就業の長期化に伴う年金の受け取り方

～令和4年4月以降施行の年金制度改正より～

令和3年 10月 22日（金）

オフィス斉藤
社会保険労務士　齊藤 久美子

社会保険労務士の無料講演会･相談会　主催:神奈川県社会保険労務士会 川崎北支部

1

1

講義の内容・ポイント

【内容】
来年4月以降、年金制度改正法の施行が数多く予定されています。
就業の長期化に伴い、年金の受け取り方の選択肢も広がっていきます。
今回は主に**老齢年金の受給に関する改正**について解説いたします。

①受給開始時期の選択肢の拡大
⇒繰上げ受給、繰下げ受給

②在職中の年金受給の在り方の見直し
⇒在職時定時改定の導入、在職老齢年金の見直し

【ポイント】
・改正内容は誰に関係するのか。
・自分はどのような受け取り方を選択したいか。

2

2

改正の背景

- 超高齢社会、長寿化、少子化、人口減少　【➡資料①】
- 令和元年財政検証により、将来にわたり年金水準を確保するためには**経済成長と労働参加を促進させること**が重要と示される
- 就業の長期化：高年齢雇用安定法の施行により、今年4月から事業主は**70才までの就業機会の確保**が努力義務へ

⇒**働く人の就労意欲を下げず、制度の支え手（加入者）を増やすには？**

3

3

年金の基本

4

国民（基礎）年金と厚生年金

厚生年金

一般
公務員
私学共済

国民年金

第1号被保険者 自営業者・短時間労働者・学生等	第2号被保険者 会社員・公務員等	第3号被保険者 専業主ふ等
◎国内在住の20才以上60才未満 第2号・第3号以外の者 ◎保険料:月額16,610円（R3年度） 免除制度あり 付加保険料あり（月額400円）	◎厚生年金保険の加入者 最大70才まで加入 ◎保険料:標準報酬月額×18.3% （標準賞与額） 労使折半	◎第2号の被扶養配偶者 20才以上60才未満の者 ◎保険料：負担なし

年金加入期間（受給資格期間）

保険料納付済期間 ＋ 保険料免除期間 ＋ 合算対象期間※ → 10年以上

原則、65才から受給出来る

※合算対象期間：年金額には反映されないが、受給資格期間に参入される期間。

受給開始年齢（原則65才～）

年金加入期間が10年以上ある下記生年月日以降の方

・男性　S36.4.2生～
（共済の女性）　⇒R8年度以降65才

・女性　S41.4.2生～
⇒R13年度以降65才

65才　　終身

老齢厚生年金
老齢基礎年金

受給開始

7

7

受給開始年齢（特例：65才前～）

年金加入期間が10年以上、うち厚生年金加入期間が1年以上ある下記生年月日の方
（抜粋）

・男性　S32.4.2～S34.4.1生　63才
（共済の女性）S34.4.2～S36.4.1生　64才

・女性　S33.4.2～S35.4.1生　61才
S35.4.2～S37.4.1生　62才
S37.4.2～S39.4.1生　63才
S39.4.2～S41.4.1生　64才

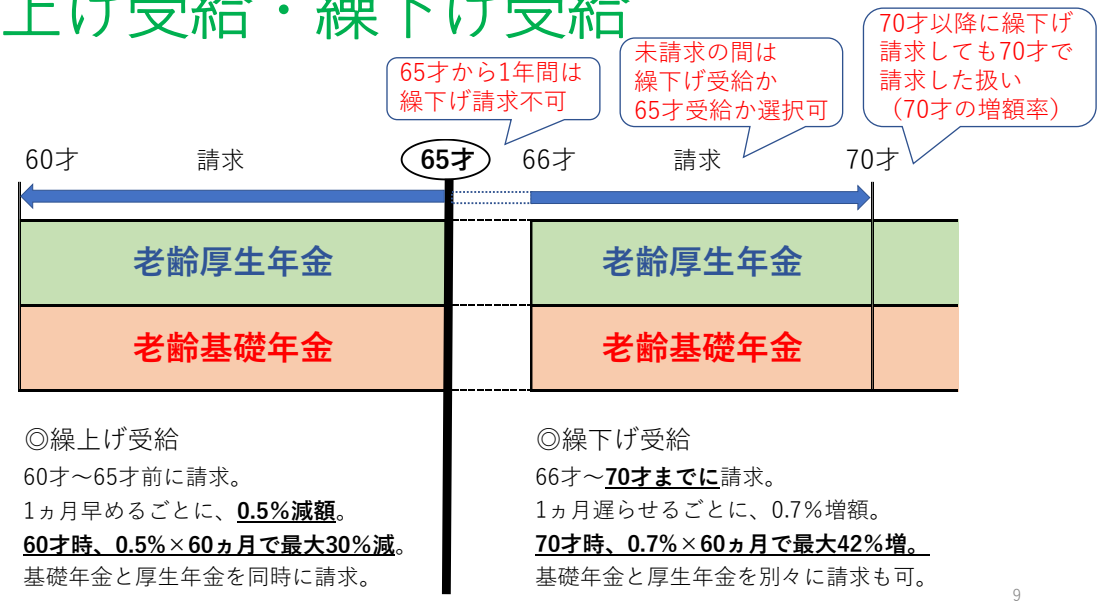
61才～64才　　65才　　終身

特別支給の老齢厚生年金	**老齢厚生年金**
受給開始	**老齢基礎年金**

8

8

繰上げ受給・繰下げ受給



◎繰上げ受給

60才～65才前に請求。

1ヵ月早めるごとに、**0.5%減額**。

60才時、0.5%×60ヵ月で最大30%減。

基礎年金と厚生年金を同時に請求。

◎繰下げ受給

66才～**70才までに**請求。

1ヵ月遅らせるごとに、0.7%増額。

70才時、0.7%×60ヵ月で最大42%増。

基礎年金と厚生年金を別々に請求も可。

9

9

改正内容①：受給開始時期の選択肢の拡大

10

受給開始時期の選択肢の拡大

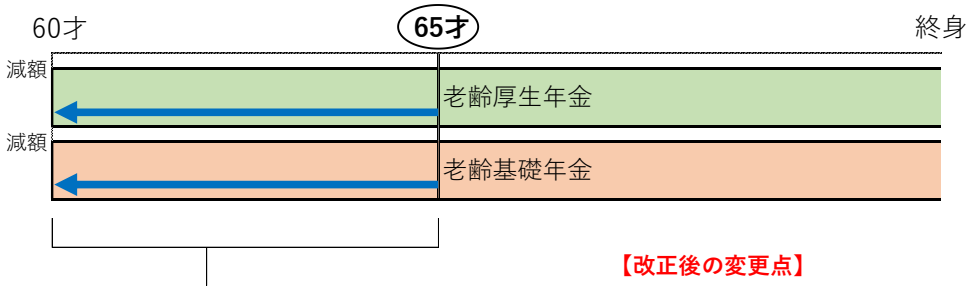
施行日	改正事項	概要
R4.4.1	繰上げ受給の 減額率の引き下げ	繰上げ受給の年金額の減額率を最大30%→24%に引き下げ ★対象者：施行日以降に60才になる方（S37.4.2以降生まれ）
R4.4.1	繰下げ受給の 上限年齢引き上げ	受給開始年齢の上限を70才→75才に引き上げ 繰下げ受給の年金額の増額率を最大42%→84%に引き上げ ★対象者：施行日以降に70才になる方（S27.4.2以降生まれ）
R5.4.1	70才以降に請求する場合の 5年前時点での繰下げ制度	70才以降80才未満で、遡及して65才から受給（原則受給）を選択した場合、請求の５年前に繰下げを申し出たとして支給 ★対象者：施行日以降に71才になる方（S27.4.2以降生まれ）

※公務員等の共済組合の退職年金についても適用されます。

11

11

繰上げ受給の減額率の引き下げ（R4.4施行）



60才～65才前に請求。

1ヵ月早めるごとに、**0.5%減額**。

60才時、**0.5%×60ヵ月で最大30%減**。

基礎年金と厚生年金を同時に請求。

【改正後の変更点】

⇒**0.4%減額**

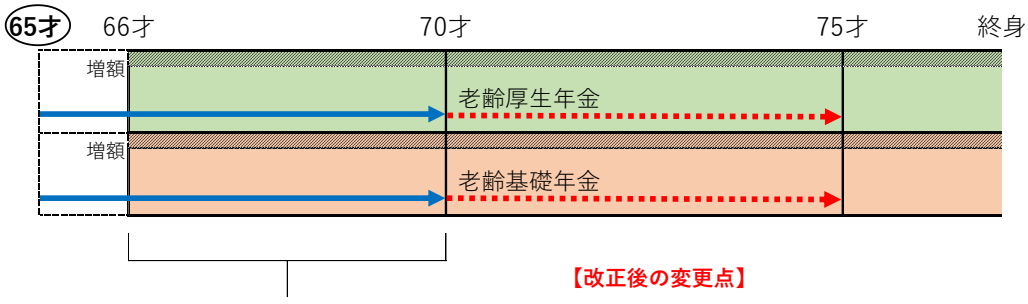
⇒**0.4%×60ヵ月で最大24%減**

★対象者：施行日以降に60才になる方（S37.4.2以降生まれ）

12

12

繰下げ受給の上限年齢引き上げ（R4.4施行）



66才～**70才までに**請求。

1ヵ月遅らせるごとに、0.7%増額。

70才時、0.7%×60ヵ月で最大42%増。

基礎年金と厚生年金を別々に請求も可。

【改正後の変更点】

⇒**75才までに**

⇒**75才時、0.7%×120ヵ月で最大84%増**

★対象者：施行日以降に70才になる方（S27.4.2以降生まれ）

13

13

受給開始年齢と受給率

【改正前】

繰上げ受給 ⇐					原則受給	⇒ 繰下げ受給				
60才	61才	62才	63才	64才	65才	66才	67才	68才	69才	70才
70.0%	76.0%	82.0%	88.0%	94.0%	100.0%	108.4%	116.8%	125.2%	133.6%	142.0%

【改正後】

繰上げ受給 ⇐					原則受給	⇒ 繰下げ受給				
60才	61才	62才	63才	64才	65才	66才	67才	68才	69才	70才
76.0%	**80.8%**	**85.6%**	**90.4%**	**95.2%**	100.0%	108.4%	116.8%	125.2%	133.6%	142.0%
						71才	**72才**	**73才**	**74才**	**75才**
						150.4%	**158.8%**	**167.2%**	**175.6%**	**184.0%**

※色付きの部分が今回の改正での追加・変更点です。
※この表では１年単位の受給率で計算してありますが、実際は1ヵ月ごとに受給率が変わります。
※65才前に特別支給の老齢厚生年金を受給できる方は、繰上げ受給の計算方法が異なります。

【➡資料②③】

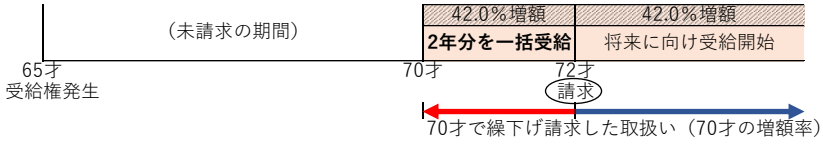
14

14

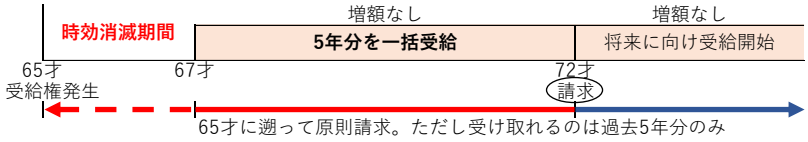
70才以降に請求する場合の5年前時点での繰下げ制度（R5.4施行）　改正前

例：72才まで未請求だった方が72才で請求

① 72才で繰下げ請求をした場合



②72才で原則請求をした場合



15

15

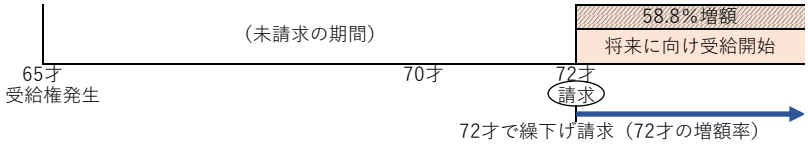
70才以降に請求する場合の5年前時点での繰下げ制度（R5.4施行）　改正後

70才以降80才未満で原則請求する場合

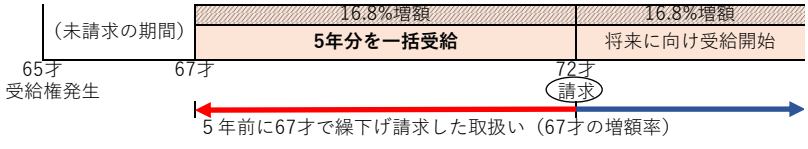
★対象者：施行日以降に71才になる方（S27.4.2以降生まれ）

例：72才まで未請求だった方が72才で請求

① 72才で繰下げ請求をした場合



②72才で原則請求をした場合



16

16

まとめ：R5.4以降の受給開始時期の選択肢

請求時点の年齢	受給開始時期の選択肢
60才0ヵ月 ～ 64才11ヵ月	請求時点から繰上げ受給
65才0ヵ月 ～ 65才11ヵ月	65才で原則受給
66才0ヵ月 ～ 70才0ヵ月	①請求時点から繰下げ受給　②65才に遡って原則受給
70才1ヵ月 ～ 74才11ヵ月	①請求時点から繰下げ受給　②請求時点の５年前時点から繰下げ受給
75才0ヵ月 ～ 79才11ヵ月	①75才から繰下げ受給　②請求時点の５年前時点から繰下げ受給
80才0ヵ月 ～	75才から繰下げ受給（請求時点の年齢から遡って5年分のみ支給）

改正により拡大

17

17

改正内容②：在職中の年金受給の在り方の見直し

18

在職中（厚生年金加入中）の年金受給の在り方の見直し

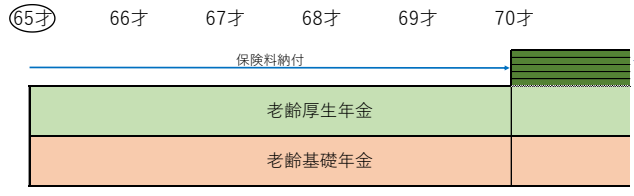
施行日	改正事項	概要
R4.4.1	在職時定時改定の導入	**65才以降**、在職中であっても、受給権発生以降の厚生年金被保険者期間に基づく年金額の改定を毎年定時に実施（年１回、10月改定） ★対象：施行日以降、65才以上70才未満の在職受給権者
R4.4.1	在職老齢年金の見直し	**65才前の**支給停止が開始される賃金と年金の合計額の基準を、現行の28万円→47万円に引き上げ ★対象：施行日以降、60才以上65才未満の在職受給権者

在職時定時改定の導入（R4.4施行）

例）給与20万円で65～70才まで5年間勤務した場合

★対象者：施行日以降、65才以上70才未満の在職中の受給者

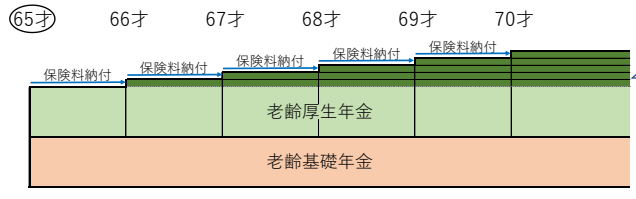
【改正前】



5年間の増額分を70才の翌月から反映
（退職の場合は退職月の翌月）

⇒70才から年間約65,000円増額

【改正後】



1年ごとに増額分を反映
毎年9/1を基準日として10月分から反映

⇒66才で年間約13,000円増額
その後70才まで1年ごとに
約13,000円ずつ増額

在職老齢年金の見直し（R4.4施行）

◎**在職老齢年金制度**・・・働きながら老齢厚生年金を受けられる人は、給与と年金の合計額が基準額を超える場合、年金額がカットされるしくみ。
⇒60才代前半、60才代後半、70才以上の３種類がある。

◎**在職老齢年金のイメージ：60才代前半（65才前）**

月収					基準額（令和3年度）	【改正後】
給与月額	＋	年金月額	① ≦		28万円	47万円
（賞与含む）		（厚生年金のみ）	② >		（65才以上は47万円）	

①28万円以内の場合【改正後47万円】
⇒年金カットなし。全額受け取れる。

②28万円を超えた場合【改正後47万円】
⇒年金カットあり。超えた金額の半額が年金月額から引かれる。

21

21

在職老齢年金の見直しの対象者

受給開始年齢（特例：65才前～）

年金加入期間が10年以上、うち厚生年金加入期間が1年以上ある下記生年月日の方
（抜粋）

・男性	S32.4.2～S34.4.1生	63才	・女性	S33.4.2～S35.4.1生	61才
（共済の女性）	S34.4.2～S36.4.1生	64才		S35.4.2～S37.4.1生	62才
				S37.4.2～S39.4.1生	63才
				S39.4.2～S41.4.1生	64才

61才～64才　65才　終身

特別支給の老齢厚生年金	老齢厚生年金
受給開始	老齢基礎年金

8

スライド
8ページ

22

22

在職老齢年金の計算例

★月収	Aさん	Bさん
給与月額（標準報酬月額）	18万円	28万円
賞与（直近1年分÷12）	0万円	9万円
年金月額（年金額÷12）	10万円	10万円
合計	28万円	47万円

Aさん
【改正前】
月収28万円＝停止額28万円
⇒停止額なし
⇒実際の年金月額：10万円

【改正後】
月収28万円＜停止額47万円
⇒停止額なし
⇒実際の年金月額：10万円

Bさん
【改正前】
月収47万円＞停止額28万円
（47万円－28万円）÷2＝9.5万円
⇒停止額9.5万円
⇒実際の年金月額：10万円－9.5万円＝5千円

【改正後】
月収47万円＝停止額47万円
⇒停止額なし
⇒実際の年金月額：10万円

【➡資料④】

その他の改正事項・おわりに

その他の改正事項

施行日	改正事項	概要
R4.10他	厚生年金保険 短時間労働者への適用拡大	企業規模要件を現行の従業員500人超から段階的に適用範囲を拡大 ・令和4年10月からは100人超 ・令和6年10月からは50人超、勤務期間1年を撤廃
R4.10.1	厚生年金保険 適用事業所の範囲の見直し	個人事業所（5人以上）にかかる適用業種に弁護士・社労士等の資格者が行う法律または会計業務を追加
R4.4.1	加給年金額の支給停止ルールの見直し（経過措置あり）	
R4.4他	確定拠出年金の加入可能年齢の引き上げと受給開始時期の選択肢の拡大	
R4.4.1	国民年金手帳から基礎年金番号通知書への切り替え	
R3.4.1	未婚のひとり親等を寡婦と同様に国民年金保険料の申請全額免除基準等に追加	
R3.4.1	短期滞在の外国人に対する脱退一時金の支給上限年数を3年から5年に引き上げ	
R2.6他	年金生活者支援給付金制度における所得・世帯情報の照会の対象者の見直し	
R3.3他	児童扶養手当と障害年金の併給調整の見直し　等	

※年金制度改正法（令和2年法律第40号）の詳細は厚生労働省のホームページに掲載されています。
https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000147284_00006.html

25

25

おわりに

年金制度は非常に複雑ですが、老齢年金は生きている限り受け取れるとういう点で高齢期の生活の基盤をなすものです。制度をうまく活用し、自身の状況に適した受け取り方を選択していただきたいと思います。

またコロナ禍もあり、将来的に年金財政の悪化も懸念されます。今後の法改正などの動向を注視し、高齢期への備えを多角的に進めることが肝要です。

ご清聴ありがとうございました。

社会保険労務士　行政書士
オフィス斉藤　齊藤久美子
TEL：　044-767-3112
E-mail：saitou@s00.itscom.net

・参考図書：社会保険研究所「年金制度改正の解説～令和2年改正で年金はこう変わる」

26

26