

11

年金はいくらもらえる？ 仕組みも知りたい

Q

いつ働けなくなるのかも予想できない中で、いくら必要になるのか、実際にもらえる年金がいくらなのか想像もできません。

[30代]



Q

厚生年金をかけていないのでもらえる年金が少なく、貯蓄ばかり気になって今の生活を楽しめません。

[40代]



A

ご自身が将来受け取る年金の予想額はすぐわかるようになっています。公的年金制度の仕組みをおさらいし、ご自身の加入している制度の平均受給額や、年金が障害年金・遺族年金としても受け取れることを確認しましょう。



わたしの年金額はいくら？

日本では公的年金の加入者全員へ、毎年の誕生月に、「ねんきん定期便」が郵送されます。50歳以上の方は、ご自身の将来受け取る年金の種類と見込額が確認できます。50歳未満の方は、ご自身のこれまでの加入実績に応じて将来受け取る年金額が確認できます。また、スマートフォンやPCから利用登録する「ねんきんネット」では、この「ねんきん定期便」の確認や、年金額の試算などができます。

ねんきんネット



とても役立つ「公的年金シミュレーター」

厚生労働省は、利用登録が不要な「公的年金シミュレーター」もインターネットで公開しています。このウェブページでは、「ねんきん定期便」があれば1～2分、なくても数分で、ご自身の将来受け取る年金額を予測できます。誰でもすぐに使えるこのシミュレーターは、今後の働き方や暮らし方の変化を踏まえた予測も簡単にできる優れたもの。国際機関からも高く評価されています。

公的年金
シミュレーター

年金制度はどんな仕組み？

年金制度は2階建て、または3階建てとなっています。詳しくは、厚生労働省のウェブページ「いっしょに検証！公的年金」などで手軽に学ぶことができます。

個人型年金(iDeco)			
3階部分	国民年金基金	企業年金	企業が任意で作成し社員が加入する「企業年金」や、国民年金に加入する自営業者等(第1号被保険者)が任意で加入できる「国民年金基金」等があります。
2階部分	厚生年金保険		会社などに勤務している人(第2号被保険者)が加入します。老齢基礎年金に加えて老齢厚生年金を受け取れます。
1階部分	国民年金(基礎年金)		日本に住んでいる20歳以上60歳未満のすべての人が加入します。老齢基礎年金を受け取れます(受給資格期間が10年以上あることが受け取り条件)。

※厚生労働省のウェブページ「いっしょに検証！公的年金」を参考に作成。

各年金の平均受給額は？

国民年金と厚生年金の保険料と平均受給額は下表のとおりです。ただし、個人の受給額は、受給開始年齢(→ **10**)に加え、国民年金の保険料納付期間、厚生年金の加入期間や在職中の収入額等で異なります。「ねんきん定期便」や「公的年金シミュレーター」を参考にしてください。

	保険料(原則)	男女別の平均受給月額	
		男性	女性
国民年金(基礎年金)	17,510円 *1	6.2万円	5.8万円
厚生年金(基礎年金+厚生年金)	月給・賞与の9.15% *2	17.0万円	11.1万円

*1 第3号被保険者(第2号被保険者に扶養される配偶者)は保険料の負担なし。

*2 会社などが同額を負担(労使折半)。厚生年金の加入者は国民年金分は保険料の別途負担なし。

※厚生労働省「令和6年度 厚生年金保険・国民年金事業の概況」より。

年金は老後のためだけではない

年金保険料を納めることで、老後に受け取る年金(老齢年金)以外にも、万が一のときに、一定の条件で障害年金や遺族年金を受け取ることができます。公的年金は単なる「貯蓄」ではなく、遠い将来や近い将来の不確実性(長生き、障がい、死亡)に、社会全体で助けあって備える「保険」として運営されています。

障害年金	病気やケガによって仕事や日常生活に制限が出るほどの障害状態になったときに受け取れる年金。国民年金からは「障害基礎年金」、厚生年金からは「障害厚生年金」が支給されます。
遺族年金	年金加入者や年金受給者が亡くなった場合に、遺された家族の生活を支えるための年金。国民年金からは「遺族基礎年金」、厚生年金からは「遺族厚生年金」が支給されます。