

■年金制度の仕組みは  
どうなっているのか.....

■老齢になったときの年金は.....

■外国人等の年金は.....

■企業年金・個人年金制度  
に加入した人の年金は.....

■障害者になったときの年金は.....

■死亡したときの年金は.....

■年金の手続きと  
問い合わせ.....



1. 基礎年金と厚生年金	2
2. 国民年金に加入する人	7
3. 国民年金の保険料	11
4. 厚生年金に加入する人	18
5. 被用者年金制度の一元化	21
6. 厚生年金の保険料	25

1. 老齢基礎年金	30
2. 被扶養配偶者の振替加算	39
3. 特別支給の老齢厚生年金	42
4. 特別支給の老齢厚生年金と 繰上げ支給の老齢厚生年金	57
5. 65歳からの老齢厚生年金	62
6. 厚生年金の分割	73
7. 旧法の老齢年金	76
8. 通算老齢年金	78
◎外国人と海外在住者の年金加入	80
9. 企業年金・個人年金制度	83

1. 障害基礎年金	86
2. 障害厚生年金・障害手当金	91

1. 遺族基礎年金	98
2. 遺族厚生年金	102
3. 寡婦年金・死亡一時金	109
未支給の給付	110

1. 請求の手続きと支払月	111
2. 年金受給者の主な届出	115
3. 年金と税金	117
4. 年金の相談	120
5. 年金記録問題	124
6. ねんきん定期便とねんきんネット	126
7. 年金生活者支援給付金	128

仕組  
み

国民  
年金

厚生  
年金

老齢  
基礎

老齢  
厚生

旧・  
老齢

外国  
人等

企業  
年金  
個人  
年金

障害  
給付

遺族  
給付

受給  
手続  
き

# 年金制度の仕組み

## 1. 基礎年金と厚生年金

日本の年金制度は、国民年金からは、すべての国民に共通する基礎年金が支給され、厚生年金保険からは、基礎年金に上乗せする報酬比例の年金が支給されるという、二階建ての年金給付の仕組みをとっています。

### 厚生年金

#### 国民年金（基礎年金）

自営業者等	サラリーマン等	サラリーマン等の被扶養配偶者
第1号被保険者	第2号被保険者	第3号被保険者
1,387万人	4,672万人	686万人
6,745万人		

\*上記の第2号被保険者は、第1号～第4号厚生年金被保険者の被保険者数です。

\*令和5年度末の加入者数です。

### ■国民年金は基礎年金を支給

国民年金は、自営業者等だけでなく、厚生年金保険の加入者とその配偶者にも共通する給付として、①老齢基礎年金、②障害基礎年金、③遺族基礎年金、の3種類の基礎年金を支給します。

また、国民年金には、以上の基礎年金のほかに、自営業者等の第1号被保険者のための独自の給付として、付加年金、寡婦年金、死亡一時金があります。

## ■厚生年金は基礎年金に上乗せ

厚生年金保険が適用されている事業所に勤めるサラリーマン等は、国民年金と厚生年金保険の2つの年金制度に加入することになります。

厚生年金保険から支給される年金は、加入期間とその間の平均収入に応じて計算される報酬比例の年金となっていて、次のように基礎年金に上乗せする形で3種類が用意されています。

老齢厚生年金	障害厚生年金	遺族厚生年金
老齢基礎年金	障害基礎年金	遺族基礎年金

\*老齢基礎年金に遺族厚生年金が上乗せして支給されたり、障害厚生年金のみが支給されるなど、上記とは異なった形で厚生年金が支給されることがあります。

## ■日本年金機構

日本年金機構は、厚生労働大臣（国）から委託・委任を受けて、公的年金についての一連の運営業務を担っています。

また、全国312カ所の年金事務所が、国民年金、厚生年金保険の届書等の受け付け（郵送でも受け付けます）や年金相談の窓口となっています。

## ■基礎年金番号と基礎年金番号通知書

従来は、国民年金や厚生年金保険に加入すると年金手帳が交付され、多くの手続きにおいて年金手帳の添付が求められていました。現在では、行政手続きの簡素化および利便性の向上を推進する観点から、「基礎年金番号を明らかにする書類」だけで手続きが可能とされているほか、個人番号（マイナンバー）を記載して届出をした場合は、基礎年金番号を明らかにする書類の提出は不要とされています。

こうした今日の環境の変化を踏まえて、年金手帳の形式と役割が見直されることになりました。

令和4年4月からは、新たに国民年金の第1号被保険者、第2号被保険者、第3号被保険者となった人、つまり、20歳到達者や20歳前に厚生年金保険の被保険者となった人などに対する資格取得のお知らせとして、年金手帳に代わ

って「基礎年金番号通知書」が交付されることになりました。

## ■年金の請求と年金を受けられる期間

年金は、加入期間、年齢、その他の条件がそろったとしても、自動的に支給されません。請求の手続きをして、審査の結果、それが認められて初めて、支給されます。

手続きをする場所は、加入期間が7頁の国民年金の第1号被保険者のみの人は市区町村の国民年金の窓口、その他の人は年金事務所となっています。

### ●年金請求書の事前送付

老齢給付の資格期間を満たし受給開始年齢（老齢基礎年金では65歳）を迎える人を対象にして、受給開始年齢になる3カ月前に、日本年金機構から、年金加入記録等をあらかじめ印字した**年金請求書**などの書類が、**事前に送付**されています。

この事前送付された年金請求書を受け取った人は、印字された内容を確認して、漏れなどがあった場合は訂正するなどして、その年金請求書と必要な添付書類を指定された場所（市区役所・町村役場、年金事務所）に郵送または訪問によって提出して、請求の手続きをすることになります。

なお、加入期間が10年に満たない人には、年金請求書が事前送付されず、代わりに「年金加入期間の確認のお知らせ（案内）」が日本年金機構から本人あてに送付されることになっています。

### ●年金を受けられる期間

年金は、受ける権利を得た（受給権が発生した）月の翌月から、死亡などによって受けられなくなる月の分まで支給されます。

## ■年6回の支払い

年金は、国民年金、厚生年金保険とも、2月、4月、6月、8月、10月および12月の年6回の支払い日に分けて、前の2カ月分（例えば4月のときは2月と3月の2カ月分）の年金が、請求時に指定した銀行またはゆうちょ銀行などの金融機関を経由して支払われます。

### ●年金支払いの具体例

例えば、4月に年金を受ける権利を得た人の場合、翌月の5月から年金を受

けられます。ただし、この人に実際に年金が支払われるのは6月で、そのときは、5月の1カ月分の年金が支払われることになります。

## ■年金額は1円未満を四捨五入

年金額の計算で1円未満の端数が生じた場合、1円未満を四捨五入して計算されます。基礎年金と厚生年金の2つの年金が支給される場合、双方とも1円未満を四捨五入します。

### ●支払い月ごとの端数処理

また、前記の2カ月ごとの支払い月の支払い額に1円未満の端数が生じた場合、その端数は切り捨てられます。ただし、この切り捨てられた金額の合計額は、毎年2月に支払われる年金額に加算されます。

## ■令和7年度の年金額

### ●令和7年度の改定率1.065（昭和31年4月1日以前生まれの人は1.062）

年金額は、法定額に毎年度定められる改定率をかけて計算されます。

改定率は、物価変動率と名目手取り賃金変動率に応じて毎年度算出されます。令和7年度の改定率を計算するときの名目手取り賃金変動率は、1.027（令和6年の物価変動率）×0.996（令和3年度～令和5年度平均の実質賃金変動率）×1.000（令和4年度の可処分所得割合変化率）で計算された1.023となります。

その結果、名目手取り賃金変動率が1.023で物価変動率が1.027となり、名目手取り賃金変動率が物価変動率を下回るため、67歳以下の新規裁定者および68歳以上の既裁定者の年金額はどちらも名目手取り賃金変動率で改定されることになります。また、令和7年度は、マクロ経済スライドによる調整率（0.996）が実施されます。したがって、令和7年度は、 $1.023 \times 0.996 \div 1.019$ で令和6年度の改定率を改定することになり、新規裁定者の改定率は1.065、既裁定者の改定率は1.062となります。

なお、令和7年度中に68歳に達する昭和32年度生まれの人（昭和32年4月2日～昭和33年4月1日生まれの人）および令和6年度中に68歳に達した昭和31年度生まれの人（昭和31年4月2日～昭和33年4月1日生まれの人）は、令和5年度においては新規裁定者として名目手取り賃金変動率によって前年度の改定率が改定され、令和6年度の改定では新規裁定者・既裁定者ともに

名目手取り賃金変動率で改定されたため、令和7年度においては昭和33年4月2日以後生まれの新規裁定者と同じ年金改定率(1.065)が適用されることになります。

令和7年度の満額の老齢基礎年金の額は、法定額の780,900円に令和7年度の改定率1.065（既裁定者は1.062、ただし昭和31年度生まれおよび昭和32年度生まれは1.065）をかけた額の100円未満を四捨五入した831,700円（既裁定者は829,300円、ただし昭和31年度生まれおよび昭和32年度生まれは831,700円）となります。

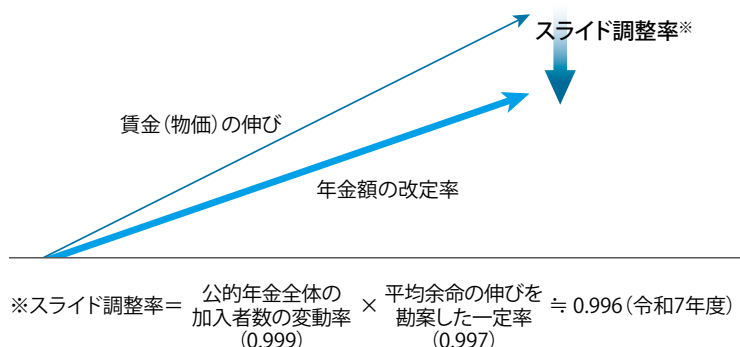
ただし、国民年金の基礎年金の額および子の加算額、厚生年金保険の加給年金額などは、法定額に改定率をかけた額の100円未満を四捨五入した額となりますが、60歳台前半の老齢厚生年金の定額部分の単価などは、法定額に改定率をかけた額の1円未満を四捨五入した額となります。

### ●マクロ経済スライド

平成16年改正により、将来の保険料負担の上限を設定し、その範囲内で給付水準が調整されることとなりましたが、次の2つの理由によって年金財政の悪化が予想されます。

- ①少子化によって公的年金加入者が減少することによる保険料収入の減少。
- ②平均寿命が伸びて高齢者が増加することによる年金給付費の増大。

そこで、上記の①と②の状況に応じて給付水準を調整するマクロ経済スライドを導入して、下記の図のように賃金・物価の伸び率からスライド調整率を差し引いた率によって年金額が計算されることになりました。



## 2. 国民年金に加入する人

日本国内に住んでいる20歳以上60歳未満の人は、国民年金に加入することになっています。

国民年金の加入者は、第1号被保険者、第2号被保険者、それに第3号被保険者の3種類に分かれています。



### ■必ず加入しなければならない人

国民年金は、20歳以上60歳未満の人が40年加入して、65歳から満額の老齢基礎年金を受け取る仕組みになっています。このため、日本国内に住む20歳以上60歳未満の人は、原則的には全員国民年金に加入することになっていて、昭和61年4月1日から、国民年金の被保険者は次の3種類になっています。

#### 第1号被保険者



日本国内に住む20歳以上60歳未満の自営業者と学生など

#### 第2号被保険者



厚生年金保険の被保険者（老齢厚生年金等を受けられる65歳以上の人は除かれます）

#### 第3号被保険者



第2号被保険者の被扶養配偶者で20歳以上60歳未満の人

### ■国民年金加入者の手続き

#### ●第1号被保険者の手続き

第1号被保険者になったとき（第2号・第3号被保険者から第1号被保険者にかわったときを含みます）は、市区役所・町村役場での届出が必要です。



## ●第2号被保険者の手続き

第2号被保険者になったとき（第1号・第3号被保険者から第2号被保険者にかわったときを含みます）の届出は、勤め先の事業主が年金事務所で行うことになっているため、本人が届出しなくてもよいことになっています。

## ●第3号被保険者の手続き

第3号被保険者に該当するのは、20歳以上60歳未満の人のうち、厚生年金保険の被保険者（第2号被保険者）である配偶者の収入によって生計を維持している人であり、具体的には、健康保険の被扶養配偶者にあたる人とされます。

第3号被保険者になったとき（第1号・第2号被保険者から第3号被保険者にかわったときを含みます）の届出は、簡素化して届出の漏れを防止するために、健康保険の被扶養者（異動）届と一緒に、配偶者の勤め先の事業主が年金事務所で行うことになっています。

第3号被保険者は個人で保険料を納めなくてもよい制度ですが、届出を怠ると年金未加入期間が発生することがあります。次の場合には、必ず第3号被保険者の届出をすることになっています。

- (1) 配偶者の就職などで健康保険の被扶養配偶者となったとき
- (2) 婚姻によって健康保険の被扶養配偶者となったとき
- (3) 健康保険の被扶養配偶者が20歳になったとき
- (4) パート年収の減少等で健康保険の被扶養配偶者となったとき

なお、第3号被保険者であった人が、配偶者の退職や離婚、本人のパート年収が130万円以上になるなどで被扶養配偶者でなくなったときは、第1号被保険者にかわるための届出を本人が市区役所・町村役場で行うことになっています。

※いわゆる「年収の壁」支援強化の対応策により、令和5年10月より、労働時間延長等に伴う一時的な収入の増加により130万円以上となった場合には、ただちに被扶養者認定が取り消されず、労働時間延長等に伴う一時的な収入変動である旨の事業主の証明を添付すれば、被扶養者認定が継続されることになります。

\* 第3号被保険者であった人が就職などで厚生年金保険の被保険者になったときは第2号被保険者となります。

## ●第3号被保険者の特例手続き

平成17年4月から、被扶養配偶者だったのに、第3号被保険者になるため

の手続きが済んでいない人は、年金事務所で特例手続きをすることができます。

この手続きをして承認されれば、最長、昭和61年4月までさかのぼって第3号被保険者になることができます。

\*また、平成17年4月以後の期間について第3号被保険者の届出が遅れた場合、年金事務所で手続きして、やむを得ない事由によって遅れたと認められれば、第3号被保険者になることができる仕組みも設けられています。

### ●手続きには基礎年金番号通知書または年金手帳が必要です

基礎年金番号通知書または年金手帳をもっている人は、手続きの際に、市区役所・町村役場または事業主に提出することになっています。

また、住所や氏名がかわったときにも、市区役所・町村役場または年金事務所で年金の手続きを行うことになっています。

### ●65歳以上の厚生年金保険の被保険者の場合

平成14年4月から、厚生年金保険の被保険者の範囲が65歳未満から70歳未満の人に拡大されましたが、老齢厚生年金等を受けられる65歳以上の人は国民年金の第2号被保険者とされないことになっています。

したがって、その人に扶養されている配偶者は、20歳以上60歳未満であっても第3号被保険者にならず、第1号被保険者となります。

### ●第3号被保険者の記録不整合問題への対応

第3号被保険者が、その配偶者である第2号被保険者の離職、離婚等にもなう種別変更により、実際には第1号被保険者になっていたにもかかわらず必要な届出を行わなかったため、年金記録上は第3号被保険者のままとされていたという不整合の事例が発生しました。

この問題に対応するため、平成25年7月から次のような措置がとられました。

- ①不整合記録に基づく年金額を正しい年金額に訂正すること
- ②不整合期間を「カラ期間」とみなして無年金となることを防止すること
- ③平成27年4月から3年間、過去10年間の不整合期間に対する特例追納の実施

平成30年4月以後は、訂正後の記録に基づいた年金額が支払われることになりました。

\*詳細については、年金事務所、120頁のねんきん加入者ダイヤル（0570-003-004）などに問い合わせてください。

## ■希望すれば加入できる人

次の人たちは、必ず加入しなくてもよいが、希望すれば市区役所・町村役場に申し出て国民年金の任意加入者になることができます。

- (1) 被用者の年金制度の老齢（退職）年金を受けられる20歳以上60歳未満の日本国内に住所がある人
- (2) 日本国内に住所がある60歳以上65歳未満の人
- (3) 日本国内に住所がない20歳以上65歳未満の日本人

＊(3)の場合の申出先は、これから海外に転出する人は住所地の市区役所・町村役場、すでに海外に住所がある人は日本国内の最後の住所地を管轄する年金事務所、日本に住所を有したことがない人は千代田年金事務所国民年金課（〒102-8337 東京都千代田区三番町22 電話 03-3265-4381）となっています。

老齢基礎年金の資格期間を満たしていない人は、当然、これらの任意加入者になれますが、老齢基礎年金の資格期間を満たしていても、満額の老齢基礎年金を受けられない人が、できるだけ満額の年金に近づけることを目的にしてこれらの任意加入者になることができます。

これとは別に、昭和40年4月1日以前に生まれ、加入期間が不足しているために老齢基礎年金の資格期間を満たしていない人に限って、65歳から70歳になるまでの間、任意加入できることになっています。

なお、任意加入者は、次頁の第1号被保険者と同額の国民年金の保険料を納めることになっています。この場合、原則として、銀行またはゆうちょ銀行などの金融機関の口座振替によって納付することになっています。

なお、任意加入者は、希望すればいつでもその加入をやめることができます。また、保険料を滞納して督促状の指定期限までに保険料を納めなかったり、海外在住の日本人が保険料を納めなくなって2年が過ぎたときにも加入資格を失います。

### ●任意加入は40年（480月）まで

国民年金の加入期間は40年（480月）に限られています。

そこで、任意加入者は、40年の加入期間に達した時点で加入資格を失います。また、仮に、40年を超えて保険料が納められたときには、その超過分は本人に還付されることになっています。