

# 新社会人に知ってほしい！ 公的年金の基礎知識

物価の上昇やお金の価値の下落は全世代共通の課題。私たちの未来を支える資金を賢く貯めるための年金の「イロハ」についてお伝えします。



Illustration\_Keiko Katsuyama



教えてくれたのは……  
氏家祥美さん

うじえよしみ / FFP事務所ハートマネー代表。セカンドキャリアアドバイザー協会理事。転職、起業、退職時のマネープランにも精通。「幸福度の高い家計づくり」を大切に、家計のいまと未来を見据えて、お金から仕事まで総合的なプランニングをサポートしている。

## 1. 物価上昇に対応できる？ 公的年金きほんの「き」

水道光熱費や食料品など、これまでと同じ予算では手に入らないものが増えた昨今、「お金の価値が目減りしている」ことを実感している方も多いはず。こうした状況下では、年金生活者や預貯金の取り崩しで生活している人ほど打撃を受けやすくなります。いまのうちに、公的年金の仕組みを理解して、貯蓄やライフプランについて検討しましょう。

20歳から60歳の方が原則として加入する国民年金では、加入者は働き方によって大きく3つに分類されます。自営業者や自営業者の配偶者などは、「第1号被保険者」として国民年金保険料を自分で納めれば、将来、老齢基礎年金を一生受け取ることができます。会社員や公務員は「第2号被保険者」に該当。給与天引きで厚生年金保険料を納めて、老齢基礎年金と老齢厚生年金を受け取ります。老齢厚生年金額は、納めた厚生年金保険料やその年数によって異なる

## 2. 公的年金が受け取れるのは 人生のいつ・どんなとき？

老齢基礎年金、老齢厚生年金ともに原則として65歳から受給を開始します。受給は老齢基礎年金の場合は保険料納付済等期間が10年以上あること、厚生年金は加入期間が1年以上あることが条件。なお、加入者が障害を負った場合は本人が障害（基礎・厚生・年金を、亡くなった場合は遺族が遺族（基礎・厚生）年金を受け取れます。将来、年金を賢く受け取るには、年金開始時期を遅くする「繰下げ受給」が有効。1カ月繰り下げることにより、年金額が増え、増えた年金を一生受け取ることができる。期間は1カ月単位で、最大10年間（75歳まで繰下げが可能。最大で年金額を84%増額することができ）ます。一方で、年金を65歳よりも早く受け取り始める「繰上げ受給」という方法も。1カ月繰り上げることにより、年金額が減ります。最大の5年間（60歳まで繰り上げた場合、年金額が24%減ることになります）。

なお、生年月日によって65歳前に「特別支給の老齢厚生年金」も受け取れますが、こちらには繰上げや繰下げの制度はありません。

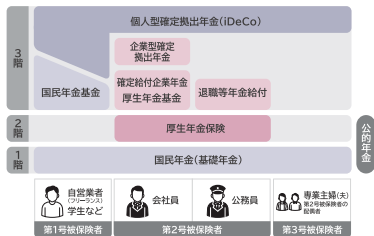
## 3. 公的年金の繰下げ・ 繰上げ受給とは？

繰下げ受給をして公的年金の受給開始を遅らせると、最大84%まで公的年金額を増額できるとお伝えしましたが、当然ながらその繰下げ期間中は、年金を受け取ることができません。検討の際には受給総額を比較した損益分岐点をポイントとして考えましょう。

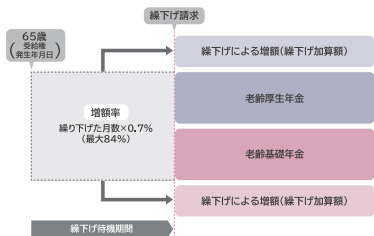
左の図は、年金受給開始年齢ごとの損益分岐点を示しています。65歳と70歳の比較では、損益分岐点の81歳を超えると70歳が上回ります。70歳と75歳の比較では、損益分岐点の91歳を超えると75歳が上回ります。

なお、この図は、税金や社会保険料などを差し引く前の年金額であり、手取り額ではありません。所得にもよりますが、試算額よりも1割から2割程度手取り額は少ないと考えておきましょう。

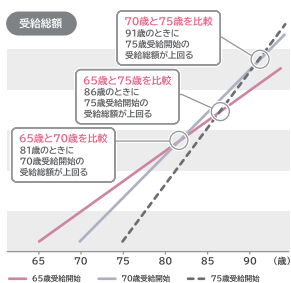
公的年金を繰下げ受給して受給額を増額するためには、繰下げ期間中の生活資金を準備しておく必要があります。さまざまな方法が考えられますが、物価上昇や今後の制度改正の可能性も考えると、できることから始めて、複数の方法で備えたほうがいいでしょう。



社員の年金は国民年金、厚生年金に加えて、それぞれの勤務先の制度に応じて企業型確定拠出年金などを加えた3階建てになっている場合もありますので確認してみましょう



年金を繰下げ受給する場合の考え方。老齢基礎年金、老齢厚生年金それぞれに増額率を掛けて計算します。繰下げ待機期間は最大で10年間まで延長可能



繰下げ受給を選択した場合の損益分岐点を表した図。「何歳まで年金を受け取るのか」によって損益分岐点が異なるため、リタイア後の生活を具体的に想像して計画を立てることが重要です