536,000円	
18,000,000円～39,999,000円	40	2,796,000	(A) × 40% - 2,796,000円	
40,000,000円～	45	4,796,000	(A) × 45% - 4,796,000円	

$$\text{住民税額} = \text{課税対象額} \times \text{税率} (10\%)$$

【所得税の速算表】

退職金にかかる税金の計算例

例) 勤続年数38年、退職金2,500万円の場合

退職金の金額が退職所得控除額よりも小さい場合は退職金に税金はかからない

① 退職所得控除額	$800\text{万円} + 70\text{万円} \times (38\text{年} - 20\text{年}) = 2,060\text{万円}$
② 課税対象額	$(2,500\text{万円} - 2,060\text{万円}) \times 1/2 = 220\text{万円}$
③ 所得税	$(220\text{万円} \times 10\% - 97,500\text{円}) \times 102.1\% = 125,072\text{円}$
④ 住民税	$220\text{万円} \times 10\% = 220,000\text{円}$
⑤ 所得税 + 住民税	$125,072\text{円} + 220,000\text{円} = 345,072\text{円}$

税金額 = 計345,072円

*退職金は分離課税なので他の所得と分けて計算される

会社の退職金のほか退職所得控除が適用されるもの

- ・厚生年金基金の退職を事由とする一時金
- ・確定給付企業年金の退職を事由とする一時金
- ・確定拠出年金の退職を事由とする一時金
- ・中小企業退職金共済から支払われる退職金

年金にかかる税金

【公的年金等控除】（国民年金、厚生年金、企業年金の年金給付に適用）

	公的年金等収入金額（A）	控除額
65歳未満	130万円未満	60万円
	130万円以上410万円未満	$(A) \times 25\% + 27.5$ 万円
	410万円以上770万円未満	$(A) \times 15\% + 68.5$ 万円
	770万円以上1000万円未満	$(A) \times 5\% + 145.5$ 万円
	1000万円以上	195.5万円
65歳以上	330万円未満	110万円
	330万円以上410万円未満	$(A) \times 25\% + 27.5$ 万円
	410万円以上770万円未満	$(A) \times 15\% + 68.5$ 万円
	770万円以上1000万円未満	$(A) \times 5\% + 145.5$ 万円
	1000万円以上	195.5万円

※所得税率は前々ページの所得税額表に同じ（住民税率は10%固定）

公的年金には、以下のとおり、公的年金等控除（65歳未満は60万円、65歳以上は110万円）に、基礎控除48万円が加わるので、**65歳未満**の方は、年金収入が**108万円まで**、**65歳以上**の方は**158万円まで**は所得税がかからない（源泉徴収が行われない）。

65歳未満	年金収入 108万円 : 60万円（公的年金等控除） + 48万円（基礎控除）
65歳以上	年金収入 158万円 : 110万円（公的年金等控除） + 48万円（基礎控除）



※公的年金等控除額の年齢は「その年の12月31日現在の年齢」

【主な所得控除】

控除の種類		控除額
基礎控除	所得税	48万円
	住民税	43万円
配偶者控除	所得税	38万円
	住民税	33万円
配偶者控除 (70歳以上)	所得税	48万円
	住民税	38万円

※基礎控除の控除額は、合計所得金額2,400万円以下の場合

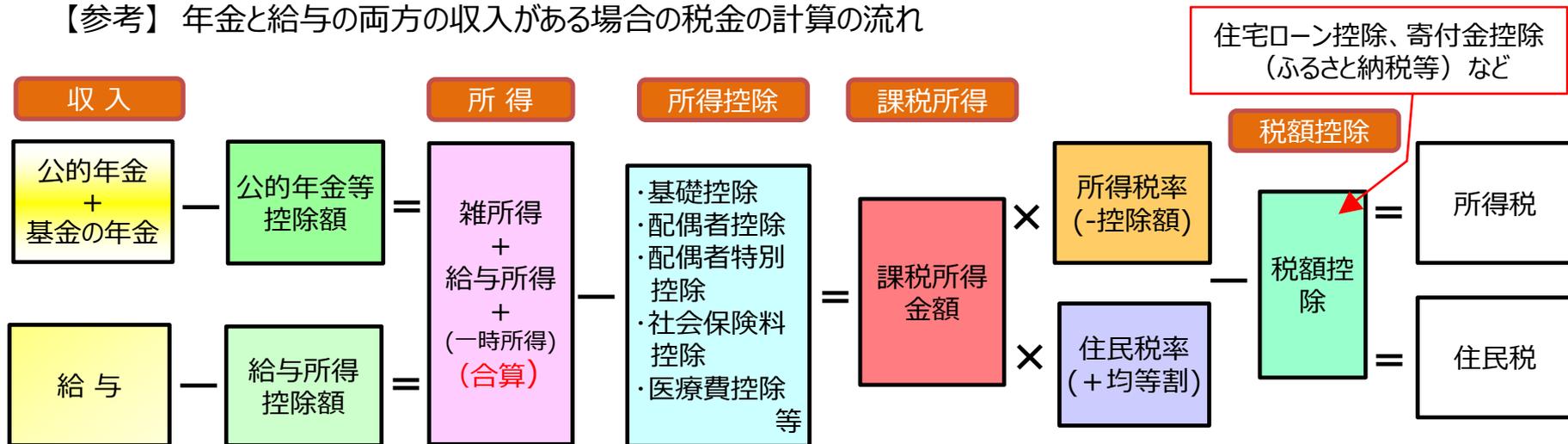
年金にかかる税金の計算例

例) 夫の年齢66歳、年金年額280万円、妻の年齢65歳の場合

①公的年金等控除額	110万円
②課税所得金額	年金年額 公的年金等控除 基礎控除 配偶者控除 課税所得金額 280万円 - 110万円 - 48万円 (住:43万) - 38万円 (住:33万) = 84万円 (住:94万円)
③所得税	(84万円×5%) × 102.1% = 42,882円
④住民税	94万円×10% = 94,000円
⑤所得税+住民税	42,882円 + 94,000円 = 136,882円

※ 課税所得金額の算出時は、実際にはその他の社会保険料（国民健康保険料等）等も控除した後の金額で行う。
また、課税所得金額は千円未満の端数を切捨て。

【参考】 年金と給与の両方の収入がある場合の税金の計算の流れ



※ 収入が年金だけになった場合も「給与所得」の算出と合算がないだけで計算の流れは同じ。

Q8. 今後、年金が目減りしていくって聞いたけど、ホント？

A 8. 少子高齢化で厳しさを増す年金財政を安定させるために導入された「マクロ経済スライド」が適用されることにより、年金の実質的な価値が目減りしていくこととなります。

年金は現役世代が支払う保険料で賄われている。

⇒ 少子高齢化が進展する中で、将来の現役世代の過重な保険料の負担を回避するため、保険料の範囲内で年金額を自動的に調整する仕組み「**マクロ経済スライド**」が設けられた。

物価・賃金スライド

公的年金の年金額は、物価・賃金の変動率に応じて年度ごとに改定される

物価・賃金が上がれば

→年金額は増える

物価・賃金が下がれば

→年金額は減る



これ以上負担
が増えたら潰れ
ちゃうわ！

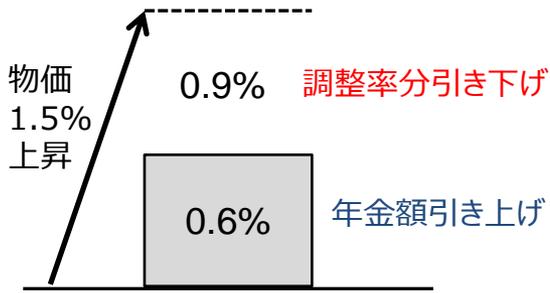
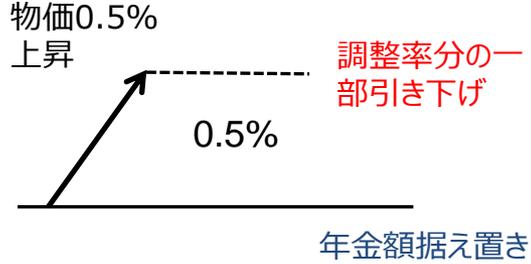
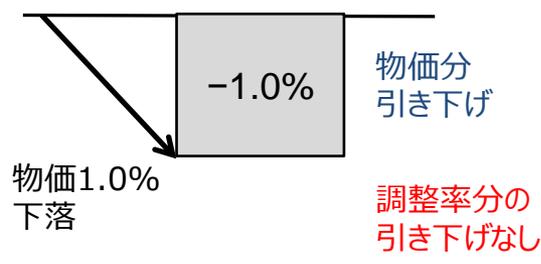
マクロ経済スライドによる年金額改定

「物価や賃金の伸び率」から、現役の被保険者数の減少率（保険料負担力の低下）と平均余命の伸び率（給付費の増大）を加味した「**スライド調整率**」を差し引いて年金額が改定される

→物価・賃金スライドの伸び率を抑える働きをする

マクロ経済スライドの発動によって名目金額（額面）が減ることはないが、物価上昇に年金額の増加がフルに追随しなくなることで実質的な価値が目減りする

マクロ経済スライドのイメージ図

物価が1.5%上昇した場合	物価が0.5%しか上昇 しなかった場合	物価が1%下落した場合
 <p>物価 1.5% 上昇</p> <p>0.9% 調整率分引き下げ</p> <p>0.6% 年金額引き上げ</p> <p>物価が1.5%上がると通常なら年金額も1.5%増えるが、マクロ経済スライドが適用されると、0.9%を引いた0.6%しか増えない。</p> <p>$1.5\% - 0.9\% = 0.6\%$</p> <p><年金額が100万円の場合> $100\text{万円} \times 1.006 = 100\text{万}6\text{千円}$</p> <p style="color: red;">マクロ経済スライド発動</p>	 <p>物価0.5% 上昇</p> <p>0.5% 調整率分の一部引き下げ</p> <p>0.5%</p> <p>年金額据え置き</p> <p>物価上昇率が0.5%だと、0.9%を引いたマイナス0.4%になるが、この場合は0%までしか下げず、年金額を据え置く。</p> <p>$0.5\% - 0.9\% = -0.4\%$</p> <p>----> 0%</p> <p style="color: red;">※0.4% 未調整</p> <p>年金額据え置き：100万円</p> <p style="color: red;">マクロ経済スライド一部発動</p>	 <p>物価1.0% 下落</p> <p>-1.0%</p> <p>物価分引き下げ</p> <p>調整率分の引き下げなし</p> <p>物価が下がった場合は、下落分だけ引き下げ、調整率は差し引かない（マクロ経済スライドは、物価が下がるデフレ下では適用しないため）。</p> <p style="text-align: right;">-1.0%</p> <p style="color: red;">※0.9% 未調整 (未調整分は物価上昇時に繰越し)</p> <p>$100\text{万円} \times 0.99 = 99\text{万円}$</p> <p style="color: red;">マクロ経済スライドの発動なし</p>

※ 調整率が0.9%の場合

Q9. 病気やケガで障害が残った人の年金はどうなる？

A9. 年金に加入している間に、病気やケガで障害を負ってしまった場合、老齢年金よりも保障の厚い「**障害年金**」を受給できます。

<p>障害基礎年金</p>	<p>【対象者】 障害認定日に障害等級 1 級又は 2 級に該当する人</p> <p>【支給条件】初診日に国民年金に加入している人又は国民年金に加入していた 6 5 歳未満で日本国内に住所がある人（但し、老齢基礎年金の繰上げ受給をしている場合を除く）。保険料納付要件として、初診日の前日において初診日の属する前々月までの保険料を納付すべき期間のうち、3 分の 2 以上の保険料納付期間（免除、納付猶予含む）があること。なお、令和 8 年 3 月 3 1 日までは、直近の 1 年間に保険料の未納期間がなければよい。</p> <p>【支給額】 1 級障害：976,125円（780,900円×1.25） + 子の加算額 2 級障害：780,900円 + 子の加算額 ※ 1 8 歳未満の子がある場合に子の数に応じて加算あり 第 1 子、第 2 子：各224,700円、第 3 子以降：74,900円</p>
<p>障害厚生年金</p>	<p>【対象者】 障害認定日に障害等級 1 級、2 級、3 級に該当すること</p> <p>【支給条件】初診日に厚生年金に加入していること。 保険料納付要件は障害基礎年金と同じ。</p> <p>【支給額】 1 級障害：老齢厚生年金×1.25倍 + 配偶者の加給年金額 2 級障害：老齢厚生年金と同額 + 配偶者の加給年金額 3 級障害：老齢厚生年金と同額（最低保障額585,700円） 3 級より軽い障害：障害手当金 一時金として、報酬比例の年金額× 2 （最低保障額1,171,400円）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・老齢厚生年金の被保険者期間が300月（25年）未満の場合は、300月として計算する ・障害認定日がある月後の被保険者期間は、年金額計算の基礎とはならない

初診日・・・ 障害の原因となった病気やけがについて、初めて医師等の診療を受けた日をいう。

障害認定日・・・ 障害の状態を定める日のことで、その障害の原因となった病気やけがについての初診日から1年6ヶ月をすぎた日、または1年6ヶ月以内にその病気やけがが治った場合（病状が固定した場合）はその日をいう。

	障 害 の 状 態
1 級	<p>1 級とは、他人の介助を受けなければほとんど自分の用を弁ずることができない程度の状態をいいます。</p> <p>(具体例)</p> <ol style="list-style-type: none">① 両眼の視力の和が0.04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④ その他
2 級	<p>2 級とは、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をいいます。</p> <p>(具体例)</p> <ol style="list-style-type: none">① 両眼の視力の和が0.05以上0.08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④ その他
3 級 (障害厚生年金のみ)	<p>3 級とは、就労に著しい制限を受ける程度の状態をいいます。</p> <p>(具体例)</p> <ol style="list-style-type: none">① 両目の視力が0.1以下に低下した場合② 片手の3大関節のうち、2関節に著しい障害を残す場合③ 片足の3大関節のうち、2関節に著しい障害を残す場合④ その他

(厚生労働省資料)

※ 障害年金の等級は国民年金法、厚生年金保険法により認定基準が定められており、身体障害者福祉法による身体障害者手帳の認定基準とは異なる。

Q10. 熟年離婚したら、夫婦の年金はどうなる？

A10. 離婚した夫婦が、婚姻期間中の年金（厚生年金）をの多い方から少ない方へ、最大で2人の取り分が同じになるまでの分割が可能になります。これを「離婚時の年金分割」といいます。

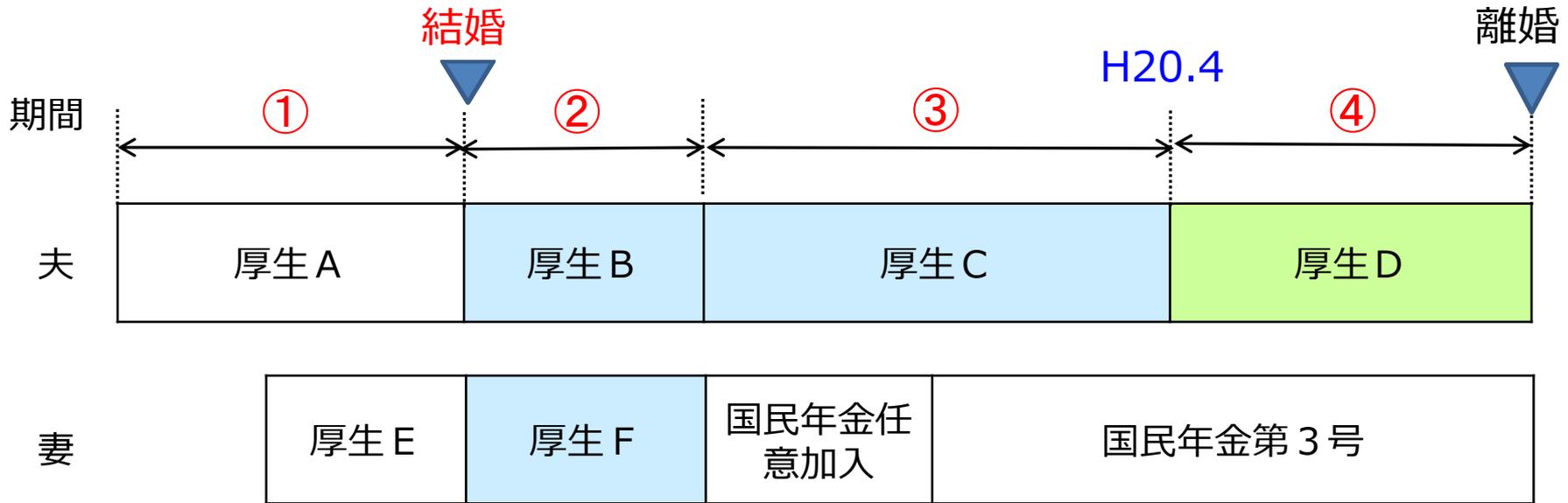
【離婚時の厚生年金の分割制度】

- ・婚姻期間中の厚生年保険料は夫婦共同で負担したものであると見なされ、離婚時の財産分与として年金分与を制度化したもの。
- ・平成19年4月1日以降の離婚が対象で、これ以前を含め婚姻期間中の厚生年金保険料納付記録が話し合いで最大2分の1まで分与（合意分割）
- ・平成20年4月1日以降の第3号被保険者期間については同意不要で2分の1が自動的に分与される（3号分割）

※例えば、夫が第2号被保険者で、妻が第2号被保険者または第1号被保険者の場合は、3号分割は行わない。

- ①年金額そのものを分割するのではなく、厚生年金保険料の納付記録を分割する。
- ②老齢基礎年金と独身期間中の厚生年金は対象外。
- ③自分の年金の支給開始年齢から受給できる。
- ④離婚した翌日以降2年以内に分割請求が必要（2年を経過した場合は年金分割改定請求は不可となる）。

離婚分割の事例



期間① : 厚生 A と厚生 E については、夫婦それぞれに支給（分割の対象外）

期間② ③ : 当事者間の合意等を要件に厚生 B と C と F の合計額の 2 分の 1 を上限に分割

期間④ : 妻の請求により、厚生 D の 2 分の 1 を自動分割

參考資料

社会保険料の種類

- ・ **給与所得者**は給与支払い時に給与から社会保険料が控除される。
- ・ 各保険料は標準報酬月額及び標準賞与額に対して一定率を掛けて算出される。

社会保険料の種類	保険料負担者		保険料算出基準給与及び賞与
	事業主	従業員	
①厚生年金保険料	○	○	標準報酬月額（88,000～650,000円までの32等級）
			標準賞与額（1,000未満切り捨て1回上限150万円）
②健康保険料	○	○	標準報酬月額（58,000～1,390,000円までの50等級）
			標準賞与額（1,000未満切り捨て年間上限573万円）
③介護保険料	○	○	標準報酬月額（58,000～1,390,000円までの50等級）
			標準賞与額（1,000未満切り捨て年間上限573万円）
④雇用保険料	○	○	支給給与額及び支給賞与額
⑤労働者災害補償保険料	○	—	従業員の賃金総額

「国民年金保険料」の納付免除制度

◆納付が困難な人のための

免除制度

所得に応じて



①全額免除	年金額に2分の1が反映	3分の1が反映
②4分の3免除	年金額に8分の5が反映	2分の1が反映
③半額免除	年金額に4分の3が反映	3分の2が反映
④4分の1免除	年金額に8分の7が反映	6分の5が反映

(平成21年4月以降の期間)

(平成21年3月以前の期間)

◆50歳未満の人のための

納付猶予制度

50歳未満で、本人および配偶者の前年度の所得が一定金額（目安として単身で57万円）以下の場合、申請により保険料の納付が猶予される。（但し、年金額には反映されない）

◆学生のための

学生納付特例制度



大学等に在籍する「学生」で、学生本人の前年所得が一定金額（目安として118万円）以下の場合、申請により保険料の納付が猶予される。（但し、年金額には反映されない）

- 【注】 ①上記の各免除期間は、老齢基礎年金の受給資格期間に算入される。
 ②猶予された保険料は10年以内であれば「追納」が可能。なお、過去3年より古い保険料には、経過期間に応じた加算が行われる。

「国民年金保険料」の割引制度

国民年金保険料 199,320円 = 16,610円 (令和3年度保険料) × 12ヶ月

(1) 前納制度

- ① 6ヶ月分を現金で前納すると、810円の割引 (99,660円 → 98,850円)
- ② 1年分を現金で前納すると、3,540円の割引 (199,320円 → 195,780円)
- ③ 2年分を現金で前納すると、14,590円の割引 (398,400円 → 383,810円)

(2) 口座振替早割制度

毎月の保険料を口座振替の早割 (当月保険料を当月末引落し) で納付すると、
1ヶ月50円割引、年間600円の割引

※早割 = 納付期限より1ヶ月早く口座振替 (申し込みは振替開始月の前々月まで)

(3) 口座振替で前納すると



- ① 6ヶ月分を口座振替で前納すると、1,130円の割引 (99,660円 → 98,530円)
- ② 1年分を口座振替で前納すると、4,180円の割引 (199,320円 → 195,140円)
- ③ 2年分を口座振替で前納すると、15,850円の割引 (398,400円 → 382,550円)

※ 申込期限、申込方法は年金事務所等でご確認ください。

50歳未満の方の年金見込額を計算してみましょう！

モデルケース

現在48歳の男性。国民年金、厚生年金への加入実績25年。
今後、国民年金、厚生年金に60歳（59歳11ヵ月）まで12年（144月）加入予定。

① 老齢基礎年金の見込額の計算

A) ねんきん定期便の「これまでの加入実績に応じた老齢基礎年金額」欄の金額 **(A)**

2. これまでの加入実績に応じた年金額（年額）

(1) これまでの加入実績に応じた老齢基礎年金額	(A) 487,563 円
(2) これまでの加入実績に応じた老齢厚生年金額	円
これまでの加入実績に応じた年金額【(1) + (2)】	円

B) 今後の老齢基礎年金の増加見込額 **(B)**

$$780,900円 \times \frac{144月 (=12年)}{480月 (=40年)} = 234,270円 \text{ (B)}$$

国民年金に1年加入（保険料納付）すると大よそ2万円増える！

老齢基礎年金の見込額は (A) + (B) 487,563 + 234,270 = 721,833 円
--

② 老齢厚生年金の見込額の計算

C) ねんきん定期便の「これまでの加入実績に応じた老齢厚生年金額」欄の金額 (C)

2. これまでの加入実績に応じた年金額 (年額)

(1) これまでの加入実績に応じた老齢基礎年金額	円
(2) これまでの加入実績に応じた老齢厚生年金額	(C) 796,493 円
これまでの加入実績に応じた年金額【(1) + (2)】	円

D) 今後の老齢厚生年金の増加見込額 (D) の計算

平成15年4月以降の期間になるので、下記の計算式に当てはめて計算。

$$\left[\begin{array}{l} \text{平均標準} \\ \text{報酬額} \end{array} \times \frac{5.481}{1000} \times \begin{array}{l} \text{平成15年4月以後の} \\ \text{被保険者期間の月数} \end{array} \right]$$

※60歳までの残り12年間(144月)の平均標準報酬額 (ボーナス含む) が50万円の場合

$$500,000\text{円} \times \frac{5.481}{1000} \times 144\text{月} = 394,632\text{円 (D)}$$

$$\begin{array}{l} \text{老齢厚生年金の見込額は (C) + (D)} \\ 796,493 + 394,632 = 1,191,125\text{円} \end{array}$$

「ねんきんネット」(p10参照)を使って年金見込額を計算してみましょう！

退職後の健康保険料と介護保険料の比較例

Q1 関連資料

任意継続は協会けんぽ、国民健康保険・介護保険は江戸川区(R2年度額)を参考に試算

退職年齢		前年の 税込月収 (税込年収)	前年の 給与 所得 (年額)
60歳で 退職 (再雇用・ 再就職なし)	退職後 1年目	55万 (770万 うち賞与 110万)	573万
	退職後 2年目	0	0

任意継続 保険料 (年額)
41.1万 (1年分 前納時の 上限額)
※2年間 同額で 継続

退職後	被扶養者(妻等) の状況		国民健康 保険料 (世帯の 年額)
	人数	年齢	
1年目	1名	40~64歳	80.2万
		65歳以上	78.6万
	0名		73.1万
2年目	1名	40~64歳	14.3万
		65歳以上	12.7万
	0名		7.2万

退職後	(参考)介護保険料 ※65歳以上に賦課	
	世帯の 年額	世帯の65歳 以上の人数
1年目	0	0名
	6.5万	1名(被扶養者)
	0	0名
2年目	0	0名
	3.2万	1名(被扶養者)
	0	0名

任意継続か国民健康保険の
どちらかを選択

健康保険のどちらかにプラス
選択した任意継続か国民

退職年齢		前年の 税込月収 (税込年収)	前年の 給与 所得 (年額)
65歳で 退職 (再雇用・ 再就職なし)	退職後 1年目	26万 (312万)	200万
	退職後 2年目	19万 (228万) 年金等収入(年 額)	108万 年金所得 (年額)

任意継続 保険料 (年額)
30.1万 (1年分 前納時の 上限額)
※2年間 同額で 継続

退職後	被扶養者(妻等) の状況		国民健康 保険料 (世帯の 年額)
	人数	年齢	
1年目	1名	40~64歳	29.7万
		65歳以上	28.0万
	0名		22.5万
2年目	1名	40~64歳	20.3万
		65歳以上	18.7万
	0名		13.1万

退職後	(参考)介護保険料 ※65歳以上に賦課	
	世帯の 年額	世帯の65歳 以上の人数
1年目	9.7万	1名(本人)
	16.2万	2名(夫婦等)
	9.7万	1名(本人)
2年目	7.8万	1名(本人)
	14.3万	2名(夫婦等)
	7.8万	1名(本人)

※被扶養者は65歳以降90万円の年金収入があるものとした

※国民健康保険料・介護保険料の算定方法は自治体によって差があるため住所地の市区町村で確認

※40~64歳の任意継続保険料および国民健康保険料には介護保険料が含まれている

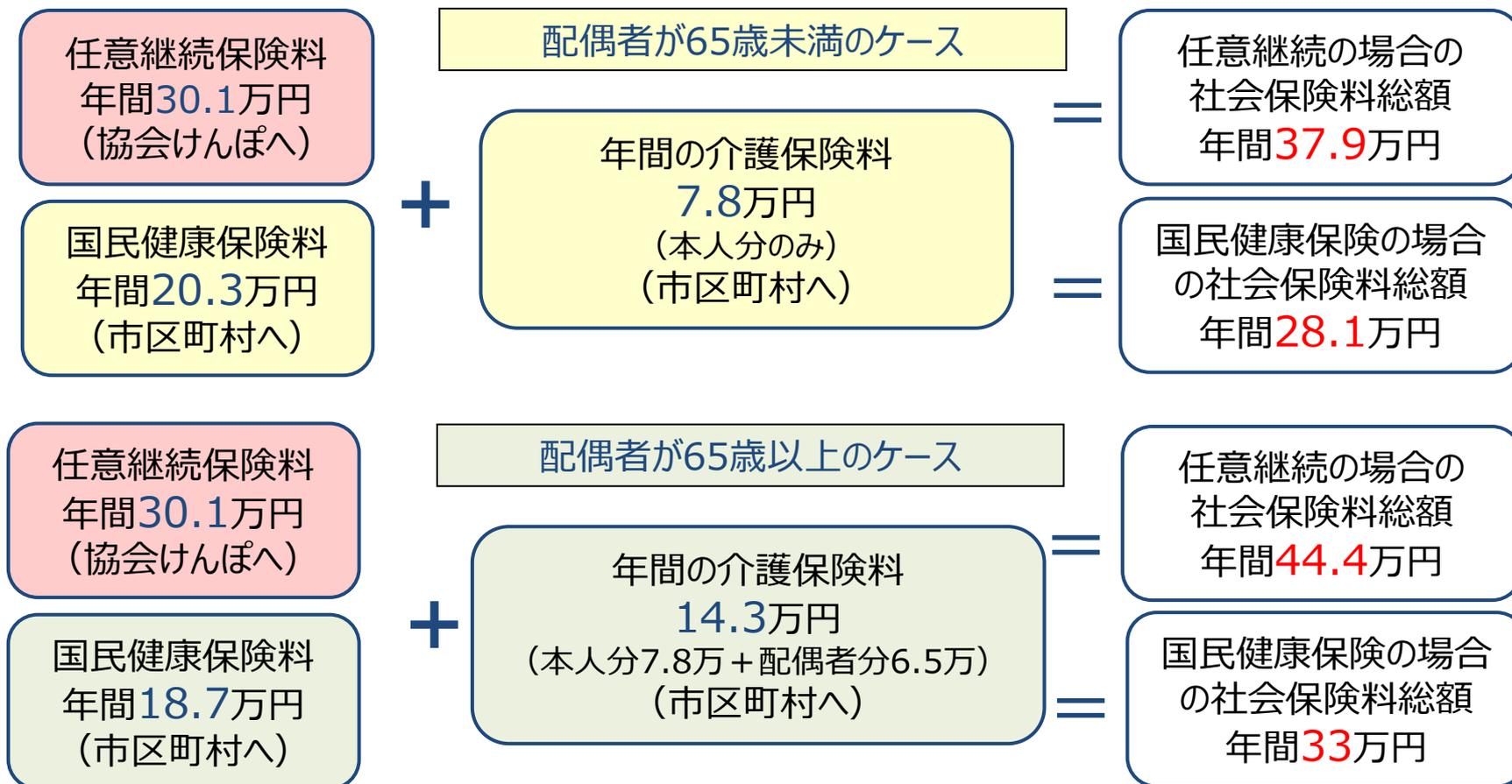
※年金等収入には年金受け取りの企業年金や確定拠出年金を含む

【事例】60歳定年後、継続雇用で65歳まで働いて完全退職した
一郎さん（本人）が退職後「2年目」に支払う社会保険料は？

Q1 関連資料

- <試算条件>
- ・退職前の給与 26万円／月（健康保険は協会けんぽ）
 - ・本人の年金収入 228万円／年（企業年金含む） ※65歳以降
 - ・配偶者の年金収入 90万円／年 ※65歳以降
 - ・被扶養者は配偶者のみ

※65歳以上になると介護保険料は、健康保険料と切り離されて、別途市町村へ納付が必要となる



高額療養費 70歳以上の方の自己負担限度額

毎月の上限額は、加入者が70歳以上かどうかや、加入者の所得水準によって分けられます。また、70歳以上の方には、外来だけの上限額も設けられています。

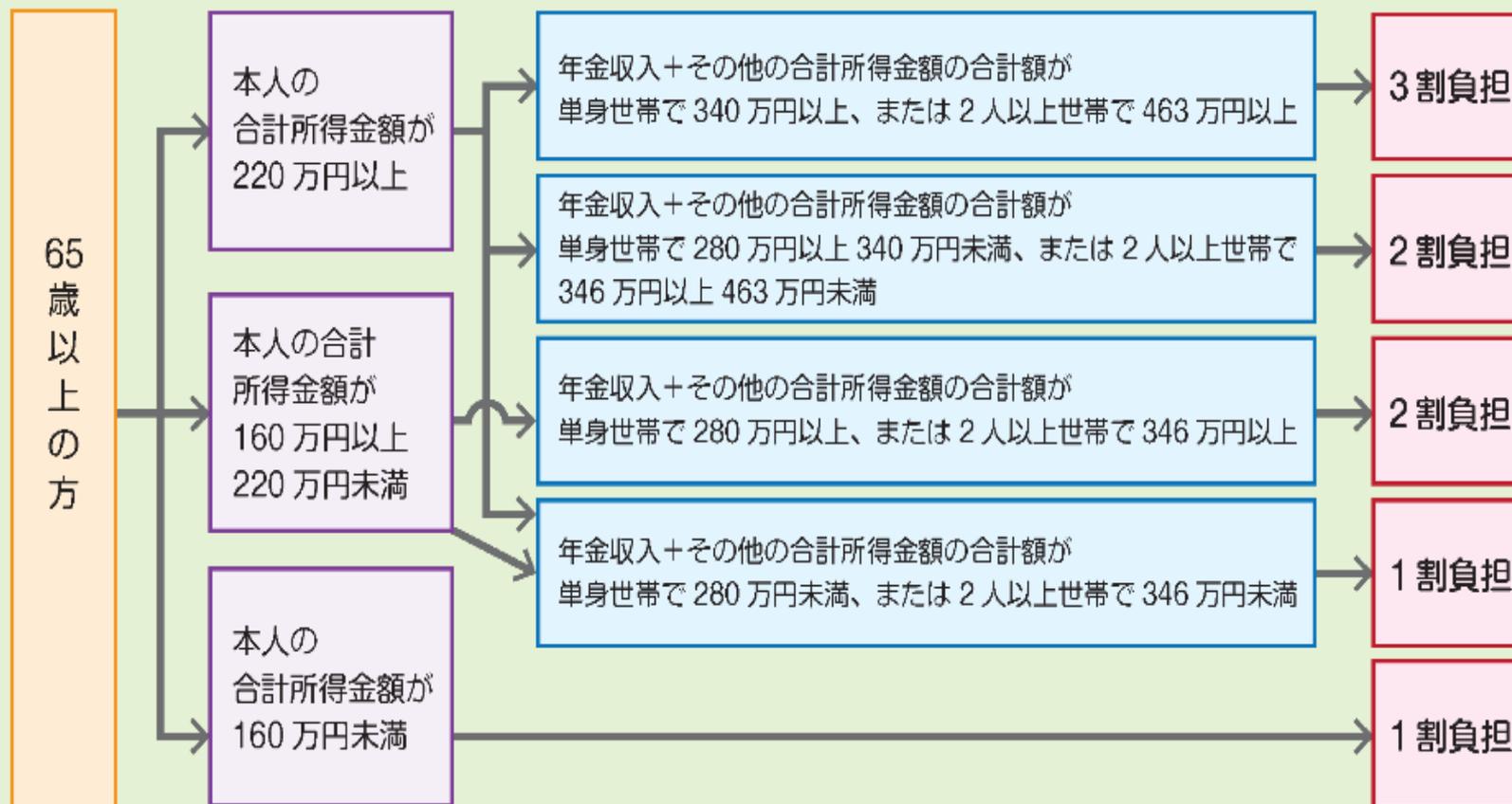
<70歳以上の方の上限額（平成30年8月診療分から）>

適用区分		外来(個人ごと)	ひと月の上限額 (世帯ごと)
		現役並み	年収約1,160万円～ 標報83万円以上／課税所得690万円以上
	年収約770万円～約1,160万円 標報53万円以上／課税所得380万円以上	167,400円 + (医療費 - 558,000) × 1%	
	年収約370万円～約770万円 標報28万円以上／課税所得145万円以上	80,100円 + (医療費 - 267,000) × 1%	
一般	年収156万～約370万円 標報26万円以下 課税所得145万円未満等	18,000円 (年14万4千円)	57,600円
非住民 課税等	Ⅱ 住民税非課税世帯	8,000円	24,600円
	Ⅰ 住民税非課税世帯 (年金収入80万円以下など)		15,000円

注 1つの医療機関等での自己負担（院外処方代を含みます。）では上限額を超えないときでも、同じ月の別の医療機関等での自己負担を合算することができます。この合算額が上限額を超えれば、高額療養費の支給対象となります。

介護保険負担割合判定チャート

利用者負担の判定の流れ



※第2号被保険者(40歳以上65歳未満の方)、市区町村民税非課税の方、生活保護受給者は上記にかかわらず1割負担

出典：厚生労働省ホームページ

※合計所得額とは・・・収入が年金のみであれば年金収入(企業年金を含む)－公的年金等控除額
年金収入(額面)が260万のときの合計所得額 260-110=150万

高額介護サービス費（介護費用の自己負担が高額になったとき）

同じ月に利用した介護サービスに係る費用〔1割、2割または3割の自己負担額（同じ世帯に複数の利用者がある場合には**世帯合計額**）〕が下表の上限額を超えた場合に、申請によって超過額を「**高額介護（介護予防）サービス費**」として後から支給（払い戻し）される制度。

令和3年8月～

対象者の区分	住民税課税所得	自己負担の上限額（月額）
本人または 世帯税員が住民税課税者	年収1,160万円以上	14万0,100円（世帯）
	年収770～1,159万円	9万3,000円（世帯）
	年収669万円以下	4万4,400円（世帯）
世帯全員が住民税非課税者	下記以外	2万4,600円（世帯）
	前年の合計所得金額と公的年金、	2万4,600円（世帯）
	収入額の合計が年間80万円以下	1万5,000円（個人）
	生活保護を受けている人	1万5,000円（個人）

「世帯」とは、住民基本台帳上の世帯員で、介護サービスを利用した人全員の負担の合計の上限額を指し、

「個人」とは、介護サービスを利用した本人の負担の上限額を指す。

【高額介護サービス費の対象とならない費用】

- ・福祉用具購入費または住宅改修費の1割負担分
- ・施設サービス利用者の食費、居住費や日常生活費など、介護保険の給付対象外の利用者負担分
- ・介護保険の支給限度額を超え、全額自己負担となる利用者負担分

高額医療・高額介護合算療養費制度 (医療と介護の両方を受けた場合)

介護保険のサービスを受けている人が1年間(8月から翌年7月まで)に払った**医療保険と介護保険の自己負担額(保険適用分)**を合計した額が下表の**限度額を超えた場合**、申請により**超えた分が支給**される。
支給額は負担額の比率に応じて介護と医療の保険者から支給(払い戻し)される。
利用できる対象者となるには、同一の医療保険制度(国民健康保険、後期高齢者医療制度、会社の健康保険など)に属する世帯であることが条件。

高額医療・高額介護合算療養費制度における限度額(年額)

所得区分	70歳未満	70歳以上
①月収83万円以上	212万円	
②月収53～79万円	141万円	
③月収28～50万円	67万円	
④月収26万円以下	60万円	56万円
⑤市町村民税非課税者(低所得者)	31万円	
⑥所得が一定基準に満たない場合等 (被保険者とその扶養家族全ての方の収入から必要経費・控除額を除いた後の所得がない場合)	34万円	19万円

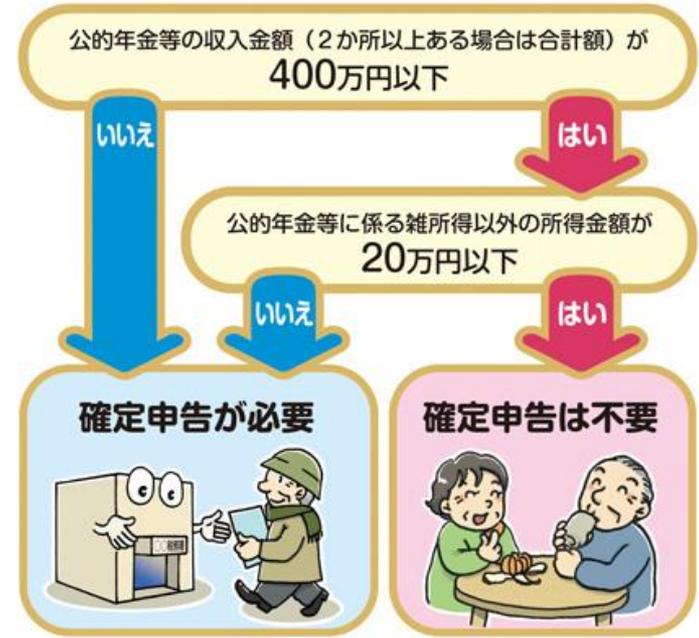
介護の〇〇について知りたい！

◆介護についての相談先を知りたい	
最寄りの役所（市区町村介護保険課等）	介護申請先（介護保険のサービスを受けるには、市区町村へ申請書を提出）
地域にある「地域包括支援センター」	介護相談（介護の予防に向けての相談、介護サービスに関する相談等）の最初の窓口 → 全国の地域包括支援センターの一覧 （都道府県のホームページリンク）
社会福祉協議会	高齢者や身体障害者などの社会的弱者に対しての様々な支援活動を行っている
国民健康保険団体連合会	介護保険に関する苦情相談（介護事業者とのトラブルに関する相談等）窓口
地域にある「居宅介護支援事業所」	ケアマネジャー（介護支援専門員）によるケアプラン（居宅サービス計画）の作成など
居住地区を担当する「民生委員」	地域によっては、独居老人を定期的に訪問するなどの活動
◆介護サービスを受けるまでの手続きを知りたい	介護保険制度の概要、利用方法、サービスの種類
◆近くにあるサービス事業所（の調べ方）を知りたい	各地域で介護サービスを提供している事業所を検索できるシステム → 介護事業所・生活関連情報検索介護サービス情報公表システム
◆全国の福祉サービスの第三者評価結果を知りたい	独立行政法人福祉医療機構が運営する福祉・保健・医療の総合情報サイト → 福祉サービス第三者評価情報 - ワムネット「WAMNET」
◆介護と仕事の両立について相談先を知りたい	相談先をご紹介 ・法律で定める内容などについて聞きたい ・職場でのトラブルで困っている
◆介護休業したときに受けられる給付を知りたい	制度の概要、支給申請手続き → 介護休業給付の内容及び支給申請手続き（リーフレット） 介護離職を防止し、仕事と介護の両立を可能とするための制度（雇用保険法等）の整備（抜粋） ・介護休業給付金 → 賃金月額（休業開始時賃金日額×支給日額）× 67% ・介護休業 → 対象家族1人につき、最長93日まで3回に分けて取得可能 ・介護休暇 → 半日（所定労働時間の2分の1）単位で年5日分取得可能
◆介護をしながら働き続けているケースを参考にしたい	→ 仕事と介護の両立モデル～介護離職を防ぐために～

収入が公的年金・企業年金（確定拠出年金を含む）の年金額の合計が400万円以下かつ他の所得が20万円以下の場合には確定申告は不要 ※公的年金等以外の所得（民間生保の個人年金など）の金額が20万円以下で確定申告の必要がない場合であっても、住民税の申告は必要（なお確定申告を行っていれば住民税の申告は不要）

但し年金収入が400万円以下でも下記の控除等がある場合など**確定申告をすることで還付金が受け取れることがある。**

- 企業年金（厚生年金基金以外）や確定拠出年金を受けている場合（基礎控除や配偶者控除が計算される）
- 医療費控除（医療費の自己負担額が10万円より多い場合や所得金額×0.05より多い場合（総所得が200万未満の方）など）
- 寄附金控除（ふるさと納税や寄付など）、住宅ローン控除、生命保険料控除
- 災害などによる雑損控除



◆年金収入が108万（65歳以上の場合158万）以上のとき

公的年金支払い時に**5%**（+復興特別所得税）源泉徴収が行われる

$$\text{所得税の源泉徴収税額} = \{ \text{年金支給額} - \text{公的年金控除額} \} \times 5.105\%$$

*日本年金機構から送られる「扶養親族等申告書」を提出すると、扶養控除等が控除され徴収税額を減らすことができる

*単身者等で控除対象配偶者や扶養親族がなく、本人が障害者または寡婦（寡夫）に該当しない場合は「扶養親族等申告書」は送付されない

◆企業年金（厚生年金基金を除く）や確定拠出年金を年金払いで受け取る場合は年金支払い時に**7.5%**（+復興特別所得税）源泉徴収される。

$$\text{源泉徴収税額} = \{ \text{年金支給額} - \text{公的年金控除額} (\text{支給額} \times 25\%) \} \times 10.21\% = \text{年金支給額} \times 7.6575\%$$

企業年金には扶養親族等申告書はなく、**控除を受けるためには確定申告が必要になる**

ホームページから最新情報を入手しよう！

情報	情報元	ホームページ・アドレス
公的年金に関する情報	厚生労働省	http://www.mhlw.go.jp/
	日本年金機構	http://www.nenkin.go.jp/
企業年金に関する情報	各企業年金(基金)	厚生年金基金、確定給付企業年金、確定拠出年金(企業型)に加入していた人 → 各企業年金(厚生年金基金、確定給付企業年金、確定拠出年金(企業型))のホームページ
	企業年金連合会	厚生年金基金の加入期間が10年未満の人や解散した基金に加入していた人 → https://www.pfa.or.jp/
健康保険に関する情報	協会けんぽ(全国健康保険協会)	http://www.kyoukaikenpo.or.jp/
	各健康保険組合	加入していた健康保険組合のホームページ
国民健康保険に関する情報	市区町村の国民健康保険担当課	住んでいる市区町村のホームページ
雇用保険に関する情報	ハローワークインターネットサービス	https://www.hellowork.go.jp/
介護保険に関する情報	市区町村の介護保険担当課または地域包括支援センター	厚生労働省のホームページ http://www.mhlw.go.jp/ 住んでいる市区町村のホームページ
税金に関する情報	国税庁	https://www.nta.go.jp/
暮らしに役立つ年金、保険、税金などの総合情報	知るぽると(金融広報中央委員会)	https://www.shiruporuto.jp/