

知っておきたい

公的保険制度



2025年3月 改訂

公的保険について

～民間保険加入のご検討にあたって～



人生におけるさまざまなリスクと公的保険制度

はじめに



万一のリスク



老後のリスク



就業不能・介護のリスク



病気・ケガのリスク

ケガや病気などの日常生活における
様々なリスクに備えるための手段である保険には、
大きく分けて公的保険と民間保険の2種類があります。

国が運営する公的保険は原則として強制加入である一方、
保険会社が運営する民間保険は任意加入となります。

民間保険は公的保険を補完する面もあることから、
公的保険の保障内容を理解したうえで、
必要に応じた民間保険に加入することが重要です。

金融庁ポータルサイトより
<https://www.fsa.go.jp/ordinary/insurance-portal.html>



公的保険制度の種類と保険料

公的年金（遺族給付）

P.5

公的年金（老齢給付）

P.7

公的医療保険
（傷病手当金）

公的年金
（障害給付）

公的介護保険

障害者への
福祉サービス

P.10

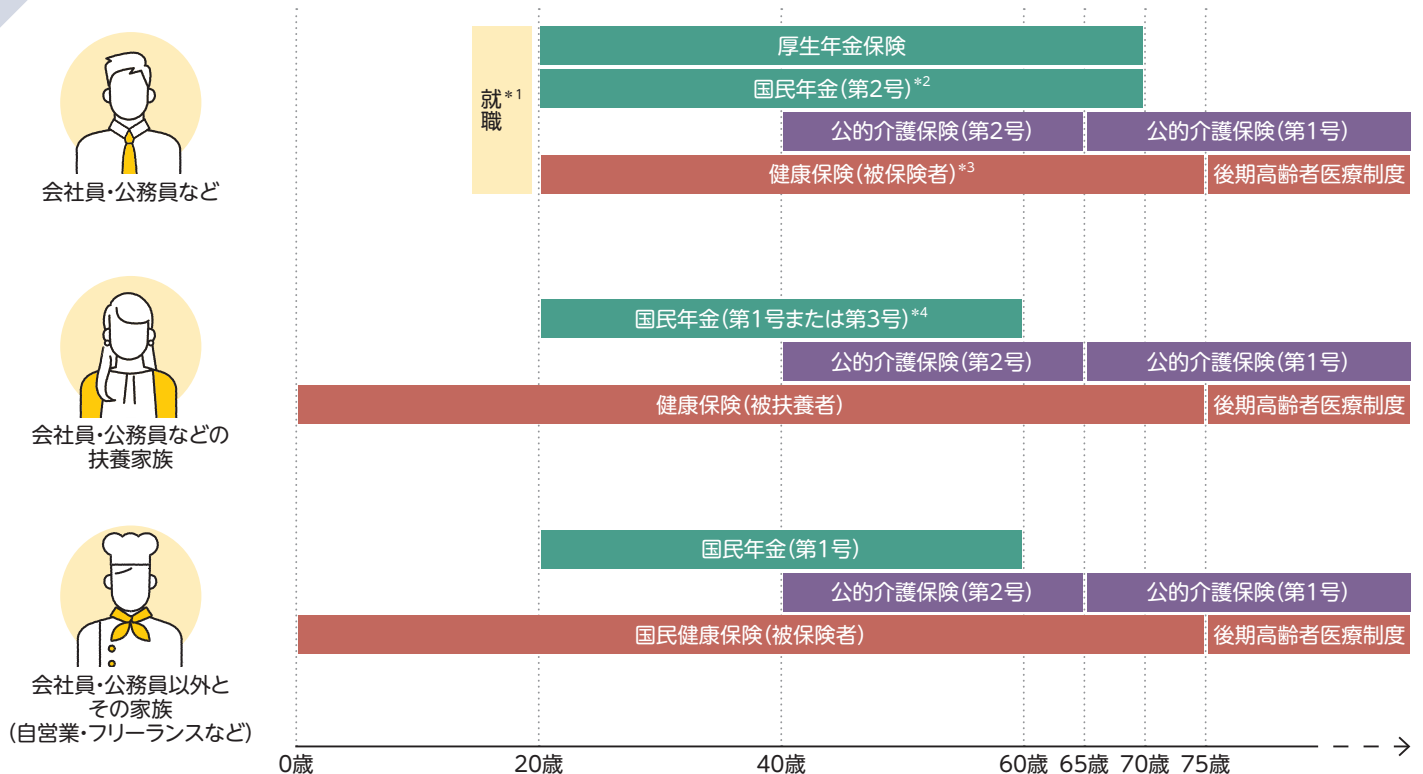
公的医療保険

P.17



公的保険制度の種類と保険料

年齢や職業によって、加入する公的保険の種類が異なります



※ この冊子では、公務員などの方が加入する共済も健康保険に含めています。

*1 就職すると20歳未満でも厚生年金保険、国民年金(第2号)、健康保険の被保険者となります。

*2 65歳以上で老齢年金の受給権がある場合は国民年金の「第2号被保険者」とはなりません。退職後60歳までは、国民年金の「第1号被保険者」または「第3号被保険者(会社員・公務員などの配偶者に扶養されている場合)」になります。

*3 退職後は、「健康保険の被扶養者(会社員・公務員などの配偶者に扶養されている場合)」または「国民健康保険」に加入します。

*4 第3号被保険者となるのは、会社員・公務員などに扶養されている配偶者の方です。

公的年金制度の第1号、第2号および第3号被保険者の定義

日本は国民皆年金と言われるように、日本に住んでいる20歳以上60歳未満の方は全員が公的年金に加入しています。

- 自営業者・学生・無職の方などは、第1号被保険者となります。
- 会社員や公務員の方などは、第2号被保険者となります。
- 第2号被保険者に扶養されている配偶者の方は、第3号被保険者となります。
なお、第3号被保険者となる基準は、原則として年収が130万円未満の方となります。

参考 パート・アルバイトの方の社会保険加入条件

以下の条件のいずれかを満たす場合は、健康保険・厚生年金保険の被保険者となります。

- ① 1週間の労働時間や1か月の労働日数が正社員の3/4以上
- ② 以下の条件すべてに該当する場合

週の労働時間が20時間以上であること

2か月を超える雇用の見込みがあること

賃金の月額が8.8万円(年間約106万円)以上であること

勤務先の従業員数が51人以上*5であること

学生ではないこと

*5 パート・アルバイトの方の社会保険加入の適用範囲は、段階的に拡大されています。

以前は従業員数が501人以上という条件でしたが、2022年10月に101人以上、さらに2024年10月には51人以上に改正されました。

公的年金制度の保険料

第1号被保険者 (国民年金保険料)

毎月17,510円(2025年度)を翌月末日までに納付します。なお、国民年金の保険料は「17,000円×保険料改定率*」によって毎年の保険料が決まります。

* 2025年度の保険料改定率は1.030であるため、実際の保険料は17,000円×1.030=17,510円となります。

また、所得が少ないなど保険料の納付が困難となった方への免除制度や、学生などに対する納付猶予制度などがあります。

第2号被保険者 (厚生年金保険料)

給与・賞与が支払われる際に、会社員・公務員の方本人と勤務先が折半して負担します。

給与		
標準報酬月額	× 保険料率 (18.3%)	= 月々の給与にかかる保険料

賞与		
標準賞与額	× 保険料率 (18.3%)	= 賞与にかかる保険料

第3号被保険者 (国民年金保険料)

保険料の負担はありません。

公的介護保険制度の保険料

第1号被保険者 (満65歳以上の方)

所得段階別の定額保険料を納付します。なお、年額18万円以上の年金を受給している方は、年金から天引きで徴収されます。

第2号被保険者

(満40歳～満64歳で公的医療保険に加入している方)

- **職場の「健康保険」に加入している方**
医療保険ごとに設定されている介護保険料率と給与などで決まり、事業主と被保険者で折半して負担します。
- **地域の「国民健康保険」に加入している方**
国保加入者の所得や資産、人数などに応じて世帯単位で決まります。組み合わせおよび各項目の金額・割合(%)は、各市町村が決めます。

公的医療保険制度の保険料

健康保険

給与・賞与が支払われる際に、会社員・公務員の方本人と勤務先がそれぞれ負担します。なお、被扶養者は保険料の負担はありません。

給与		
標準報酬月額	× 保険料率	= 月々の給与にかかる保険料

賞与		
標準賞与額	× 保険料率	= 賞与にかかる保険料

※ 保険料率および本人と勤務先の負担割合は、都道府県や加入する健康保険組合などによって異なります。

国民健康保険

国民健康保険に加入している方の人数・年齢と前年の所得金額をもとに世帯単位で保険料を納付します。なお、65歳以上で年額18万円以上の年金を受給している方は、年金から天引きで徴収されます。

〈医療分〉 ● 所得割 ● 均等割	+	=	保険料
〈後期高齢者支援金分〉 ● 所得割 ● 均等割			
〈介護分〉 ● 所得割 ● 均等割			

※ 介護分は40歳～64歳の方のみかかります。
 ※ 保険料の計算方法および保険料率は、お住まいの市区町村によって異なります。

後期高齢者医療制度

後期高齢者医療制度に加入している方の前年の所得金額をもとに個人ごとに保険料を納付します。なお、年額18万円以上の年金を受給している方は、年金から天引きで徴収されます。

※ 保険料の計算方法および保険料率は、お住まいの都道府県(広域連合)によって異なります。

※ 会社員・公務員の方に扶養されている親族も一定の条件を満たす場合は、「被扶養者」として保険給付を受けることができます。詳細は、P.20表中の「被扶養者の範囲と要件」にて解説していますので、ご確認ください。

遺族給付について

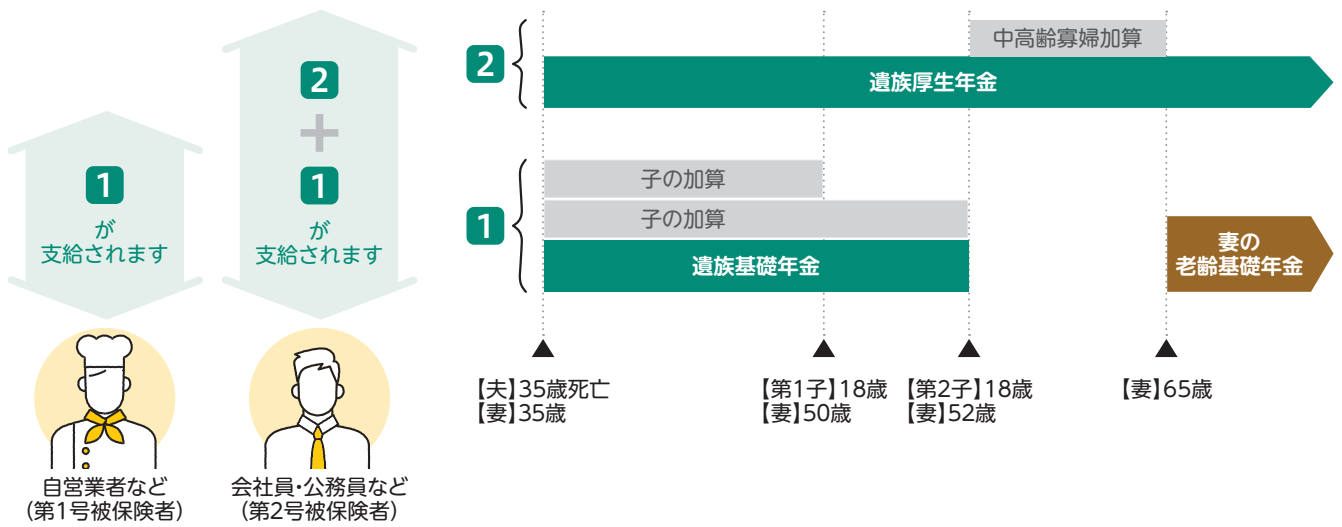
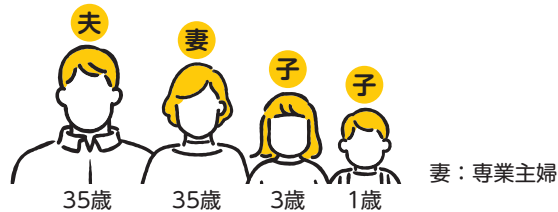
世帯主などが亡くなったとき、遺されたご家族に年金が支給されます

「遺族給付」とは？

- 国民年金・厚生年金保険に加入している方や、老齢基礎年金・老齢厚生年金の受給権がある方が亡くなったときなど、一定の要件のもとに、遺されたご家族に遺族年金が支給されます。
- 遺族年金は、亡くなった方の職業やご遺族の年齢、家族構成、公的年金制度の加入歴などによって支給内容が異なります。

遺族年金の支給イメージ (夫死亡時)

夫の職業(加入している年金制度)によって、支給される年金が異なります。



1 遺族基礎年金 (対象:自営業者・会社員・公務員など)

- 国民年金に加入している方や、老齢基礎年金の受給資格期間が25年以上ある方が亡くなった場合、一定の要件のもとで「子のある配偶者」または「子」に対して支給され、子の人数に応じて加算があります。
- 「子」とは、18歳に到達する年度末までの未婚の子、または20歳未満で障害等級1級・2級に該当する未婚の子を指します。
- 遺族基礎年金は、「子」がいることが支給の要件となるため、支給される期間は、「子」が18歳に到達する年度末(障害等級1級・2級に該当する「子」の場合は20歳になったとき)までとなります。

2 遺族厚生年金 (対象:会社員・公務員など)

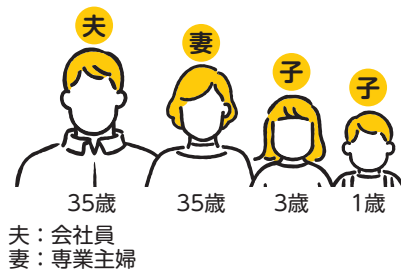
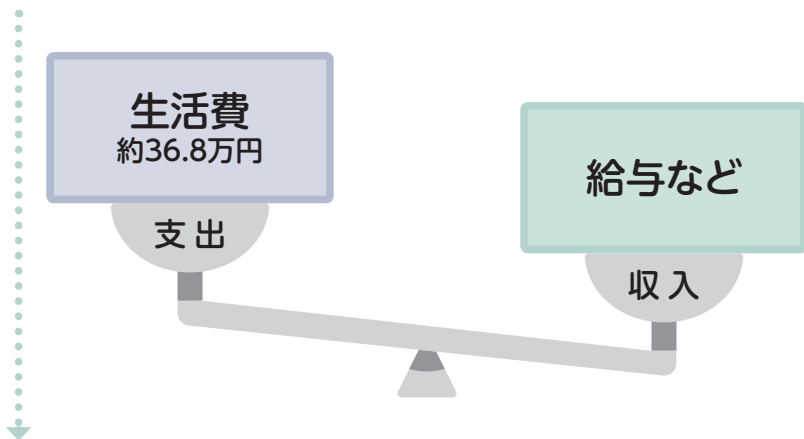
- 厚生年金保険に加入している方や、老齢厚生年金の受給資格期間が25年以上ある方が亡くなった場合、一定の要件のもとでご遺族に対して支給されます。
- 国民年金のみに加入している方が亡くなった場合は支給されません。

中高齢寡婦加算 (対象:会社員・公務員など)

- 「子」がない場合、遺族基礎年金が支給されず「子」の有無によって受給額に大きな差がでるため、遺族厚生年金から「中高齢寡婦加算」が支給されます。
- 夫死亡時に40歳以上65歳未満の「子のない妻」や、すべての「子」の18歳到達年度末日が終了して遺族基礎年金が支給されなくなった時点で、40歳以上65歳未満となる妻が一定の要件を満たした場合、遺族厚生年金に加算して「中高齢寡婦加算」が支給されます。

遺族年金が支給された場合の家計のバランスは？

現在(月額)



家計のバランスをとるための不足額

$$① - ② = \text{不足額}$$

$$25.8\text{万円} - 14.5\text{万円} = 11.3\text{万円/月}$$

さらに子2人の教育費も…
幼稚園から大学まで
(子1人あたり)

すべて国公立 約1,124万円

すべて私立 約2,679万円

出典1

夫が亡くなった後(月額)

夫にかかる費用が減少し、生活費が7割になったと仮定



* 夫の平均標準報酬額を35万円と仮定し、下表「遺族年金早見表(月額)」の子の人数2人の行から、会社員・公務員など(遺族基礎年金+遺族厚生年金)の平均標準報酬額35万円の金額を使用しています。

遺族年金早見表(月額)

(単位:万円)

子の人数	自営業者など (遺族基礎年金)	会社員・公務員など(遺族基礎年金+遺族厚生年金)						
		平均標準報酬額						
		20万円	25万円	30万円	35万円	40万円	45万円	50万円
0人	0.0	2.0	2.5	3.0	3.5	4.1	4.6	5.1
1人	8.9	10.9	11.4	12.0	12.5	13.0	13.5	14.0
2人	10.9	12.9	13.4	14.0	14.5	15.0	15.5	16.0
3人	11.5	13.6	14.1	14.6	15.1	15.6	16.2	16.7

(千円未満切り捨て)

※ 上記事例の「②遺族年金」の額は、14.5 の額です。

※ 遺族厚生年金は、2003年4月以後の被保険者期間のみ、被保険者期間を300月とし、2025年度の新規裁定者(67歳以下)の年金額を基準として計算しています。新規裁定者とは新たに年金受給者となる人のことで、年金額の改定においては3年度前の指標を用いることから、その年度中に到達する年齢が67歳以下の方を新規裁定者、68歳以上の方を既裁定者といいます。

※ 子の人数に応じた子の加算分を含んでいます(P.21参照)。

※ 「子」とは、18歳に到達する年度末までの未婚の子、または20歳未満で障害等級1級・2級に該当する未婚の子を指します。



POINT

- 遺族年金による収入だけでは、生活費が不足する場合があります。



老齢給付について

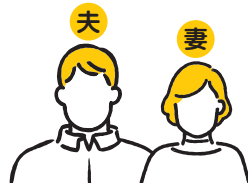
老後を迎えたとき、その生活を支えるために年金が支給されます

「老齢給付」とは？

- 国民年金・厚生年金保険に加入している方で、受給資格期間(10年以上)を満たした方が65歳になったとき、本人に老齢年金が支給されます。
- 老齢年金は、職業や公的年金制度の加入歴、家族構成、性別・生年月日などによって支給内容が異なります。

老齢年金の支給イメージ

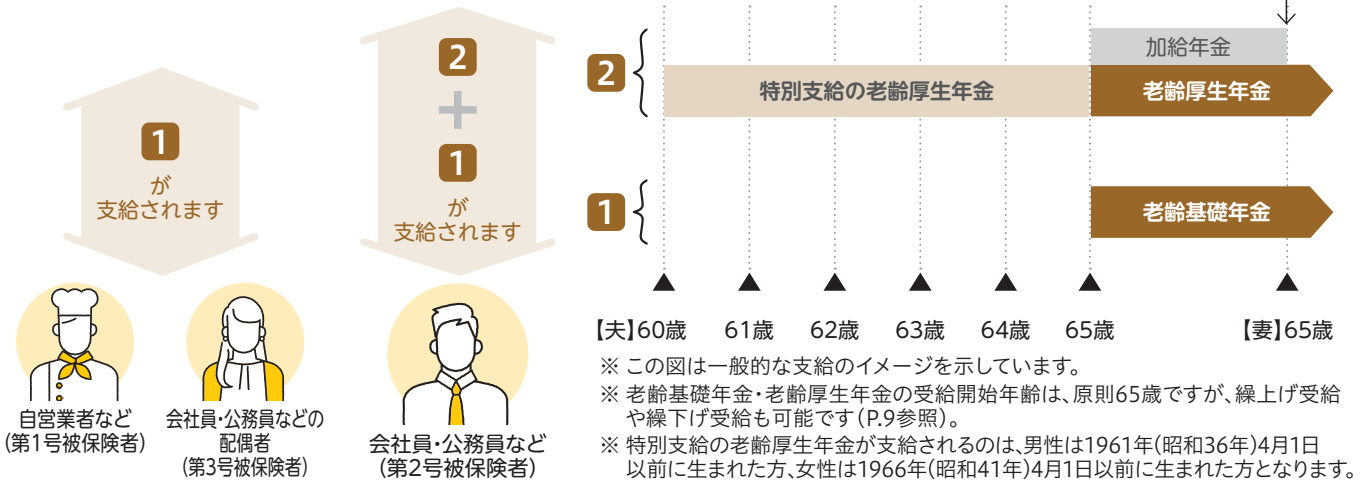
本人の職業(加入している年金制度)によって、支給される年金が異なります。



夫：受給資格期間(10年以上)を満たした方
妻：専業主婦

<夫の支給イメージ>

配偶者が65歳になると支給が打ち切られる



1 老齢基礎年金 (対象:自営業者・会社員・公務員など)

- 国民年金に加入している方が、受給資格期間(10年以上)を満たした場合、65歳から老齢基礎年金が支給されます。

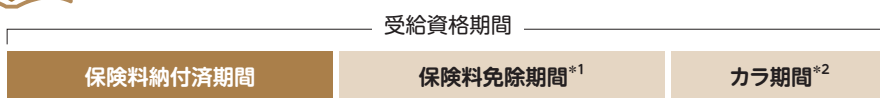
2 老齢厚生年金 (対象:会社員・公務員など)

- 厚生年金保険に1か月以上加入している方が、老齢基礎年金の受給資格期間を満たした場合、老齢基礎年金に上乗せして65歳から老齢厚生年金が支給されます。
- 厚生年金保険に1年以上加入している方が、老齢基礎年金の受給資格期間および性別・生年月日などの要件を満たした場合、65歳より前に特別支給の老齢厚生年金が支給されます。

加給年金 (対象:会社員・公務員など)

- 厚生年金保険に20年以上加入している方が、65歳または特別支給の老齢厚生年金の定額部分支給開始年齢に到達した時点で、その方に生計を維持されている配偶者または子がいるときに老齢厚生年金に加算して支給されます。
- 配偶者が65歳になると加給年金は打ち切られますが、配偶者が1966年(昭和41年)4月1日以前生まれの場合、配偶者の老齢基礎年金に、生年月日ごとに定められた額が「振替加算」として加算されるようになります。

参考 「受給資格期間」とは？



年金を受け取るために合わせて10年以上必要!

▲ 被保険者資格取得

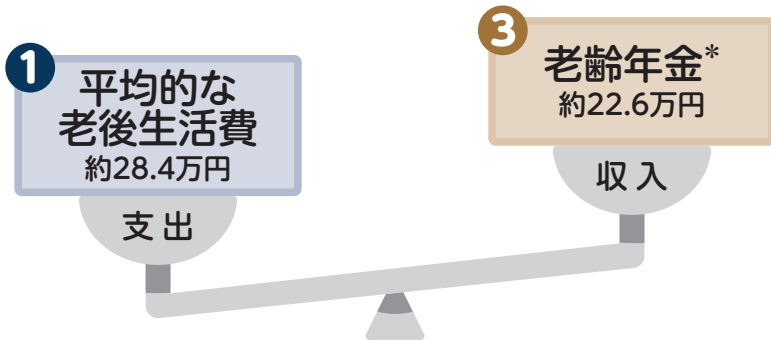
最長40年

*1 保険料免除期間は低収入者への免除制度や、学生に対する納付猶予制度などがあります。

*2 カラ期間(合算対象期間)とは、「受給資格期間の判定には含まれることができるが、年金額の計算には含まれない期間」のことです。

老齢年金が支給された場合の家計のバランスは？

平均的な老後生活における家計のバランス(月額)



夫：会社員で65歳まで就業
妻：40年間専業主婦

家計のバランスをとるための不足額

平均的な老後生活費に対する不足額

$$1 - 3 = \text{不足額}$$

$$28.4\text{万円} - 22.6\text{万円} = 5.8\text{万円/月}$$

ゆとりある老後生活費に対する不足額

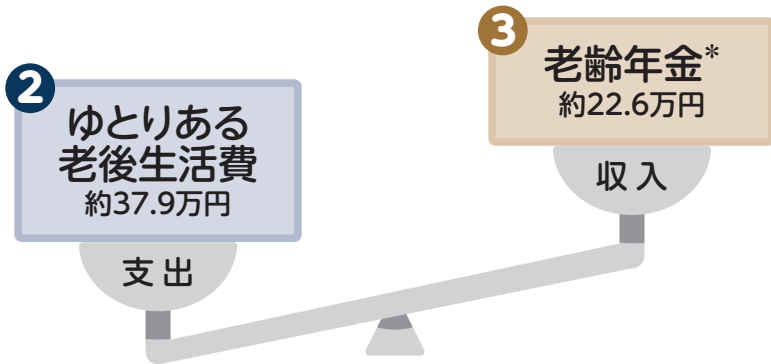
$$2 - 3 = \text{不足額}$$

$$37.9\text{万円} - 22.6\text{万円} = 15.3\text{万円/月}$$



出典2

ゆとりある老後生活における家計のバランス(月額)



* 夫・妻ともに国民年金に40年間加入予定、夫の平均標準報酬額を40万円と仮定し、下表「老齢年金早見表(月額)」の加入年数40年の行から、夫は会社員・公務員など(老齢基礎年金+老齢厚生年金)の平均標準報酬額40万円の額を妻は自営業者・専業主婦など(老齢基礎年金)の額を使用し、その合計額を使用しています。

老齢年金早見表(月額)

(単位:万円)

加入年数	自営業者・専業主婦など (老齢基礎年金)	会社員・公務員など(老齢基礎年金+老齢厚生年金)						
		平均標準報酬額						
		20万円	25万円	30万円	35万円	40万円	45万円	50万円
10年	1.7	2.8	3.1	3.3	3.6	3.9	4.1	4.4
15年	2.5	4.2	4.6	5.0	5.4	5.8	6.2	6.7
20年	3.4	5.6	6.2	6.7	7.3	7.8	8.3	8.9
25年	4.3	7.0	7.7	8.4	9.1	9.8	10.4	11.1
30年	5.1	8.4	9.3	10.1	10.9	11.7	12.5	13.4
35年	6.0	9.9	10.8	11.8	12.7	13.7	14.6	15.6
40年	妻 6.9	11.3	12.4	13.5	14.6	夫 15.7	16.7	17.8

(千円未満切り捨て)

※ 上記事例の「③老齢年金」の額は、6.9の合計額です。

※ 老齢厚生年金は、2003年4月以後の被保険者期間のみとし、2025年度の新規裁定者(67歳以下)の年金額を基準として計算しています。新規裁定者とは新たに年金受給者となる人のことで、年金額の改定においては3年度前の指標を用いることから、その年度中に到達する年齢が67歳以下の方を新規裁定者、68歳以上の方を既裁定者といいます。



POINT

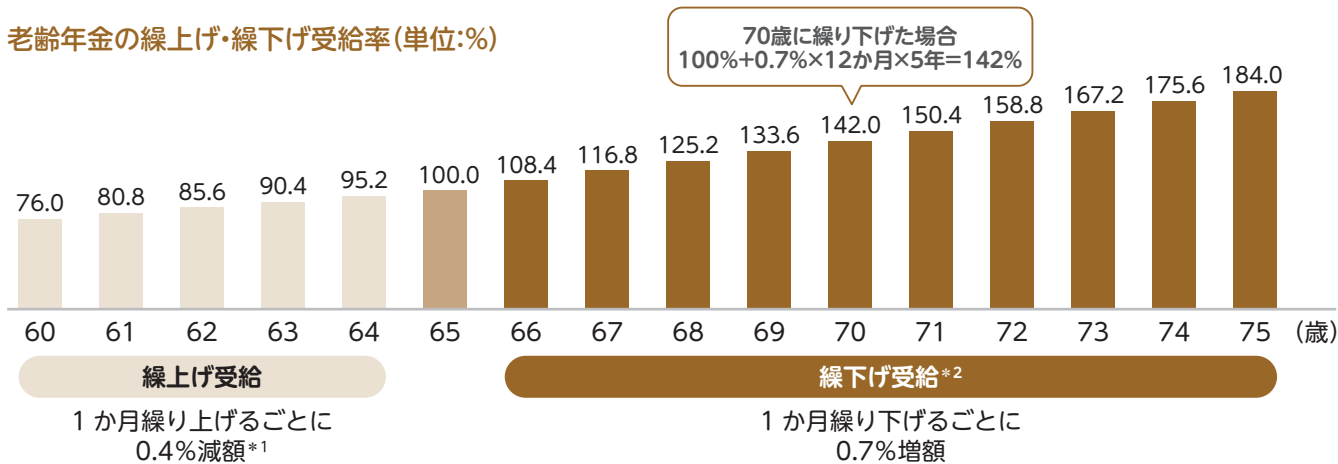
- 老齢年金による収入だけでは、平均的な老後生活費に対しても不足する可能性があります。
- ご自身の年金額は、「ねんきん定期便」「ねんきんネット」などで確認することができます。

参考

繰上げ受給・繰下げ受給

- 老齢基礎年金・老齢厚生年金の受給開始年齢は原則65歳からですが、60歳から64歳の範囲で受給開始を早めて減額された年金を受け取る「繰上げ受給」や、66歳から75歳の範囲で受給開始を遅らせ年金額を増やす「繰下げ受給」が可能です。

老齢年金の繰上げ・繰下げ受給率(単位:%)



※ 65歳時から受給する老齢年金額を100%とした場合を表示しています。

※ 繰上げ受給をする場合、老齢基礎年金と老齢厚生年金は同時に繰上げ受給の請求をする必要があります。

※ 繰下げ受給をする場合、老齢基礎年金と老齢厚生年金を同時に繰り下げのほか、一方だけを繰り下げたり、繰下げ期間を別々にすることができます。

*1 1962年(昭和37年)4月1日以前に生まれた方は1か月繰り上げるごとに0.5%減額となります。

*2 繰下げ受給の上限年齢は、1952年(昭和27年)4月1日以前生まれの方については70歳となります。

参考

在職老齢年金

- 老齢厚生年金の受給開始以後も会社勤めを続ける方が厚生年金保険の保険料を支払いながら受け取る老齢厚生年金を在職老齢年金といいます。
- 在職老齢年金の年金額は、受け取る給与など(総報酬月額相当額*3と老齢厚生年金の基本月額*4の合計額)に応じて減額、停止されます。

*3 「その月の給与(標準報酬月額)」と「直近1年間の賞与(標準賞与額)÷12」

*4 加給年金を除いた老齢厚生年金の年金額

総報酬月額相当額+基本月額≤51万円

老齢厚生年金は全額支給されます

総報酬月額相当額+基本月額>51万円

51万円を超えた分の1/2が支給停止になります

※ 在職老齢年金の仕組みが適用されるのは老齢厚生年金の部分だけで、老齢基礎年金は全額支給されます。また、老齢厚生年金が全額支給停止になる場合以外は、加給年金は全額支給されます。

※ 70歳以降は厚生年金保険の被保険者とはならないため保険料は徴収されませんが、「在職老齢年金」に該当する場合は70歳以降も減額・支給停止の対象になります。

参考

離婚と年金分割

- 離婚した夫婦が、婚姻期間中の厚生年金を多い方から少ない方へ分割する2つの年金分割制度があります。

合意分割

- 婚姻期間中に納めた厚生年金(標準報酬の記録)が1/2を上限として分割できる制度です。
- 当事者同士で話し合いをして、双方が合意した割合で年金分割を行います。
- 合意がまとまらない場合には、当事者の一方の申立てによって、家庭裁判所が分割割合を定めます。

3号分割

- 離婚した方の婚姻期間中に、2008年(平成20年)4月以降の第3号被保険者期間があった場合、その間の相手方の厚生年金(標準報酬の記録)を自動的に1/2ずつに分割できる制度です。
- 当事者同士の合意は必要なく、第3号被保険者(だった方)が請求することで分割されます。

※ 分割の請求期限は離婚してから2年以内です。

※ 年金分割により、分割をした方・分割を受けた方の年金は分割後の厚生年金記録で計算されます。



傷病手当金について

病気やケガで働けなくなったとき、療養中の生活保障として支給されます

「傷病手当金」とは？

- 傷病手当金は、会社員・公務員の方が、業務外*の病気やケガで働くことができず、事業主から十分な報酬が受けられない場合、ご本人と家族の生活を保障するために支給されます（健康保険の被扶養者や国民健康保険には原則傷病手当金はありません）。

* 業務上・通勤災害によるものは労災保険の対象となります。

傷病手当金の仕組み・支給額

支給要件

以下のすべてを満たす必要があります。

- 業務外の事由による病気やケガの療養のための休業であること
- それまで従事してきた仕事に就くことができないこと
- 連続する3日間（待期間）を含み4日以上仕事に就けなかったこと（待期間である連続する3日間は、傷病手当金は支給されません）
- 原則として、休業した期間について給与の支払いがないこと（ただし、給与の支払いがあっても、傷病手当金の額よりも少ない場合は、その差額が支給されます）

支給金額

1日あたりの金額が休んだ日数に応じて支給されます。

傷病手当金の支給日額

=

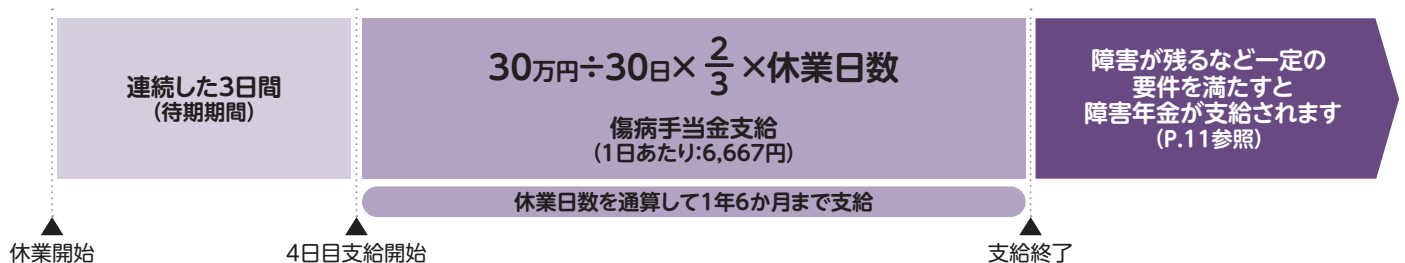
支払開始日以前（直近12か月）の
各月の標準報酬月額平均額

÷ 30日 × $\frac{2}{3}$

支給期間

病気やケガで連続して3日間休んだ後、4日目から支給要件を満たしている日数を通算して1年6か月まで支給されます。

傷病手当金の支給イメージ（直近12か月の標準報酬月額平均額:30万円の場合）



※ 傷病手当金受給中に同一の傷病により障害厚生年金の支給を受けることになった場合、傷病手当金は減額もしくは打ち切りとなります。



- 傷病手当金は、自営業の方や健康保険の被扶養者には原則支給されません。
- 会社員・公務員の方が支給要件を満たした場合でも、支給される金額はそれまでの収入よりも少なくなります。
- 支給期間には通算1年6か月の限度が設けられているため、療養が長期にわたった場合、療養中に支給が終了する可能性があります。



障害給付について

所定の障害状態に該当したとき、障害の程度に応じた年金が支給されます

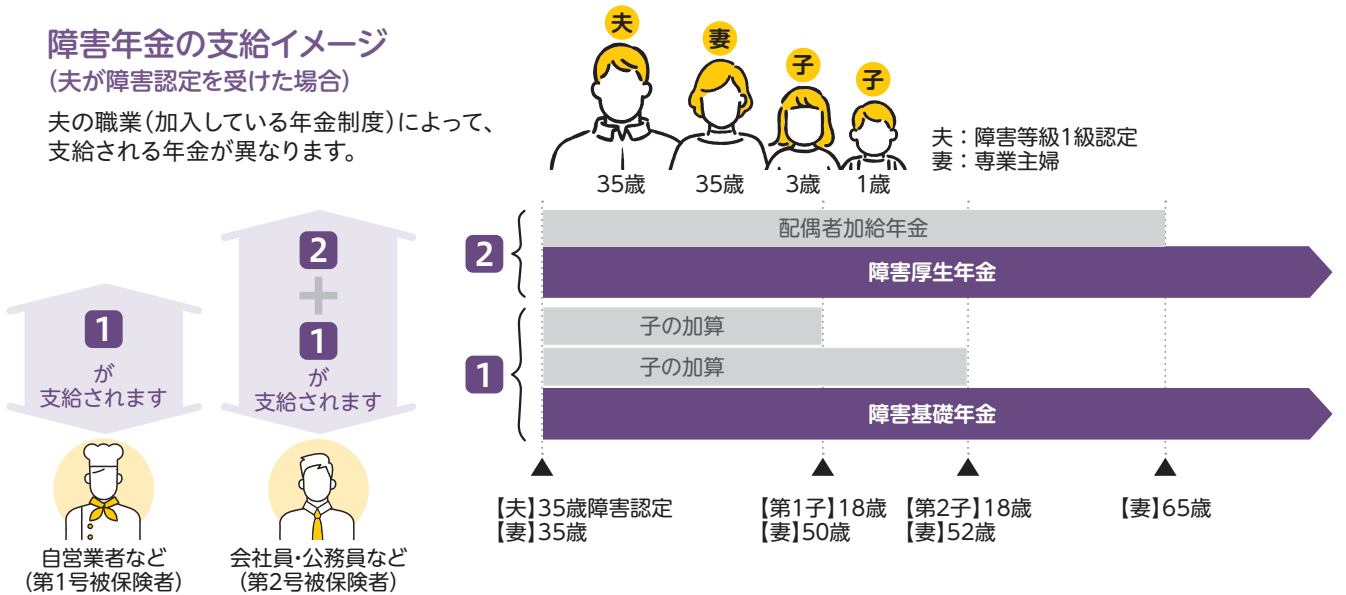
「障害給付」とは？

- 国民年金や厚生年金保険の加入期間中に、初診日から1年6か月経過後（またはそれ以前に症状が固定されたとき）に法令で定める障害状態に該当していると認定された場合、障害年金が支給されます。
- 障害年金には「障害基礎年金」、「障害厚生年金」の2種類がありますが、どの障害年金が支給されるかは加入している年金制度によって異なります。
- 障害の程度によって障害等級が異なり（障害等級1級・2級・3級）、障害年金の額は等級や家族構成などによって異なります。

障害年金の支給イメージ

（夫が障害認定を受けた場合）

夫の職業（加入している年金制度）によって、支給される年金が異なります。



1 障害基礎年金（対象：自営業者・会社員・公務員など）

- 国民年金に加入している方が国民年金加入期間中に初診日のある病気やケガで、障害認定日に障害等級1級・2級の障害状態にあるときに支給されます。
- 障害年金を受給される方によって生計を維持されている子がいる場合、子の加算があります。支給される期間は、「子」が18歳に到達する年度末（障害等級1級・2級に該当する「子」の場合は20歳になったとき）までとなります。

2 障害厚生年金（対象：会社員・公務員など）

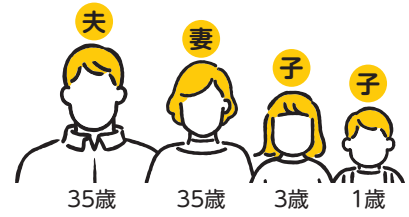
- 厚生年金保険に加入している方が厚生年金保険加入期間中に初診日のある病気やケガで、障害認定日に障害等級の1級から3級までの障害状態にあるときに支給されます（3級は障害厚生年金のみ支給）。
- 障害等級1級・2級の障害厚生年金を受給される方によって生計を維持されている65歳未満の配偶者がいる場合は、配偶者の加算（加給年金）があります（原則配偶者が65歳まで）。
- 国民年金のみに加入している方は支給されません。

障害の目安・障害等級表（一部抜粋）

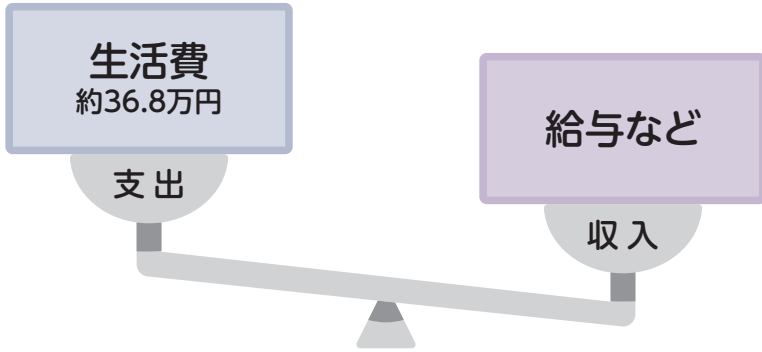
重	1級
症状	<p>【目安】他人の介助を受けなければ、日常生活がほとんど送れない状態</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 両眼の視力がそれぞれ0.03以下のもの ● 両耳の聴力レベルが100デシベル以上のもの ● 両上肢または両下肢の機能に著しい障害を有するもの
	<p>【目安】必ずしも他人の助けを借りる必要はなくても、日常生活が困難で労働することができない状態</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 両眼の視力がそれぞれ0.07以下のもの ● 両耳の聴力レベルが90デシベル以上のもの ● 一上肢または一下肢の機能に著しい障害を有するもの
	<p>【目安】労働が著しい制限を受ける、または、労働に著しい制限を加えることを必要とする状態</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 両眼の視力がそれぞれ0.1以下に減じたもの ● 両耳の聴力が40センチメートル以上では通常の話声を解することができない程度に減じたもの ● そしゃくまたは言語の機能に相当程度の障害を残すもの
軽	3級

障害年金が支給された場合の家計のバランスは？

現在(月額)



夫：障害等級1級認定(会社員)
妻：専業主婦



家計のバランスをとるための不足額

$$① + ② - ③ = \text{不足額}$$

$$36.8万円 + 12.3万円 - 20.6万円 = 28.5万円/月$$



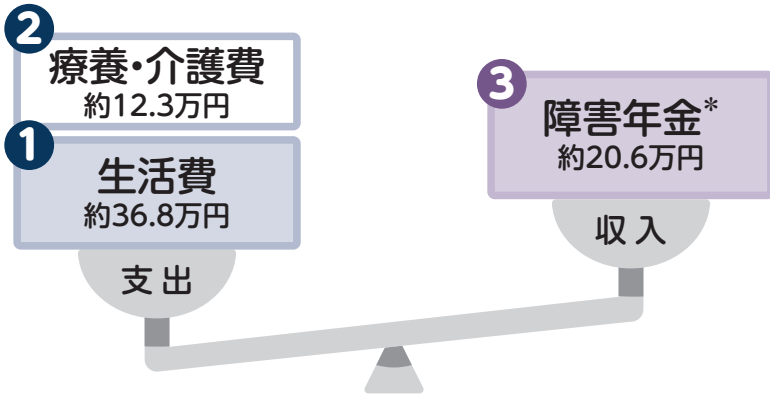
さらに子2人の教育費も…
幼稚園から大学まで
(子1人あたり)

すべて国公立 約1,124万円

すべて私立 約2,679万円

出典3

障害等級1級認定後(月額)



* 夫の平均標準報酬額を35万円と仮定し、下表「障害年金早見表(月額)」の子の人数2人・障害等級1級の行から、会社員・公務員など(障害基礎年金+障害厚生年金)の平均標準報酬額35万円の金額を使用しています。

障害年金早見表(月額)

(単位:万円)

子の人数	障害等級	自営業者など (障害基礎年金)	会社員・公務員など(障害基礎年金+障害厚生年金)						
			平均標準報酬額						
			20万円	25万円	30万円	35万円	40万円	45万円	50万円
0人	1級	8.6	14.0	14.9	15.7	16.6	17.5	18.3	19.2
	2級	6.9	11.6	12.3	13.0	13.7	14.4	15.0	15.7
1人	1級	10.6	16.0	16.9	17.7	18.6	19.5	20.3	21.2
	2級	8.9	13.6	14.3	15.0	15.7	16.4	17.0	17.7
2人	1級	12.6	18.0	18.9	19.7	20.6	21.4	22.3	23.2
	2級	10.9	15.6	16.3	17.0	17.7	18.3	19.0	19.7

(千円未満切り捨て)

※ 上記事例の「③障害年金」の額は、20.6の額です。

※ 障害厚生年金は、2003年4月以後の被保険者期間のみ、被保険者期間を300月とし、2025年度の新規裁定者(67歳以下)の年金額を基準として計算しています。新規裁定者とは新たに年金受給者となる人のことで、年金額の改定においては3年度前の指標を用いることから、その年度中に到達する年齢が67歳以下の方を新規裁定者、68歳以上の方を既裁定者といいます。

※ 配偶者加給年金および子の人数に応じた子の加算分を含んでいます(P.24参照)。

※ 「子」とは、18歳に到達する年度末までの未婚の子、または20歳未満で障害等級1級・2級に該当する未婚の子を指します。



POINT

- 障害状態になった場合には、今までの生活費に加えて療養・介護費がかかることや、給与収入を失ったり収入ダウンで障害年金頼りになることで、亡くなった場合よりも生活費の不足額が多くなることもあります。

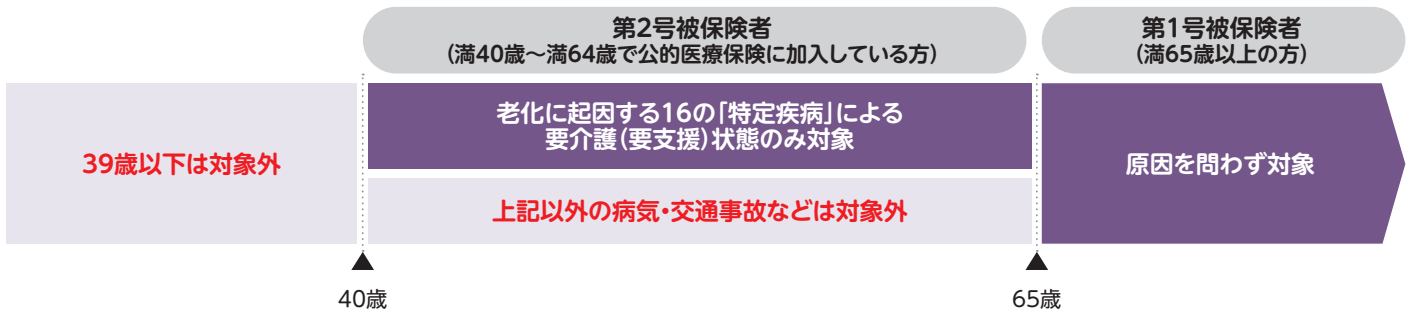


公的介護保険制度について

介護状態になったとき、介護サービスを受けることができます

「公的介護保険」とは？

- 公的介護保険は、市区町村が保険者となって運営されており、介護が必要となったときに市区町村による認定を受け、費用の一部を利用者が負担して介護サービスが受けられる、現物給付が原則の制度です。
- 40歳以上の方が加入し、被保険者は年齢によって「第1号被保険者」と「第2号被保険者」の2種類に分かれます。



老化に起因する16の「特定疾病」とは？

- がん (医師が一般に認められている医学的知見に基づき回復の見込みがない状態に至ったと判断したものに限る)
 - 関節リウマチ
 - 初老期における認知症
 - 脊髄小脳変性症
 - 糖尿病性神経障害・糖尿病性腎症および糖尿病性網膜症
 - 閉塞性動脈硬化症
 - 筋萎縮性側索硬化症
 - 後縦靭帯骨化症
 - 骨折を伴う骨粗鬆症
 - 進行性核上性麻痺、大脳皮質基底核変性症およびパーキンソン病
 - 早老症
 - 多系統萎縮症
 - 脳血管疾患
 - 慢性閉塞性肺疾患
 - 両側の膝関節または股関節に著しい変形を伴う変形性関節症
- (2025年2月現在)

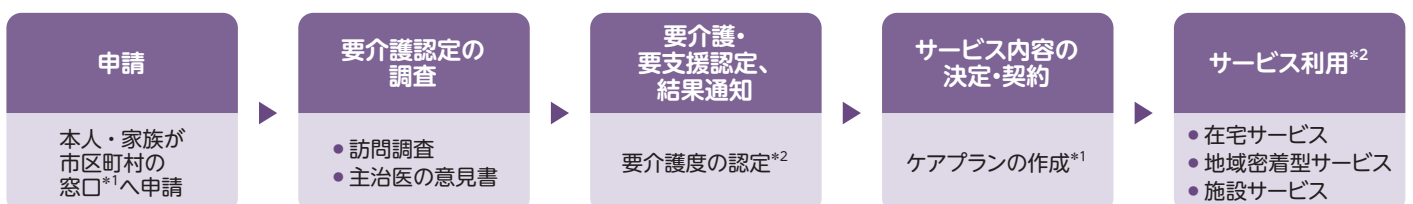
利用できる介護サービスの種類

- 公的介護保険には「介護サービス」と「介護予防サービス」があり、介護サービスは要介護1～5の方、介護予防サービスは要支援1・2の方が対象です。
- それぞれのサービスはサービス事業者などから提供されますが、以下の3つに分類されます。

在宅サービス	地域密着型サービス	施設サービス
自宅で受けるサービスや、施設への通所または一時的に入所して利用できるサービス	できる限り住み慣れた地域で生活が継続できるよう提供されるサービス	施設に入所して利用できるサービス ※要支援1・2の方は対象外です。

介護サービスを利用するまでの流れ

- 公的介護保険のサービスを利用するには、介護や支援が必要であるという「要介護・要支援認定」を受ける必要があります。
- 申請から要介護・要支援認定、結果通知まで30日以内と定められています。



*1 地域包括支援センターで対応している市区町村もあります。

*2 要介護認定の有効期間は原則12か月(初回は原則6か月)のため、有効期間終了前に更新申請が必要です。

要介護度別の身体の状態と利用できるサービスの目安

- 在宅サービスを選択した場合、ケアプランに基づき、要介護者本人と家族の状況にあわせてさまざまなサービスを組み合わせ利用できます。
- 地域密着型サービスは、住み慣れた家や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あるため、事業所や施設がある市区町村にお住まいの方が利用できます。
- 施設サービスに指定されている介護施設は3種類あり、要介護と認定された方のみが利用できます(要支援1・2の方は入所できません)。

要介護度	身体の状態(目安)	利用できる在宅サービス・地域密着型サービスの目安	利用できる施設サービス
要支援	1 日常生活はほとんど1人でできるが、一部に見守りや手助けを必要とする状態 起き上がりや立ち上がりなどに、何らかの支えを必要とすることがある。掃除などの家事の一部に、見守りや手助けを必要とすることがある。	週2～3回のサービス ●週1回の訪問型サービス(ホームヘルプサービス等) ●週1回の通所型サービス(デイサービス等) ●月1回の施設への短期入所	—
	2 日常生活の一部に見守りや手助けを必要とする状態 起き上がりや立ち上がり、片足での立位保持などに、何らかの支えを必要とすることがある。掃除、買い物などの家事の一部や、入浴などに、見守りや手助けを必要とすることがある。この状態に該当する人のうち、適切な介護予防サービスの利用により、状態の維持・改善が見込まれる人は、要支援2と認定される。	週3～4回のサービス ●週2回の訪問型サービス ●週1回の通所型サービス(デイサービス等) ●月2回の施設への短期入所 ●福祉用具貸与(歩行補助つえ)	—
要介護	1 軽度の介護を必要とする状態 起き上がりや立ち上がり、片足での立位保持、歩行などに、何らかの支えを必要とする。食事、排泄、入浴、薬の内服、金銭管理などに、手助けを必要とすることがある。物忘れなど認知機能の一部に低下がみられることがある。	1日1回程度のサービス ●週3回の訪問介護 ●週1回の訪問看護 ●週2回の通所系サービス ●月に2～3回程度の短期入所 ●福祉用具貸与(歩行補助つえ)	●介護老人保健施設 ●介護医療院
	2 軽度の介護を必要とする状態 起き上がりや立ち上がり、片足での立位保持、歩行などに、何らかの支えを必要とする。食事、排泄、入浴、薬の内服、金銭管理などに、手助けを必要とすることがある。物忘れなど認知機能の一部に低下がみられることがある。	1日1～2回程度のサービス ●週3回の訪問介護 ●週1回の訪問看護 ●週3回の通所系サービス ●月に2～3回程度の短期入所 ●福祉用具貸与(認知症老人徘徊感知器)	
	3 中等度の介護を必要とする状態 起き上がりや立ち上がり、片足での立位保持などが一人でできない。食事、排泄、入浴、衣服の着脱などに、介助を必要とする。認知機能の低下がみられ、それに伴ういくつかの行動・心理症状*がみられることがある。	1日1～2回程度のサービス ●週2回の訪問介護 ●週1回の訪問看護 ●週3回の通所系サービス(入浴あり) ●月2～3回程度の夜間対応型訪問介護 ●月7回の短期入所 ●福祉用具貸与(車イス、特殊寝台)	
	4 重度の介護を必要とする状態 起き上がりや立ち上がり、両足での立位保持、歩行などが一人でできない。座位保持に何らかの支えを必要とする。食事、排泄、入浴、衣服の着脱などに、全面的な介助を必要とする。全般的な認知機能の低下がみられ、それに伴う多くの行動・心理症状*がみられる。	1日2～3回程度のサービス ●週2回の訪問看護 ●週2回の通所系サービス(入浴あり) ●毎日1回の夜間対応型訪問介護 ●月7回の短期入所 ●福祉用具貸与(車イス、特殊寝台)	●介護老人福祉施設(特別養護老人ホーム) ●介護老人保健施設 ●介護医療院
	5 最重度の介護を必要とする状態 起き上がりや立ち上がり、両足での立位保持、歩行、座位保持などが、ほとんどできない。日常生活を遂行する能力が著しく低下し、全面的な介助を必要とする。意思の疎通ができないことが多い。	1日2～3回程度のサービス ●週2回の訪問看護 ●週2回の訪問入浴 ●毎日1回の夜間対応型訪問介護 ●月14回の短期入所 ●福祉用具貸与(特殊寝台、エアーマット)	

* 行動・心理症状とは、暴力・暴言、徘徊などの行動症状や、幻覚、妄想、うつなどの心理症状のことをいいます。

出典4

介護サービスの支給限度額

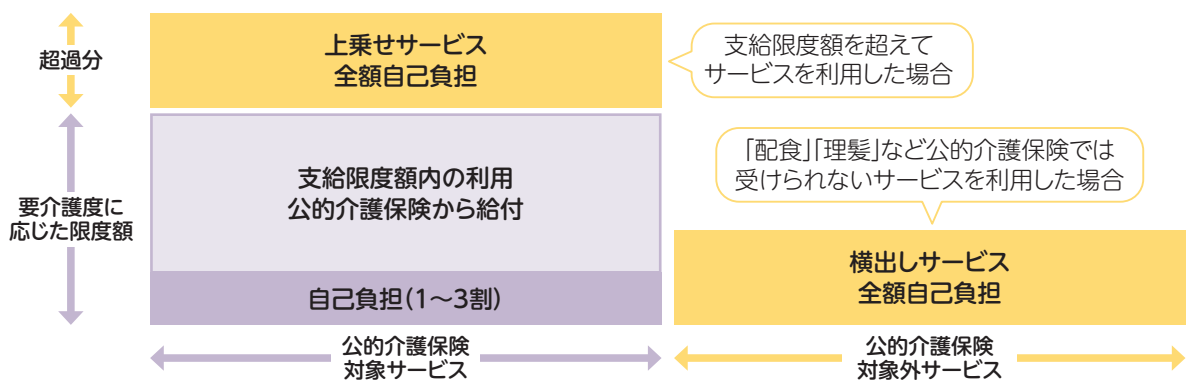
- 公的介護保険のサービスを利用する際、要介護(要支援)度ごとに定められている上限(支給限度額)の範囲内であれば、かかった費用の1割から3割相当額を利用者が負担することになります(2割または3割負担となるのは、65歳以上の一定以上の所得がある方です)。

在宅サービスの要介護(要支援)度別の支給限度額

要介護度	支給限度額	自己負担額		
		1割	2割	3割
要支援1	50,320円	5,032円	10,064円	15,096円
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
要介護2	197,050円	19,705円	39,410円	59,115円
要介護3	270,480円	27,048円	54,096円	81,144円
要介護4	309,380円	30,938円	61,876円	92,814円
要介護5	362,170円	36,217円	72,434円	108,651円

※ 表の自己負担額は標準的な地域のもので、地域によって金額が異なる場合があります。また、高額介護サービス費なども考慮していません。

- 支給限度額を超えてサービスを利用する「上乗せサービス」や、配食など公的介護保険の対象外サービスである「横出しサービス」などを利用した場合は、全額が自己負担となります。



自己負担額の軽減制度(高額介護サービス費)

- 同じ月に利用したサービスの利用者負担の合計額(同じ世帯に複数の利用者がある場合には世帯で合算)が高額になると、負担限度額を超えた分が高額介護サービス費として後から払い戻されます。
- 利用者は一度高額介護サービス費の申請を行えば、次回以降も継続して支給申請したこととされます。

区分	負担限度額
課税所得690万円(年収約1,160万円)以上	140,100円(世帯)
課税所得380万円(年収約770万円)~690万円(年収約1,160万円)未満	93,000円(世帯)
住民税課税~課税所得380万円(年収約770万円)未満	44,400円(世帯)
世帯の全員が住民税を課税されていない	24,600円(世帯)
前年の課税年金収入額+その他の合計所得金額との合計が80万円以下*1など	24,600円(世帯) 15,000円(個人)
生活保護を受給しているなど	15,000円(個人)*2

*1 2025年(令和7年)8月から基準額が80.9万円に見直される予定です。

*2 負担限度額を15,000円にしたことにより、生活保護の被保護者とならない方は世帯で15,000円になります。



- 要介護度によって決められた支給限度額を超えたサービスや公的介護保険制度の給付対象外のサービスは全額自己負担となります。



障害者への福祉サービス

身体や精神に障害のある方の生活を支援するサービスのことで

「身体障害者手帳」とは？

- 身体障害者手帳は、身体障害者福祉法に基づいて、所定の障害の程度に該当すると認定された方に対して交付されるもので、各種の福祉サービスを受けるために必要となります。
- 交付対象となる障害の範囲は身体障害者福祉法別表によって定められており、身体障害者障害程度等級表により1級から7級までの区分が設けられています(ただし、7級の障害が1つのみでは手帳の対象にはなりません)。
- 交付を受けるためには、お住まいの地域の市区町村の窓口で申請し、都道府県知事が指定した医師*の診断書をあわせて提出します。

対象となる障害

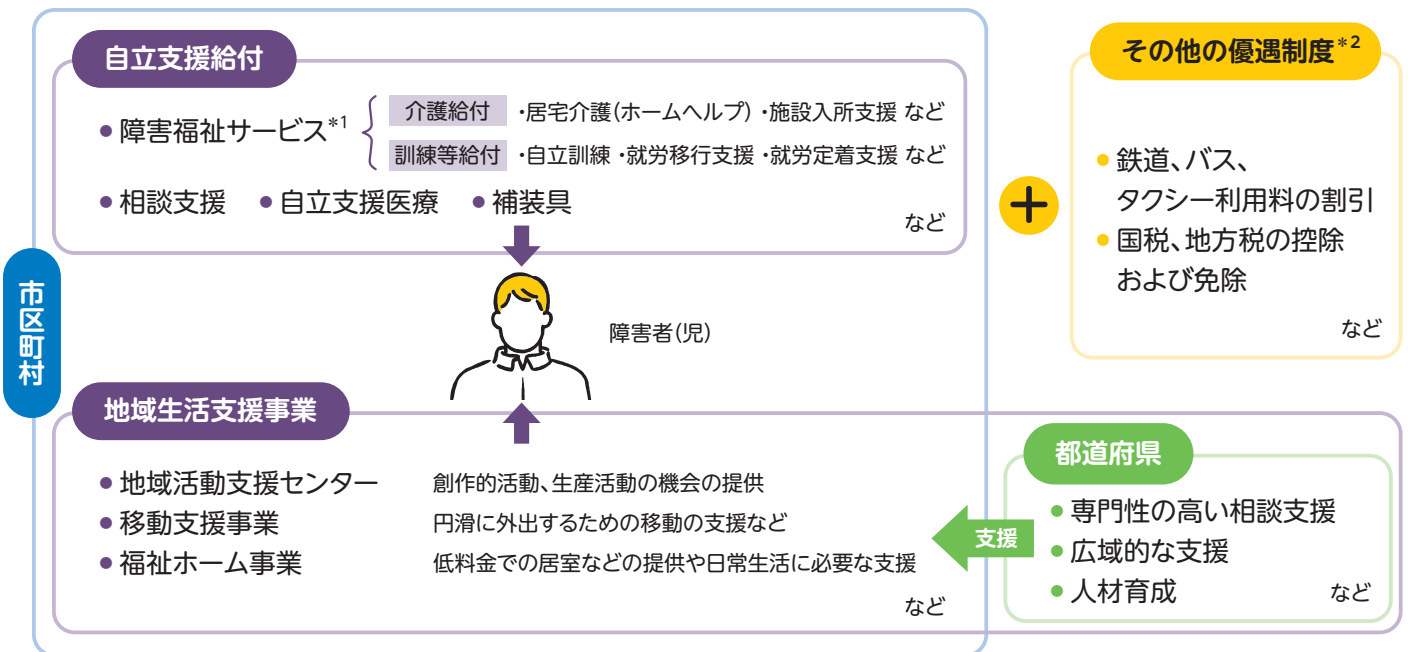
- 視覚障害
- 聴覚障害
- 平衡機能障害
- 音声・言語機能またはそしゃく機能の障害
- 肢体不自由
- 心臓機能障害
- じん臓機能障害
- 呼吸器機能障害
- ぼうこうまたは直腸機能障害
- 小腸機能障害
- ヒト免疫不全ウイルス(HIV)による免疫機能障害
- 肝臓機能障害

※身体障害者の認定に際しては、精神障害や知的障害の状態は、一切関係ありません。

* 身体障害者福祉法第15条の規定により、都道府県知事による指定を受けた医師のことで「15条指定医」と呼ばれることもあります。

福祉サービスの内容・種類

- 福祉サービスは、「自立支援給付」と「地域生活支援事業」で構成されています。
- 利用者の負担は、受けたサービス量と所得によって異なり、実際の負担は所得などに配慮して決められています。



*1 公的介護保険が適用される場合は、公的介護保険のサービスを優先します。住民税額が一定以上の高所得者の場合、障害福祉サービスの種類によっては公費負担の対象とはなりません(=全額自己負担)。

*2 お住まいの市区町村によって内容は異なります。



- 障害者の自立支援を目的として、さまざまな福祉サービスに加えて、割引や免除などの優遇制度も設けられています。
- 利用者の負担には上限があり、軽減措置などもあります。



公的医療保険制度について

病気やケガをしたとき、医療費などを保障する制度です

「公的医療保険」とは？

- 公的医療保険は、病気やケガの際に必要な給付を行い、生活の安定を図ることを目的とした制度で、大きく分けると以下の3つの種類があります(P.3参照)。

健康保険



会社員・公務員など 会社員・公務員などの扶養家族

国民健康保険



会社員・公務員以外とその家族(自営業・フリーランスなど)

後期高齢者医療制度



75歳以上の方(または65歳以上で一定の障害のある方)

公的医療保険の3つの特徴

1 国民皆保険

日本の公的医療保険は、すべての人が何らかの公的医療保険に加入し、保険料を支払うことで、病気やケガによって医療を受けることになった場合に、お互いの負担を軽減する「国民皆保険」となっています。

2 フリーアクセス

外国では登録された医療機関でないと診察が受けられない国もありますが、日本では医療機関や医師を自由に選ぶことができます。

3 現物給付

医療機関を受診した際、マイナンバーカード(あるいは保険証)を提示し、自己負担分の医療費を支払うことで、治療・手術・投薬などの「病気やケガの治療に必要な医療行為を受けること」ができますが、これは「必要なサービスそのものを受けられること」なので、現物給付と呼びます。

※出産育児一時金、傷病手当金、埋葬料などのお金で支給(現金給付)されるものもあります。

診療形態の種類について

- 日本における医療の診療形態にはさまざまなものがあります。公的医療保険を理解するうえで、知っておくべきものについて確認しましょう(自己負担額については、P.19参照)。

保険診療

病院で受ける診療のうち、最も一般的な形態が保険診療で、公的医療保険の適用となる診療です。保険診療の対象となる医療の範囲・内容とその価格はあらかじめ定められています。医療機関を受診した際、マイナンバーカード(あるいは保険証)を提示し、窓口で自己負担分を支払うことになります。

保険外診療(自由診療)

公的医療保険の適用外となる診療のことで、全額自己負担となります。たとえば、開発中の試験的な治療法や薬、医療機器を使うなど、有効性や安全性が確認されていない治療や美容外科、歯科インプラントなどが該当します。

保険診療と保険外診療の併用

公的医療保険では、原則として保険診療と保険外診療の併用は認められていません。保険外診療(自由診療)が一部でもあると、保険診療部分も含めて全額自己負担となります。ただし、保険外診療を受ける場合でも、厚生労働大臣の定めるものについては、保険診療との併用が可能です。つまり、保険外診療となる技術やサービスにかかわる費用については全額自己負担となりますが、それ以外の通常の診療は保険診療で受けることができます。この制度を「保険外併用療養費制度」といい、対象となる療養は以下のとおりです。

評価療養

保険給付の対象とするかを評価する必要があるもので、

- 先進医療
- 薬事法承認はあるがまだ保険適用になっていない医薬品、医療機器、再生医療等製品の使用などがあります。

選定療養

被保険者が料金を払ってサービスを受けかどうかを選び、保険導入を前提としないもので、

- 特別の療養環境(差額ベッド)
- 大病院での初診・再診
- 水晶体再建に使用する多焦点眼内レンズなどがあります。

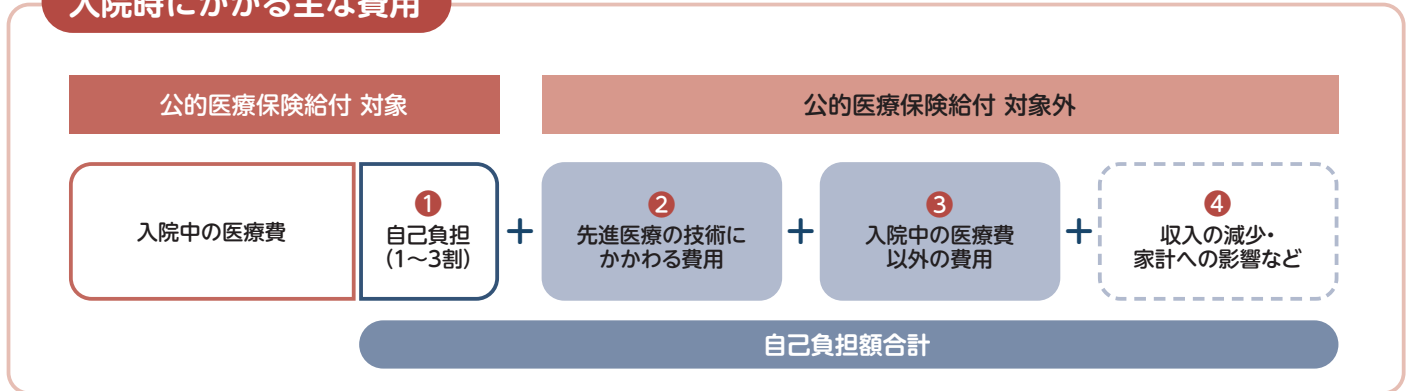
患者申出療養

未承認薬などを迅速に保険外併用療養として使用したいという困難な病気と闘う患者の思いに応えるため、患者からの申出を起点とする仕組みとして2016年(平成28年)度より創設されました。

入院したときにかかる費用

- 医療費は、医療行為ごとに定められた「診療報酬点数(1点10円)」により計算されます。
- 医療費のほかに、入院中の医療費以外の費用や、先進医療を受けた場合は先進医療の技術にかかわる費用がかかります。このうち公的医療保険が適用されるのは医療費で、それ以外は全額自己負担です。
- 入院中は医療費がかかるだけでなく、入院している間の収入が減少してしまうことにも注意が必要です。

入院時にかかる主な費用



① 医療費の自己負担割合

年齢や収入などによって、自己負担割合が異なります。

	一般所得者など	一定以上所得者	現役並み所得者
75歳	1割負担	2割負担	3割負担
70歳	2割負担		3割負担
6歳	3割負担*		
	2割負担(義務教育就学前)*		

* お住まいの市区町村によって自己負担分の一部または全部が助成されることがあります。

② 先進医療の技術にかかわる費用

「先進医療」とは、公的医療保険の給付の対象外である高度な医療技術を必要とする治療や手術に対し、厚生労働大臣が定める「評価療養」の1つです。

先進医療の技術にかかわる費用は全額自己負担となります。

※ 右表は、2024年6月時点における、先進医療の自己負担額(1件あたりの平均費用)を例示したものとします。

※ 重粒子線治療・陽子線治療には、施術の対象となる部位などにより、公的医療保険の給付対象(先進医療の対象外)となるものがあります。

先進医療の技術名(例)	自己負担額
重粒子線治療	3,144,880円
陽子線治療	2,679,335円
内視鏡的胃局所切除術	215,626円

出典5

③ 入院中の医療費以外の費用

入院中の食事代の一部、差額ベッド代、雑費(交通費、消耗品代など)は、公的医療保険の給付の対象外であるため、全額自己負担となります。

入院中の食事代 (標準負担額(一般区分))	差額ベッド代
1日3食で 1,470円	1日あたり平均 6,714円

出典6

④ 収入の減少・家計への影響など

入院中や入院前後は、働けなくなったり、業務量を抑えざるを得ないことなどにより、収入が減少する場合があります。

また、専業主婦の方が入院した場合、世帯の収入は変わらなくても、家事労働を務める方が不在となることによって、家事代行サービスを使うなど、家計への影響が出る可能性もあります。



「高額療養費制度」とは？

- 「高額療養費制度」とは、1か月^{*1}に窓口で支払った医療費が一定の金額(自己負担限度額)を超えた場合、超えた分が後から払い戻される制度です。
- 医療費が高額になることがわかっている場合、「健康保険証利用登録を行ったマイナンバーカード」を医療機関に提示し「限度額情報の表示」に同意するか、「限度額適用認定証」を準備して医療機関に提示することにより、支払う医療費を自己負担限度額までとすることができます。
- 自己負担限度額は、年齢や所得などによって異なります(下表参照)。なお、高額療養費制度を維持しつつ、全世代の保険料負担を軽減する観点から、自己負担額を引き上げる方向で見直しが議論されています。

※ 食事代の標準負担額や差額ベッド代などは高額療養費制度の対象とはなりません。

*1 1か月(1日から末日まで)単位で医療費を計算

高額療養費の自己負担限度額

【70歳未満の方】

所得区分	1か月の上限額(世帯ごと)	多数回該当 ^{*2} の場合
(年収) 約1,160万円～	252,600円+(医療費-842,000円)×1%	140,100円
(年収) 約 770万円～約1,160万円	167,400円+(医療費-558,000円)×1%	93,000円
(年収) 約 370万円～約 770万円	80,100円+(医療費-267,000円)×1%	44,400円
(年収) ~約 370万円	57,600円	44,400円
住民税非課税者	35,400円	24,600円

【70歳以上の方】

所得区分	1か月の上限額(世帯ごと)		多数回該当 ^{*2} の場合	
	外来のみ(個人ごと)	入院を含む(世帯ごと)		
現役並み	(年収) 約1,160万円～	252,600円+(医療費-842,000円)×1%	140,100円	
	(年収) 約 770万円～約1,160万円	167,400円+(医療費-558,000円)×1%	93,000円	
	(年収) 約 370万円～約 770万円	80,100円+(医療費-267,000円)×1%	44,400円	
一般	(年収) 約 156万円～約 370万円	18,000円 ^{*3} (年間上限144,000円)	57,600円	44,400円
低所得者	Ⅱ 住民税非課税世帯	8,000円	24,600円	適用なし
	Ⅰ 住民税非課税世帯 (年金収入80万円以下など)		15,000円	

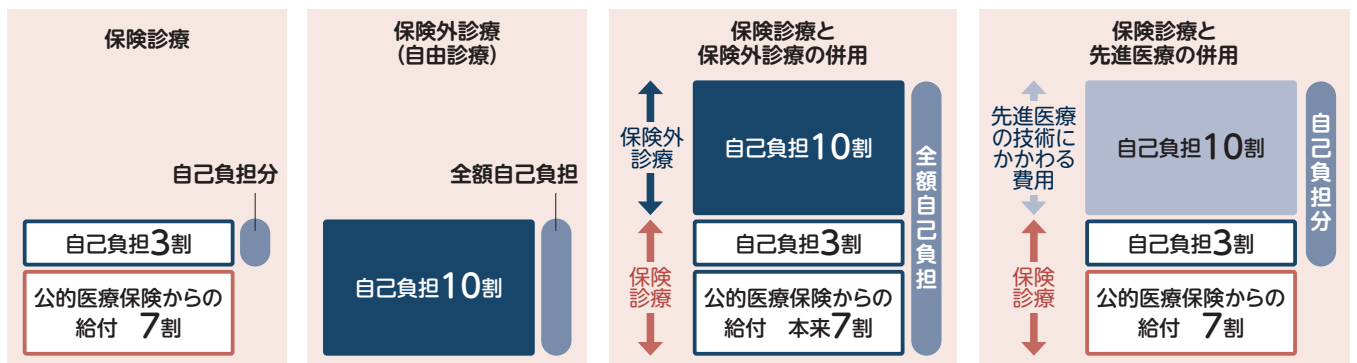
*2 直近12か月間で3回以上高額療養費の支給を受けた場合は、4回目から「多数回」該当となり、上限額が下がります。

*3 75歳以上で医療費の自己負担割合が2割の方は、18,000円と「6,000円+(医療費(30,000円未満は30,000円として計算)-30,000円)×10%」で計算した金額のいずれか低い方を適用します(2025年(令和7年)9月30日までの措置となります)。

参考

保険診療と保険外診療の自己負担額の違い(自己負担額:3割の方の場合)

- 保険診療の場合、窓口で支払う医療費は自己負担分となりますが、保険外診療(自由診療)の場合は、全額自己負担です。
- 公的医療保険では、原則として保険診療と保険外診療の併用は認められていませんので、併用した場合は保険診療分も含めて全額自己負担となりますが、「保険外併用療養費制度」が認められている療養(たとえば「評価療養」の1つである先進医療)については、保険診療との併用が認められています。



POINT

- 病気やケガをしたときの医療費の自己負担割合は、年齢や収入などに応じて異なります。また、先進医療の技術にかかわる費用は全額自己負担で高額となる場合もあります。
- 上記以外にも、収入への影響がある場合や退院後の治療が継続する場合、保険外診療(自由診療)を選択する場合など、自助努力で準備すべき費用が相当かかることもあります。

公的保険制度の種類と保険料

用語	解説															
<p>被扶養者の範囲と要件</p>	<ul style="list-style-type: none"> 健康保険では、会社員・公務員の方に扶養されている親族も「被扶養者」として保険給付を受けることができます。 <p>※ 協会けんぽホームページよりセールス手帖社保険FPS 研究所作成 ※ 数字は親等数です</p> <table border="1" data-bbox="379 913 1444 1079"> <thead> <tr> <th></th> <th>親族の範囲</th> <th>要件</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>■ の方</td> <td> <ul style="list-style-type: none"> 会社員・公務員本人の配偶者 (内縁含む)、子、直系尊属、孫、兄弟姉妹 </td> <td>生計維持</td> </tr> <tr> <td>□ の方</td> <td> <ul style="list-style-type: none"> 会社員・公務員本人の三親等以内の親族で上記に該当しない方 会社員・公務員本人の内縁の配偶者の父母、子 会社員・公務員本人の内縁の配偶者が死亡したあとの父母、子 </td> <td>生計維持かつ同一世帯</td> </tr> </tbody> </table> <ul style="list-style-type: none"> 会社員・公務員の方に「生計を維持されている」とは、会社員・公務員の方の収入によりその人の暮らしが成り立っていることをいいます。なお、必ずしも会社員・公務員の方と同居してなくても構いません。 被扶養者の年収基準は、以下のとおり*です。 <table border="1" data-bbox="379 1198 1444 1348"> <tr> <td> <p>年収130万円未満 (60歳以上または障害者は180万円未満) かつ同居</p> </td> <td>➔</td> <td> <p>会社員・公務員本人の年収の2分の1未満である場合</p> </td> </tr> <tr> <td> <p>年収130万円未満 (60歳以上または障害者は180万円未満) かつ別居</p> </td> <td>➔</td> <td> <p>会社員・公務員本人からの仕送り額よりも少ない場合</p> </td> </tr> </table> <ul style="list-style-type: none"> 同一世帯とは、会社員・公務員の方と住居および家計を共にすることをいいます。 		親族の範囲	要件	■ の方	<ul style="list-style-type: none"> 会社員・公務員本人の配偶者 (内縁含む)、子、直系尊属、孫、兄弟姉妹 	生計維持	□ の方	<ul style="list-style-type: none"> 会社員・公務員本人の三親等以内の親族で上記に該当しない方 会社員・公務員本人の内縁の配偶者の父母、子 会社員・公務員本人の内縁の配偶者が死亡したあとの父母、子 	生計維持かつ同一世帯	<p>年収130万円未満 (60歳以上または障害者は180万円未満) かつ同居</p>	➔	<p>会社員・公務員本人の年収の2分の1未満である場合</p>	<p>年収130万円未満 (60歳以上または障害者は180万円未満) かつ別居</p>	➔	<p>会社員・公務員本人からの仕送り額よりも少ない場合</p>
	親族の範囲	要件														
■ の方	<ul style="list-style-type: none"> 会社員・公務員本人の配偶者 (内縁含む)、子、直系尊属、孫、兄弟姉妹 	生計維持														
□ の方	<ul style="list-style-type: none"> 会社員・公務員本人の三親等以内の親族で上記に該当しない方 会社員・公務員本人の内縁の配偶者の父母、子 会社員・公務員本人の内縁の配偶者が死亡したあとの父母、子 	生計維持かつ同一世帯														
<p>年収130万円未満 (60歳以上または障害者は180万円未満) かつ同居</p>	➔	<p>会社員・公務員本人の年収の2分の1未満である場合</p>														
<p>年収130万円未満 (60歳以上または障害者は180万円未満) かつ別居</p>	➔	<p>会社員・公務員本人からの仕送り額よりも少ない場合</p>														
<p>標準報酬月額</p>	<ul style="list-style-type: none"> 健康保険や厚生年金保険の毎月の保険料や将来の年金額の計算をするときに用いるもので、会社員・公務員の方が勤務先から受ける報酬の月額をいくつかの幅 (等級) に区切ったものです。健康保険は1級 (58,000円) ~ 50級 (1,390,000円)、厚生年金保険は1級 (88,000円) ~ 32級 (650,000円) までの等級に区分されています。 対象となる報酬は、基本給のほか、役付手当、勤務地手当、家族手当、通勤手当、住宅手当、残業手当など、労働の対償として事業所から現金または現物で支給されるものを指します。なお、年4回以上支給される賞与についても標準報酬月額の対象となる報酬に含まれます。 標準報酬月額の決定 (改定) のタイミングには、入社時に決められる「資格取得時決定」、毎年4・5・6月の報酬月額をもとに見直される「定時決定」、報酬が大幅に変動した場合に改定される「随時改定」などがあります。 															
<p>標準賞与額</p>	<ul style="list-style-type: none"> 賞与とは、賃金、給料、俸給、手当、賞与、その他いかなる名称であるかを問わず、被保険者が労働の対償として受けるもののうち年3回以下のものをいいます (年4回以上は標準報酬月額の対象)。 標準賞与額は賞与の1,000円未満を切り捨てた金額で、健康保険は4月~3月の1年間で累計573万円まで、厚生年金保険は1か月あたり150万円までの金額となっています。 賞与についても、毎月の保険料と同率の保険料納付が必要です。また、標準賞与額は将来の年金額にも反映されます。 															
<p>平均標準報酬月額・平均標準報酬額</p>	<ul style="list-style-type: none"> 平均標準報酬月額とは、老齢基礎年金などの報酬比例の年金額計算の基礎となるもので、「厚生年金保険に加入していた期間の標準報酬月額の合計」を現在の賃金水準に置きかえる措置 (再評価) を行い、「被保険者期間の月数」で割ってその平均を算出したものです。 2003年 (平成15年) 4月の総報酬制導入により、現在は、再評価された「標準報酬月額と標準賞与額の総額」を「被保険者であった期間の月数」で割ることにより平均額を出します。これを「平均標準報酬額」といいます。 															

* 年収が130万円以上 (60歳以上または障害者は180万円以上) となる場合でも、人手不足による労働時間延長などに伴う「一時的な収入変動」である旨の事業主の証明により、被扶養者認定を受けることができます (原則として連続2回まで)。

はじめに

万のリスク

老後のリスク

就業不能・介護のリスク

病気・ケガのリスク

解説

遺族給付について

用語	解説																	
保険料納付要件	<ul style="list-style-type: none"> 遺族年金を受給するためには、一定の保険料納付要件を満たす必要があります。具体的には、死亡日の属する月の前々月までに、保険料納付済期間(保険料免除期間も含む)が全被保険者期間の3分の2以上あるいは25年以上あることが必要です。 2026年(令和8年)3月までに死亡した場合、上記の条件を満たしていない場合でも、死亡日の属する月の前々月までの直近1年間に保険料未納がなければ保険料納付要件を満たしたことになります。ただし、死亡日において65歳未満の場合に限ります。 																	
遺族基礎年金の受給権者(支給される遺族)と年金額	<ul style="list-style-type: none"> 亡くなった方によって生計を維持されていた*1「子のある配偶者」*2または「子」に対して以下の金額が支給されます。 <table border="1" style="margin-left: 20px;"> <thead> <tr> <th colspan="3">【子の加算額】</th> </tr> <tr> <th>遺族基礎年金</th> <th>子の数</th> <th>1人あたりの加算額</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td rowspan="3" style="text-align: center;">831,700円</td> <td>1人・2人</td> <td>239,300円</td> </tr> <tr> <td>3人以上</td> <td>79,800円</td> </tr> </tbody> </table> <p style="margin-left: 20px;">※「子」とは、18歳に到達する年度末までの未婚の子、または20歳未満で障害等級1級・2級に該当する未婚の子を指します。</p>	【子の加算額】			遺族基礎年金	子の数	1人あたりの加算額	831,700円	1人・2人	239,300円	3人以上	79,800円						
【子の加算額】																		
遺族基礎年金	子の数	1人あたりの加算額																
831,700円	1人・2人	239,300円																
	3人以上	79,800円																
	遺族厚生年金*3の受給権者(支給される遺族)	<ul style="list-style-type: none"> 亡くなった方によって生計を維持されていた*1次の方が受給できます。 前の順位の遺族が受給した場合、次の順位の遺族は受給できません。 <table border="1" style="margin-left: 20px;"> <thead> <tr> <th>順位</th> <th>受給権者</th> <th>年齢要件</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td rowspan="2" style="text-align: center;">1</td> <td style="text-align: center;">配偶者</td> <td> <ul style="list-style-type: none"> 夫が亡くなり妻が受給する場合、妻の年齢要件はありません。 妻が亡くなり夫が受給する場合、夫は妻が亡くなったときに55歳以上で、かつ60歳から受給可能(ただし、夫が遺族基礎年金を受給する場合は、遺族基礎年金と遺族厚生年金が55歳から併給されます)。 </td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">子</td> <td> <ul style="list-style-type: none"> 18歳に到達する年度末までの未婚の子、または20歳未満で障害等級1級・2級に該当する未婚の子。 </td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">2</td> <td style="text-align: center;">父母</td> <td> <ul style="list-style-type: none"> 子が亡くなったときに55歳以上で、かつ60歳から受給可能。 </td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">3</td> <td style="text-align: center;">孫</td> <td> <ul style="list-style-type: none"> 18歳に到達する年度末までの未婚の孫、または20歳未満で障害等級1級・2級に該当する未婚の孫。 </td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">4</td> <td style="text-align: center;">祖父母</td> <td> <ul style="list-style-type: none"> 孫が亡くなったときに55歳以上で、かつ60歳から受給可能。 </td> </tr> </tbody> </table>	順位	受給権者	年齢要件	1	配偶者	<ul style="list-style-type: none"> 夫が亡くなり妻が受給する場合、妻の年齢要件はありません。 妻が亡くなり夫が受給する場合、夫は妻が亡くなったときに55歳以上で、かつ60歳から受給可能(ただし、夫が遺族基礎年金を受給する場合は、遺族基礎年金と遺族厚生年金が55歳から併給されます)。 	子	<ul style="list-style-type: none"> 18歳に到達する年度末までの未婚の子、または20歳未満で障害等級1級・2級に該当する未婚の子。 	2	父母	<ul style="list-style-type: none"> 子が亡くなったときに55歳以上で、かつ60歳から受給可能。 	3	孫	<ul style="list-style-type: none"> 18歳に到達する年度末までの未婚の孫、または20歳未満で障害等級1級・2級に該当する未婚の孫。 	4	祖父母
順位	受給権者	年齢要件																
1	配偶者	<ul style="list-style-type: none"> 夫が亡くなり妻が受給する場合、妻の年齢要件はありません。 妻が亡くなり夫が受給する場合、夫は妻が亡くなったときに55歳以上で、かつ60歳から受給可能(ただし、夫が遺族基礎年金を受給する場合は、遺族基礎年金と遺族厚生年金が55歳から併給されます)。 																
	子	<ul style="list-style-type: none"> 18歳に到達する年度末までの未婚の子、または20歳未満で障害等級1級・2級に該当する未婚の子。 																
2	父母	<ul style="list-style-type: none"> 子が亡くなったときに55歳以上で、かつ60歳から受給可能。 																
3	孫	<ul style="list-style-type: none"> 18歳に到達する年度末までの未婚の孫、または20歳未満で障害等級1級・2級に該当する未婚の孫。 																
4	祖父母	<ul style="list-style-type: none"> 孫が亡くなったときに55歳以上で、かつ60歳から受給可能。 																
遺族厚生年金の年金額と支給期間	<ul style="list-style-type: none"> 平均標準報酬月額と平均標準報酬額、被保険者期間に基づいて以下で計算した金額が支給されます。 <table border="1" style="margin-left: 20px;"> <thead> <tr> <th colspan="2">遺族厚生年金の計算式(被保険者期間が2003年4月以降のみの場合)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td colspan="2" style="text-align: center;">平均標準報酬額×5.481/1000×被保険者期間の月数*4×3/4</td> </tr> </tbody> </table> <ul style="list-style-type: none"> 夫死亡時に子のいない30歳未満の妻が受給する遺族厚生年金は5年間の有期年金となります。 ※ 65歳以上で老齢厚生年金の受給権もある場合、遺族厚生年金の計算方法が異なります。また、ご自身の老齢厚生年金が全額支給となり、遺族厚生年金は老齢厚生年金に相当する額が支給停止となります。 	遺族厚生年金の計算式(被保険者期間が2003年4月以降のみの場合)		平均標準報酬額×5.481/1000×被保険者期間の月数*4×3/4														
遺族厚生年金の計算式(被保険者期間が2003年4月以降のみの場合)																		
平均標準報酬額×5.481/1000×被保険者期間の月数*4×3/4																		
中高齢寡婦加算	<ul style="list-style-type: none"> 亡くなったときに以下に該当する妻が受給する遺族厚生年金には、妻が65歳になるまでの間、中高齢寡婦加算として623,800円(年額)が加算されます。 <table border="1" style="margin-left: 20px;"> <thead> <tr> <th>妻の状況</th> <th>加算期間</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td style="text-align: center;">子がない妻</td> <td>妻が40歳 夫が死亡 妻が65歳</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">子がある妻</td> <td>夫が死亡 妻が40歳 子が18歳 妻が65歳</td> </tr> </tbody> </table> <p style="margin-left: 20px;">※ 夫が長期要件(受給資格期間が25年以上の老齢厚生年金の受給権者または25年以上の受給資格期間を満たしている場合)に該当していることにより遺族厚生年金を受給する場合は、夫の厚生年金保険の加入期間が20年以上(中高齢者の期間短縮の特例に該当する場合は生年月日に応じて40歳以降に15年~19年以上)なければ中高齢寡婦加算がないため、注意が必要です。</p>	妻の状況	加算期間	子がない妻	妻が40歳 夫が死亡 妻が65歳	子がある妻	夫が死亡 妻が40歳 子が18歳 妻が65歳											
妻の状況	加算期間																	
子がない妻	妻が40歳 夫が死亡 妻が65歳																	
子がある妻	夫が死亡 妻が40歳 子が18歳 妻が65歳																	

*1「生計を維持されている」とは、死亡者が死亡した当時、死亡者と生計を同じくし、将来(おおむね5年以上)年収850万円以上の収入が得られないと認められることをいいます。

*2 2014年(平成26年)4月から子のある夫(いわゆる父子家庭)も遺族基礎年金を受給できるようになりました。

*3 共済組合が実施していた共済年金は、2015年(平成27年)10月より厚生年金保険に統一されました。これに伴い、同年10月以降に受給権が発生する従来の遺族共済年金は遺族厚生年金となっています。

*4 被保険者期間が300月(25年)未満の場合は、300月とみなして計算します。

※ 公的年金の給付額は、2025年度の新規裁定者(67歳以下)の金額を表示しています。新規裁定者とは新たに年金受給者となる人のことで、年金額の改定においては3年度前の指標を用いることから、その年度中に到達する年齢が67歳以下の方を新規裁定者、68歳以上の方を既裁定者といいます。

老齢給付について

用語	解説																					
老齢基礎年金の年金額	<ul style="list-style-type: none"> 国民年金の加入期間に応じて、以下で計算した金額が支給されます。 老齢基礎年金の満額(国民年金に40年加入し、保険料を納めた人に支給される年金額)は、831,700円です。 <table border="1" style="margin-left: 20px;"> <tr> <th colspan="2">老齢基礎年金</th> </tr> <tr> <td colspan="2">831,700円×(保険料納付済月数+保険料全額免除月数×1/2+保険料半額免除月数×3/4+保険料3/4免除月数×5/8+保険料1/4免除月数×7/8)/480月</td> </tr> </table>	老齢基礎年金		831,700円×(保険料納付済月数+保険料全額免除月数×1/2+保険料半額免除月数×3/4+保険料3/4免除月数×5/8+保険料1/4免除月数×7/8)/480月																		
老齢基礎年金																						
831,700円×(保険料納付済月数+保険料全額免除月数×1/2+保険料半額免除月数×3/4+保険料3/4免除月数×5/8+保険料1/4免除月数×7/8)/480月																						
老齢厚生年金*1の年金額	<ul style="list-style-type: none"> 平均標準報酬月額と平均標準報酬額、被保険者期間に基づいて以下で計算した金額が支給されます。 <table border="1" style="margin-left: 20px;"> <tr> <th colspan="2">老齢厚生年金の計算式(被保険者期間が2003年4月以降のみの場合)</th> </tr> <tr> <td colspan="2">平均標準報酬額×5.481/1000×被保険者期間の月数</td> </tr> </table>	老齢厚生年金の計算式(被保険者期間が2003年4月以降のみの場合)		平均標準報酬額×5.481/1000×被保険者期間の月数																		
老齢厚生年金の計算式(被保険者期間が2003年4月以降のみの場合)																						
平均標準報酬額×5.481/1000×被保険者期間の月数																						
特別支給の老齢厚生年金の受給要件と受給額	<ul style="list-style-type: none"> 厚生年金保険の被保険者期間が1年以上あり、老齢基礎年金の受給資格期間(10年以上)を満たした方のうち、男性は1961年(昭和36年)4月1日以前生まれの方、女性は1966年(昭和41年)4月1日以前生まれの方に支給されます。 報酬比例部分の計算式は上記の老齢厚生年金の計算式と同じです。 																					
加給年金の受給要件と受給額	<ul style="list-style-type: none"> 厚生年金保険に原則として20年以上加入していた老齢厚生年金の受給権者によって生計を維持されている*2以下の配偶者または子がいる場合に、老齢厚生年金に加算されます。 <table border="1" style="margin-left: 20px;"> <thead> <tr> <th>対象者</th> <th>受給要件</th> <th>加算額</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>配偶者</td> <td> <ul style="list-style-type: none"> 65歳未満であること。 障害年金や加入期間20年以上の老齢厚生年金を受給していないこと。 </td> <td>239,300円+受給権者の生年月日に応じた特別加算額 【例】1943年(昭和18年)4月2日以降生まれの方 239,300円+176,600円=415,900円</td> </tr> <tr> <td>子(1人目・2人目)</td> <td>18歳に到達する年度末までの未婚の子、または20歳未満で障害等級1級・2級に該当する未婚の子。</td> <td>各239,300円</td> </tr> <tr> <td>子(3人目以降)</td> <td></td> <td>各79,800円</td> </tr> </tbody> </table>	対象者	受給要件	加算額	配偶者	<ul style="list-style-type: none"> 65歳未満であること。 障害年金や加入期間20年以上の老齢厚生年金を受給していないこと。 	239,300円+受給権者の生年月日に応じた特別加算額 【例】1943年(昭和18年)4月2日以降生まれの方 239,300円+176,600円=415,900円	子(1人目・2人目)	18歳に到達する年度末までの未婚の子、または20歳未満で障害等級1級・2級に該当する未婚の子。	各239,300円	子(3人目以降)		各79,800円									
対象者	受給要件	加算額																				
配偶者	<ul style="list-style-type: none"> 65歳未満であること。 障害年金や加入期間20年以上の老齢厚生年金を受給していないこと。 	239,300円+受給権者の生年月日に応じた特別加算額 【例】1943年(昭和18年)4月2日以降生まれの方 239,300円+176,600円=415,900円																				
子(1人目・2人目)	18歳に到達する年度末までの未婚の子、または20歳未満で障害等級1級・2級に該当する未婚の子。	各239,300円																				
子(3人目以降)		各79,800円																				
振替加算の受給要件と受給額	<ul style="list-style-type: none"> 加給年金の対象となっていた配偶者が65歳に到達した時点で、配偶者の生年月日に応じて以下の金額が配偶者の老齢基礎年金に加算されます。 <table border="1" style="margin-left: 20px;"> <thead> <tr> <th>配偶者の生年月日(一部抜粋)</th> <th>年額</th> <th>配偶者の生年月日(一部抜粋)</th> <th>年額</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1957年(昭和32年)4月2日～ 1958年(昭和33年)4月1日</td> <td>41,399円</td> <td>1960年(昭和35年)4月2日～ 1961年(昭和36年)4月1日</td> <td>22,255円</td> </tr> <tr> <td>1958年(昭和33年)4月2日～ 1959年(昭和34年)4月1日</td> <td>35,177円</td> <td>1961年(昭和36年)4月2日～ 1966年(昭和41年)4月1日</td> <td>16,033円</td> </tr> <tr> <td>1959年(昭和34年)4月2日～ 1960年(昭和35年)4月1日</td> <td>28,716円</td> <td>1966年(昭和41年)4月2日～</td> <td>—</td> </tr> </tbody> </table>	配偶者の生年月日(一部抜粋)	年額	配偶者の生年月日(一部抜粋)	年額	1957年(昭和32年)4月2日～ 1958年(昭和33年)4月1日	41,399円	1960年(昭和35年)4月2日～ 1961年(昭和36年)4月1日	22,255円	1958年(昭和33年)4月2日～ 1959年(昭和34年)4月1日	35,177円	1961年(昭和36年)4月2日～ 1966年(昭和41年)4月1日	16,033円	1959年(昭和34年)4月2日～ 1960年(昭和35年)4月1日	28,716円	1966年(昭和41年)4月2日～	—					
配偶者の生年月日(一部抜粋)	年額	配偶者の生年月日(一部抜粋)	年額																			
1957年(昭和32年)4月2日～ 1958年(昭和33年)4月1日	41,399円	1960年(昭和35年)4月2日～ 1961年(昭和36年)4月1日	22,255円																			
1958年(昭和33年)4月2日～ 1959年(昭和34年)4月1日	35,177円	1961年(昭和36年)4月2日～ 1966年(昭和41年)4月1日	16,033円																			
1959年(昭和34年)4月2日～ 1960年(昭和35年)4月1日	28,716円	1966年(昭和41年)4月2日～	—																			
ねんきん定期便	<ul style="list-style-type: none"> これまでの加入記録の確認と、年金制度に対する理解を深めてもらうことを目的として、毎年1回、誕生日*3に送付される「ねんきん定期便」には、以下の内容が記載されています。 <table border="1" style="margin-left: 20px;"> <thead> <tr> <th>記載内容</th> <th>節目年齢(35・45・59歳)の方</th> <th>その他の年齢の方</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>年金加入期間</td> <td>○</td> <td>○</td> </tr> <tr> <td>年金見込額*4</td> <td>○</td> <td>○</td> </tr> <tr> <td>保険料納付額</td> <td>○</td> <td>○</td> </tr> <tr> <td>加入履歴</td> <td>○</td> <td>—</td> </tr> <tr> <td>厚生年金保険の標準報酬月額と保険料納付額の月別状況*5</td> <td>○</td> <td>○*6</td> </tr> <tr> <td>国民年金保険料の納付状況</td> <td>○</td> <td>○*6</td> </tr> </tbody> </table> <p style="text-align: right;">ねんきん定期便(ハガキ)の見本については、次ページ参照→</p>	記載内容	節目年齢(35・45・59歳)の方	その他の年齢の方	年金加入期間	○	○	年金見込額*4	○	○	保険料納付額	○	○	加入履歴	○	—	厚生年金保険の標準報酬月額と保険料納付額の月別状況*5	○	○*6	国民年金保険料の納付状況	○	○*6
記載内容	節目年齢(35・45・59歳)の方	その他の年齢の方																				
年金加入期間	○	○																				
年金見込額*4	○	○																				
保険料納付額	○	○																				
加入履歴	○	—																				
厚生年金保険の標準報酬月額と保険料納付額の月別状況*5	○	○*6																				
国民年金保険料の納付状況	○	○*6																				

*1 共済組合が実施していた共済年金は2015年(平成27年)10月より厚生年金保険に統一されました。これに伴い、同年10月以降に受給権が発生する従来の退職共済年金は、老齢厚生年金となります。また、同年10月以降の期間を基礎とする職域年金相当部分は廃止され、「年金払い退職給付」の制度が創設されました。

*2 「生計を維持されている」とは、受給権者と生計を同じくし、将来(おおむね5年以上)年収850万円以上の収入が得られないと認められることをいいます。

*3 1日生まれの方は、誕生日の前月に送付されます。

*4 50歳未満の方はこれまでの加入実績に応じた年金額、50歳以上の方は老齢年金の見込額が記載されています。

*5 2015年(平成27年)10月1日に被用者年金制度が一元化されたため、共済組合制度の加入記録も記載されています。

*6 最近の月別状況が記載されています。

※ 公的年金の給付額は、2025年度の新規裁定者(67歳以下)の金額を表示しています。新規裁定者とは新たに年金受給者となる人のことで、年金額の改定においては3年度前の指標を用いることから、その年度中に到達する年齢が67歳以下の方を新規裁定者、68歳以上の方を既裁定者といいます。

老齢給付について

用語

解説

【50歳未満】

1. これまでの保険料納付額（累計額）

(1) 国民年金保険料 (第1号被保険者期間)	円
(2) 厚生年金保険料(被保険者負担額)	
一般厚生年金期間	円
公務員厚生年金期間	円
私学共済厚生年金期間	円
(1)と(2)の合計	円

2. これまでの年金加入期間 (年金の受け取りには、原則として120月以上の受給資格期間が必要です)

国民年金 (a)		国民年金計 (被保険者期間を合算)		付加保険料納付済月数	船員保険 (c)	年金加入期間合計 (未納月数を除く) (a+b+c)	合算対象期間等 (d)	受給資格期間 (a+b+c+d)
第1号被保険者 (被保険者期間)	月	第3号被保険者 (被保険者期間)	月	月	月	月	月	月
厚生年金保険 (b)								
一般厚生年金	月	公務員厚生年金	月	私学共済厚生年金	月	厚生年金保険計	月	月
月	月	月	月	月	月	月	月	月

3. これまでの加入実績に応じた年金額（年額） (今後の加入状況に応じて年金額は増額します※表部の額もご確認ください)

(1) 老齢基礎年金	円
(2) 老齢厚生年金	
一般厚生年金期間	円
公務員厚生年金期間	円
私学共済厚生年金期間	円
(1)と(2)の合計	円

ねんきんネットの「お客様のアクセスキー」

※「お客様のアクセスキー」の有効期限は、左記データ作成日から5ヵ月後の月末までです。

右のマークは目の不自由な方のための音声コードです。「ねんきん定期便 見方」の見方は「ねんきん定期便 見方」検索

<https://www.nenkin.go.jp/service/nenkinroku/tankun/teskin/teskinu.html>

※一般厚生年金期間の報酬比例部分は、厚生年金基金の代行部分を含んでいます。

1 これまでの保険料納付額（累計額）

2 これまでの年金加入期間
老齢給付の受給のためには、受給資格期間（原則10年以上）を満たす必要があります。

3 これまでの加入実績に応じた年金額（年額）
記載された金額は、あくまで今までの加入実績に応じた年金額であるため、今後、保険料を払い続けていくことで年金額は増加していきます。

ねんきん定期便

【50歳以上】

2. これまでの年金加入期間 (年金の受け取りには、原則として120月以上の受給資格期間が必要です)

国民年金 (a)		国民年金計 (被保険者期間を合算)		付加保険料納付済月数	船員保険 (c)	年金加入期間合計 (未納月数を除く) (a+b+c)	合算対象期間等 (d)	受給資格期間 (a+b+c+d)
第1号被保険者 (被保険者期間)	月	第3号被保険者 (被保険者期間)	月	月	月	月	月	月
厚生年金保険 (b)								
一般厚生年金	月	公務員厚生年金	月	私学共済厚生年金	月	厚生年金保険計	月	月
月	月	月	月	月	月	月	月	月

3. 老齢年金の種類と見込額（年額） (未満の方は現在の加入条件が60歳まで継続すると仮定して見込額を計算しています)

受給開始年齢	歳	歳	歳	歳
(1) 基礎年金	円	円	円	円
(2) 厚生年金	特別支給の老齢厚生年金	特別支給の老齢厚生年金	特別支給の老齢厚生年金	老齢厚生年金
一般厚生年金期間	円 (報酬比例部分)	円 (定額部分)	円 (定額部分)	円 (報酬比例部分)
公務員厚生年金期間	円 (報酬比例部分)	円 (定額部分)	円 (定額部分)	円 (報酬比例部分)
私学共済厚生年金期間	円 (報酬比例部分)	円 (定額部分)	円 (定額部分)	円 (報酬比例部分)
(1)と(2)の合計	円	円	円	円

ねんきんネットの「お客様のアクセスキー」

※年金見込額は今後の加入状況や経済動向などによって変わります。あくまで目安としてください。

※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ます。

右のマークは目の不自由な方のための音声コードです。「ねんきん定期便 見方」の見方は「ねんきん定期便 見方」検索

<https://www.nenkin.go.jp/service/nenkinroku/tankun/teskin/teskinu.html>

※「お客様のアクセスキー」の有効期限は、左記データ作成日から5ヵ月後の月末までです。

4 老齢年金の種類と見込額（年額）
記載された金額は、現在の加入状況が60歳まで継続するものとして計算した老齢年金の年金額です。したがって、老後の年金額として見込むこともできませんが、今後、報酬額が変動する場合などは、受給できる年金額が変わることになる点に注意が必要です。

※ 上記は節目年齢(35・45・59歳)以外の方に送付されるハガキのサンプル画像です。節目年齢の方は封書が届きます。

ねんきんネット

- 日本年金機構が提供する「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です。
 - 24時間いつでもどこでも、パソコンやスマートフォンからご自身の年金情報を確認することができます。
- https://www.nenkin.go.jp/n_net/index.html (出典:日本年金機構)



公的年金シミュレーター

- 厚生労働省は、働き方や暮らし方の変化に伴う年金額の変化の「見える化」を目的として、将来受け取る年金額を簡単に試算できるツール「公的年金シミュレーター」を開発し、2022年(令和4年)4月より運用を開始しました。
 - IDやパスワード設定は不要で、スマートフォンやタブレットでの利用も可能となっており、現時点の年金額の試算だけでなく、65歳以降に働いた場合の年金額の増額なども試算できます。
- <https://nenkin-shisan.mhlw.go.jp>
- ※ 公的年金シミュレーターは「将来の年金額を簡易に試算すること」が目的のため、実際の年金額とは必ずしも一致しません。より正確な年金見込額の確認には、「ねんきんネット」の活用が推奨されています。





障害給付について

用語	解説																
保険料納付要件	<ul style="list-style-type: none"> 障害年金を受給するためには、一定の保険料納付要件を満たす必要があります。具体的には、初診日の属する月の前々月までに、保険料納付済期間(保険料免除期間も含む)が全被保険者期間の3分の2以上あることが必要です。 2026年(令和8年)3月までに初診日がある場合、上記の条件を満たしていない場合でも、初診日の属する月の前々月までの直近1年間に保険料未納がなければ保険料納付要件を満たしたことになります。ただし、初診日において65歳未満の場合に限ります。 																
障害認定日	<ul style="list-style-type: none"> 障害認定日とは、障害の程度の認定を行う基準日のことで、以下のいずれか早い日を指します。 <ul style="list-style-type: none"> 障害の原因となった病気やケガの初診日から1年6か月が経過した日 それ以前で症状が固定した日(例：手足の切断など) 																
障害認定の種類	<ul style="list-style-type: none"> 障害年金の支給認定には、「永久認定」と「有期認定」があります。 「永久認定」は、認定された等級が今後永久に認定されるものです。 「有期認定」は、傷病の種類や障害の状態などによって1～5年ごとに再認定を受ける必要があり、その際に等級が見直されたり、障害年金が支給停止になる可能性があります。 																
障害の程度(障害等級)	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th></th> <th style="background-color: #d9d9ff;">障害等級1級</th> <th style="background-color: #d9d9ff;">障害等級2級</th> <th style="background-color: #d9d9ff;">障害等級3級</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td style="background-color: #e6e6ff;">法令等の定義</td> <td>身体の機能の障害または長期にわたる安静を必要とする病状が、日常生活の用を弁ずることを不能ならしめる程度のもの</td> <td>身体の機能の障害または長期にわたる安静を必要とする病状が、日常生活が著しい制限を受けるかまたは日常生活に著しい制限を加えることを必要とする程度のもの</td> <td>労働が著しい制限を受けるか、または労働に著しい制限を加えることを必要とする程度のもの</td> </tr> <tr> <td style="background-color: #e6e6ff;">具体的な内容</td> <td>他人の介助を受けなければ日常生活のことがほとんどできないほどの障害の状態です。 身の回りのことはかろうじてできるものの、それ以上の活動はできない方(または行うことを制限されている方)、入院や在宅介護を必要とし、活動の範囲がベッドの周辺に限られるような方が1級に相当します。</td> <td>必ずしも他人の助けを借りる必要はなくても、日常生活は極めて困難で、労働によって収入を得ることができないほどの障害です。たとえば、家庭内で軽食をつくるなどの軽い活動はできても、それ以上重い活動はできない方(または行うことを制限されている方)、入院や在宅で、活動の範囲が病院内・家屋内に限られるような方が2級に相当します。</td> <td>日常生活にはほとんど支障はないが、労働については制限がある方が3級に相当します。</td> </tr> </tbody> </table> <p style="text-align: center;">重 症状 軽</p> <p style="text-align: center;">(出典：日本年金機構「国民年金・厚生年金保険 障害認定基準(令和4年4月1日改正)」)</p>		障害等級1級	障害等級2級	障害等級3級	法令等の定義	身体の機能の障害または長期にわたる安静を必要とする病状が、日常生活の用を弁ずることを不能ならしめる程度のもの	身体の機能の障害または長期にわたる安静を必要とする病状が、日常生活が著しい制限を受けるかまたは日常生活に著しい制限を加えることを必要とする程度のもの	労働が著しい制限を受けるか、または労働に著しい制限を加えることを必要とする程度のもの	具体的な内容	他人の介助を受けなければ日常生活のことがほとんどできないほどの障害の状態です。 身の回りのことはかろうじてできるものの、それ以上の活動はできない方(または行うことを制限されている方)、入院や在宅介護を必要とし、活動の範囲がベッドの周辺に限られるような方が1級に相当します。	必ずしも他人の助けを借りる必要はなくても、日常生活は極めて困難で、労働によって収入を得ることができないほどの障害です。たとえば、家庭内で軽食をつくるなどの軽い活動はできても、それ以上重い活動はできない方(または行うことを制限されている方)、入院や在宅で、活動の範囲が病院内・家屋内に限られるような方が2級に相当します。	日常生活にはほとんど支障はないが、労働については制限がある方が3級に相当します。				
	障害等級1級	障害等級2級	障害等級3級														
法令等の定義	身体の機能の障害または長期にわたる安静を必要とする病状が、日常生活の用を弁ずることを不能ならしめる程度のもの	身体の機能の障害または長期にわたる安静を必要とする病状が、日常生活が著しい制限を受けるかまたは日常生活に著しい制限を加えることを必要とする程度のもの	労働が著しい制限を受けるか、または労働に著しい制限を加えることを必要とする程度のもの														
具体的な内容	他人の介助を受けなければ日常生活のことがほとんどできないほどの障害の状態です。 身の回りのことはかろうじてできるものの、それ以上の活動はできない方(または行うことを制限されている方)、入院や在宅介護を必要とし、活動の範囲がベッドの周辺に限られるような方が1級に相当します。	必ずしも他人の助けを借りる必要はなくても、日常生活は極めて困難で、労働によって収入を得ることができないほどの障害です。たとえば、家庭内で軽食をつくるなどの軽い活動はできても、それ以上重い活動はできない方(または行うことを制限されている方)、入院や在宅で、活動の範囲が病院内・家屋内に限られるような方が2級に相当します。	日常生活にはほとんど支障はないが、労働については制限がある方が3級に相当します。														
障害基礎年金の年金額	<ul style="list-style-type: none"> 障害認定日における障害等級に応じて以下の金額が支給されます。 受給権がある方によって生計を維持されている*1子*2がいる場合は、あわせて子の加算があります。 障害認定日に障害の状態が軽い場合でも、その後重くなったときに障害基礎年金が支給されることもあります*3。 <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th style="background-color: #d9d9ff;">障害の程度</th> <th style="background-color: #d9d9ff;">障害基礎年金</th> <th colspan="2" style="background-color: #d9d9ff;">【子の加算額】</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td style="background-color: #e6e6ff;">1級</td> <td style="background-color: #e6e6ff;">1,039,625円+子の加算</td> <td style="background-color: #d9d9ff;">子の数</td> <td style="background-color: #d9d9ff;">1人あたりの加算額</td> </tr> <tr> <td style="background-color: #e6e6ff;">2級</td> <td style="background-color: #e6e6ff;">831,700円+子の加算</td> <td style="background-color: #e6e6ff;">1人・2人</td> <td style="background-color: #e6e6ff;">239,300円</td> </tr> <tr> <td style="background-color: #e6e6ff;">3級</td> <td style="background-color: #e6e6ff;">支給なし</td> <td style="background-color: #e6e6ff;">3人以上</td> <td style="background-color: #e6e6ff;">79,800円</td> </tr> </tbody> </table>	障害の程度	障害基礎年金	【子の加算額】		1級	1,039,625円+子の加算	子の数	1人あたりの加算額	2級	831,700円+子の加算	1人・2人	239,300円	3級	支給なし	3人以上	79,800円
障害の程度	障害基礎年金	【子の加算額】															
1級	1,039,625円+子の加算	子の数	1人あたりの加算額														
2級	831,700円+子の加算	1人・2人	239,300円														
3級	支給なし	3人以上	79,800円														
障害厚生年金*4の年金額	<ul style="list-style-type: none"> 障害認定日における障害等級に応じて、障害認定月までの平均標準報酬月額と平均標準報酬額、被保険者期間に基づいて以下で計算した金額が支給されます。 障害等級1級・2級の障害厚生年金の受給権がある方によって生計を維持されている*1配偶者がいる場合は、あわせて配偶者の加給年金が支給されます。 障害等級3級までに該当せず、一定の障害状態にあるときは、障害手当金が支給される場合があります。 障害認定日に障害の状態が軽い場合でも、その後重くなったときに障害厚生年金が支給される場合があります*3。 <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th style="background-color: #d9d9ff;">障害の程度</th> <th style="background-color: #d9d9ff;">障害厚生年金・手当金の計算式(被保険者期間が2003年4月以降のみの場合)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td style="background-color: #e6e6ff;">1級</td> <td style="background-color: #e6e6ff;">平均標準報酬額×5.481/1000×被保険者期間の月数*5×1.25+配偶者の加給年金(239,300円)</td> </tr> <tr> <td style="background-color: #e6e6ff;">2級</td> <td style="background-color: #e6e6ff;">平均標準報酬額×5.481/1000×被保険者期間の月数*5+配偶者の加給年金(239,300円)</td> </tr> <tr> <td style="background-color: #e6e6ff;">3級</td> <td style="background-color: #e6e6ff;">平均標準報酬額×5.481/1000×被保険者期間の月数*5 【最低保障額：623,800円】</td> </tr> <tr> <td style="background-color: #e6e6ff;">障害手当金(一時金)</td> <td style="background-color: #e6e6ff;">(平均標準報酬額×5.481/1000×被保険者期間の月数*5)×2 【最低保障額：1,247,600円】</td> </tr> </tbody> </table>	障害の程度	障害厚生年金・手当金の計算式(被保険者期間が2003年4月以降のみの場合)	1級	平均標準報酬額×5.481/1000×被保険者期間の月数*5×1.25+配偶者の加給年金(239,300円)	2級	平均標準報酬額×5.481/1000×被保険者期間の月数*5+配偶者の加給年金(239,300円)	3級	平均標準報酬額×5.481/1000×被保険者期間の月数*5 【最低保障額：623,800円】	障害手当金(一時金)	(平均標準報酬額×5.481/1000×被保険者期間の月数*5)×2 【最低保障額：1,247,600円】						
障害の程度	障害厚生年金・手当金の計算式(被保険者期間が2003年4月以降のみの場合)																
1級	平均標準報酬額×5.481/1000×被保険者期間の月数*5×1.25+配偶者の加給年金(239,300円)																
2級	平均標準報酬額×5.481/1000×被保険者期間の月数*5+配偶者の加給年金(239,300円)																
3級	平均標準報酬額×5.481/1000×被保険者期間の月数*5 【最低保障額：623,800円】																
障害手当金(一時金)	(平均標準報酬額×5.481/1000×被保険者期間の月数*5)×2 【最低保障額：1,247,600円】																

*1「生計を維持されている」とは、受給権者と生計を同じくし、将来(おおむね5年以上)年収850万円以上の収入が得られないと認められることをいいます。
 *2「子」とは、18歳に到達する年度末までの未婚の子、または20歳未満で障害等級1級・2級に該当する未婚の子を指します。
 *3 障害認定日に障害等級に該当しない障害が、65歳に達する日の前日までに障害等級に該当した場合は、その期間内に請求できます。
 *4 共済組合が実施していた共済年金は、2015年(平成27年)10月より厚生年金保険に統一されました。これに伴い、同年10月以降に受給権が発生する従来の障害共済年金は障害厚生年金となっています。
 *5 被保険者期間が300月(25年)未満の場合は、300月とみなして計算します。
 ※ 公的年金の給付額は、2025年度の新規裁定者(67歳以下)の金額を表示しています。新規裁定者とは新たに年金受給者となる人のことで、年金額の改定においては3年度前の指標を用いることから、その年度中に到達する年齢が67歳以下の方を新規裁定者、68歳以上の方を既裁定者といいます。

はじめに

万一のリスク

老後のリスク

就業不能・介護のリスク

病気・ケガのリスク

解説

公的介護保険制度について

用語	解説																												
ケアプラン	<ul style="list-style-type: none"> 介護サービスの利用者やその家族の状況、希望をもとに、家庭環境や地域の介護制度を踏まえてケアマネジャー（介護支援専門員）が作成する、介護サービス計画書のことです。 																												
地域包括支援センター	<ul style="list-style-type: none"> 地域の高齢者の暮らしを包括的にサポートするための拠点として、市区町村に1つ以上設置されています。 介護・医療・保健・福祉などの側面から高齢者とその家族を支える「総合相談窓口」として、介護を含め高齢者の相談窓口事業や要支援者向けのケアプランの作成などを行っています。 																												
主な在宅サービス	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th style="background-color: #e6e6ff;">サービスの種類</th> <th style="background-color: #e6e6ff;">サービスの内容</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>訪問介護</td> <td>ホームヘルパーが家庭を訪問し、入浴・排泄の介助などの身体介護や調理・洗濯・掃除などの日常生活上の支援を行います。</td> </tr> <tr> <td>訪問入浴介護</td> <td>浴槽を積んだ巡回車などが家庭を訪問し、家庭で入浴の介助を行います。</td> </tr> <tr> <td>訪問看護</td> <td>病状が安定した後、医師の指示のもと、看護師や保健師が家庭を訪問し、療養上の世話や診療の補助などを行います。</td> </tr> <tr> <td>訪問リハビリテーション</td> <td>病状が安定した後、医師の指示のもと、理学療法士や作業療法士、言語聴覚士が家庭を訪問し、リハビリの指導を行います。</td> </tr> <tr> <td>居宅療養管理指導</td> <td>医師や歯科医師・薬剤師などが家庭を訪問し、療養上の指導や管理、ケアプランの作成に必要な情報提供を行います。</td> </tr> <tr> <td>通所介護（デイサービス）</td> <td>デイサービスセンターなどに通い、生活指導、日常生活訓練、健康チェック、入浴、機能訓練などが受けられます。</td> </tr> <tr> <td>通所リハビリテーション（デイケア）</td> <td>老人保健施設や病院・診療所などに通って、理学療法士や作業療法士などから、入浴、機能訓練などが受けられます。</td> </tr> <tr> <td>短期入所生活介護（ショートステイ）</td> <td>介護する方が病気などで介護できない場合、特別養護老人ホームなどに短期入所し、介護・看護や機能訓練などが受けられます。</td> </tr> <tr> <td>短期入所療養介護（医療型ショートステイ）</td> <td>老人保健施設・病院・診療所の療養病床などに短期入所し、医学的管理のもとに、日常生活の介護や看護・機能訓練を受けられます。</td> </tr> <tr> <td>特定施設入居者生活介護</td> <td>介護付き有料老人ホームやケアハウス、サービス付き高齢者向け住宅などで行われる介護や日常生活上の世話も「在宅サービス」として公的介護保険の給付を受けられます。</td> </tr> <tr> <td>福祉用具貸与</td> <td>車いすや介護用ベッド、移動用リフト、歩行支援具など、自立を支援するための用具を支給限度額の範囲内でレンタルできます。</td> </tr> <tr> <td>特定福祉用具購入費の支給</td> <td>再使用、使い回しになじまない特殊尿器、腰かけ便座、入浴補助具など、排泄・入浴のための用具の購入費を年度ごとに10万円（うち自己負担1～3割）を限度に支給されます。</td> </tr> <tr> <td>住宅改修費の支給</td> <td>手すりの取り付けや段差の解消など、小規模な住宅改修の費用が、同一住宅・同一人につき原則20万円（うち自己負担1～3割）を限度に支給されます。</td> </tr> </tbody> </table>	サービスの種類	サービスの内容	訪問介護	ホームヘルパーが家庭を訪問し、入浴・排泄の介助などの身体介護や調理・洗濯・掃除などの日常生活上の支援を行います。	訪問入浴介護	浴槽を積んだ巡回車などが家庭を訪問し、家庭で入浴の介助を行います。	訪問看護	病状が安定した後、医師の指示のもと、看護師や保健師が家庭を訪問し、療養上の世話や診療の補助などを行います。	訪問リハビリテーション	病状が安定した後、医師の指示のもと、理学療法士や作業療法士、言語聴覚士が家庭を訪問し、リハビリの指導を行います。	居宅療養管理指導	医師や歯科医師・薬剤師などが家庭を訪問し、療養上の指導や管理、ケアプランの作成に必要な情報提供を行います。	通所介護（デイサービス）	デイサービスセンターなどに通い、生活指導、日常生活訓練、健康チェック、入浴、機能訓練などが受けられます。	通所リハビリテーション（デイケア）	老人保健施設や病院・診療所などに通って、理学療法士や作業療法士などから、入浴、機能訓練などが受けられます。	短期入所生活介護（ショートステイ）	介護する方が病気などで介護できない場合、特別養護老人ホームなどに短期入所し、介護・看護や機能訓練などが受けられます。	短期入所療養介護（医療型ショートステイ）	老人保健施設・病院・診療所の療養病床などに短期入所し、医学的管理のもとに、日常生活の介護や看護・機能訓練を受けられます。	特定施設入居者生活介護	介護付き有料老人ホームやケアハウス、サービス付き高齢者向け住宅などで行われる介護や日常生活上の世話も「在宅サービス」として公的介護保険の給付を受けられます。	福祉用具貸与	車いすや介護用ベッド、移動用リフト、歩行支援具など、自立を支援するための用具を支給限度額の範囲内でレンタルできます。	特定福祉用具購入費の支給	再使用、使い回しになじまない特殊尿器、腰かけ便座、入浴補助具など、排泄・入浴のための用具の購入費を年度ごとに10万円（うち自己負担1～3割）を限度に支給されます。	住宅改修費の支給	手すりの取り付けや段差の解消など、小規模な住宅改修の費用が、同一住宅・同一人につき原則20万円（うち自己負担1～3割）を限度に支給されます。
サービスの種類	サービスの内容																												
訪問介護	ホームヘルパーが家庭を訪問し、入浴・排泄の介助などの身体介護や調理・洗濯・掃除などの日常生活上の支援を行います。																												
訪問入浴介護	浴槽を積んだ巡回車などが家庭を訪問し、家庭で入浴の介助を行います。																												
訪問看護	病状が安定した後、医師の指示のもと、看護師や保健師が家庭を訪問し、療養上の世話や診療の補助などを行います。																												
訪問リハビリテーション	病状が安定した後、医師の指示のもと、理学療法士や作業療法士、言語聴覚士が家庭を訪問し、リハビリの指導を行います。																												
居宅療養管理指導	医師や歯科医師・薬剤師などが家庭を訪問し、療養上の指導や管理、ケアプランの作成に必要な情報提供を行います。																												
通所介護（デイサービス）	デイサービスセンターなどに通い、生活指導、日常生活訓練、健康チェック、入浴、機能訓練などが受けられます。																												
通所リハビリテーション（デイケア）	老人保健施設や病院・診療所などに通って、理学療法士や作業療法士などから、入浴、機能訓練などが受けられます。																												
短期入所生活介護（ショートステイ）	介護する方が病気などで介護できない場合、特別養護老人ホームなどに短期入所し、介護・看護や機能訓練などが受けられます。																												
短期入所療養介護（医療型ショートステイ）	老人保健施設・病院・診療所の療養病床などに短期入所し、医学的管理のもとに、日常生活の介護や看護・機能訓練を受けられます。																												
特定施設入居者生活介護	介護付き有料老人ホームやケアハウス、サービス付き高齢者向け住宅などで行われる介護や日常生活上の世話も「在宅サービス」として公的介護保険の給付を受けられます。																												
福祉用具貸与	車いすや介護用ベッド、移動用リフト、歩行支援具など、自立を支援するための用具を支給限度額の範囲内でレンタルできます。																												
特定福祉用具購入費の支給	再使用、使い回しになじまない特殊尿器、腰かけ便座、入浴補助具など、排泄・入浴のための用具の購入費を年度ごとに10万円（うち自己負担1～3割）を限度に支給されます。																												
住宅改修費の支給	手すりの取り付けや段差の解消など、小規模な住宅改修の費用が、同一住宅・同一人につき原則20万円（うち自己負担1～3割）を限度に支給されます。																												
主な地域密着型サービス	<ul style="list-style-type: none"> 介護が必要な方が、可能な限り住み慣れた自宅や地域で生活が継続できるように、地域特性に応じた多様で柔軟なサービスを受けられることを目的に設けられたサービスです。いずれのサービスも原則的に、その市区町村の住民がサービスを受けられます。 定期巡回・随時対応型訪問介護看護や、夜間対応型訪問介護、小規模多機能型居宅介護、認知症対応型共同生活介護（グループホーム）などがあります。 																												
施設サービス	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th style="background-color: #e6e6ff;">施設の種類</th> <th style="background-color: #e6e6ff;">施設の特徴</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>介護老人福祉施設（特別養護老人ホーム）</td> <td>常に介護が必要で、在宅では介護が困難な方を対象とし、日常生活上の世話、機能訓練を行う施設です（原則、新規では要介護3～5の方が入所できます）。</td> </tr> <tr> <td>介護老人保健施設</td> <td>病状が安定した方が、看護や医学的管理のもとで介護、機能訓練などを受け、在宅復帰を目指す施設です。</td> </tr> <tr> <td>介護医療院</td> <td>慢性疾患などにより長期療養が必要な方が、医療や介護、日常生活上の世話を受ける施設です。</td> </tr> </tbody> </table>	施設の種類	施設の特徴	介護老人福祉施設（特別養護老人ホーム）	常に介護が必要で、在宅では介護が困難な方を対象とし、日常生活上の世話、機能訓練を行う施設です（原則、新規では要介護3～5の方が入所できます）。	介護老人保健施設	病状が安定した方が、看護や医学的管理のもとで介護、機能訓練などを受け、在宅復帰を目指す施設です。	介護医療院	慢性疾患などにより長期療養が必要な方が、医療や介護、日常生活上の世話を受ける施設です。																				
施設の種類	施設の特徴																												
介護老人福祉施設（特別養護老人ホーム）	常に介護が必要で、在宅では介護が困難な方を対象とし、日常生活上の世話、機能訓練を行う施設です（原則、新規では要介護3～5の方が入所できます）。																												
介護老人保健施設	病状が安定した方が、看護や医学的管理のもとで介護、機能訓練などを受け、在宅復帰を目指す施設です。																												
介護医療院	慢性疾患などにより長期療養が必要な方が、医療や介護、日常生活上の世話を受ける施設です。																												

公的医療保険制度について

用語	解説
診療報酬点数	<ul style="list-style-type: none"> ● 病院または診療所が患者に提供する医療行為に対する点数で、厚生省告示および厚生労働省告示に基づくものをいい、原則2年に1回改定されます。 ● 医療行為ごとに診療報酬点数を合計し、1点当たり単価10円を乗じて算定された費用に自己負担割合(1割～3割)を乗じた金額が医療費の自己負担額となります。
一定以上所得者	<ul style="list-style-type: none"> ● 75歳以上で課税所得28万円以上かつ年金収入などが200万円以上(世帯内に75歳以上の後期高齢者が2名以上いる場合は合計で320万円以上)の方を指します。 ● 2022年(令和4年)10月の改正によって、一定以上所得者の自己負担割合が1割から2割となったことにより、当初3年間は、配慮措置として外来時の負担増加を抑える仕組みとなります。
現役並み所得者	<ul style="list-style-type: none"> ● 健康保険加入の場合は、標準報酬月額が28万円以上かつ年収が383万円以上(世帯内に70歳以上の被扶養者がいる場合は合計で520万円以上)の方、国民健康保険および後期高齢者医療制度加入の場合は、課税所得145万円以上かつ年収が383万円以上(世帯内に高齢者が2人以上いる場合は合計で520万円以上)の方などです。
先進医療	<ul style="list-style-type: none"> ● 「先進医療」とは、公的医療保険における保険給付の対象となっていない最新の医療技術のうち厚生労働大臣が認める医療技術のことで、医療技術ごとに対象となる疾患や症状(適応症)および実施する病院など(所定の基準を満たして届出をしているか、厚生労働大臣が個別に認めた医療機関)が限定されています。 ● 先進医療の治療を受けた場合、診察料や検査費用・入院など、一般的な治療と共通する部分の費用は公的医療保険の給付対象となりますが、「先進医療の技術にかかわる費用」は公的医療保険の適用対象外となるため、全額自己負担となります。 ● 「先進医療」として厚生労働大臣が認める医療技術・適応症・実施する病院などは、適宜見直されます。詳細は厚生労働省のホームページでご確認ください。
高額療養費制度	<ul style="list-style-type: none"> ● 窓口で支払う医療費の自己負担額が一定額(自己負担限度額)を超えた場合、超えた分があとで払い戻される制度です。 ● 高額療養費の算定は月の1日から末日までの1か月にかかった医療費が対象となります。 ● 自己負担限度額は、年齢・所得区分・医療費などに応じて決まります。 ● 個人ごとの自己負担が限度額に満たない場合でも、同一月・同一世帯内で自己負担額が21,000円以上*となる方が2人以上いる場合、その額を合計して自己負担限度額を算出する「世帯合算」があります。 ● わが国における高齢化や高額な薬剤の普及等により、高額療養費の総額は年々増加しており、その結果、現役世代を中心とした保険料が増加しました。そこで、セーフティーネットとしての高額療養費の役割を維持しつつ、全世代の被保険者の保険料負担を軽減する観点から、2025年8月から制度の見直しが予定されています。 <p>【自己負担限度額の計算方法】</p> <ol style="list-style-type: none"> ① 1か月(1日から末日まで)を単位に各診療月ごとに計算 ② 入院・通院・医科・歯科別に計算 ③ 保険外の自己負担(例：入院時の食事代、差額ベッド代など)は対象外

* 自己負担額が21,000円以上のものに限られるのは70歳未満の場合です(70歳以上の方は自己負担額のすべてを世帯合算することができます)。

” 出典1

生活費

- 総務省統計局「家計調査(家計収支編)」(2023年平均)総世帯のうち勤労者世帯

教育費

- 日本政策金融公庫「令和3年度 教育費負担の実態調査結果」
- 文部科学省「令和5年度 子供の学習費調査」、「私立大学等の令和5年度 入学者に係る学生納付金等調査結果」、「文部科学省令」
- (独)日本学生支援機構「令和4年度 学生生活調査結果」(昼間部)
をもとにエフピー教育出版試算

” 出典2

平均的な老後生活費

- 総務省統計局「家計調査(家計収支編)」(2023年平均)高齢夫婦世帯(夫65歳以上、妻60歳以上の夫婦のみの世帯)のうち無職世帯

ゆとりある老後生活費

- (公財)生命保険文化センター「生活保障に関する調査(令和4年度)」

” 出典3

生活費

- 総務省統計局「家計調査(家計収支編)」(2023年平均)総世帯のうち勤労者世帯

療養・介護費用

- 厚生労働省「令和5年度 介護給付費等実態統計(令和6年4月審査分)」

教育費

- 日本政策金融公庫「令和3年度 教育費負担の実態調査結果」
- 文部科学省「令和5年度 子供の学習費調査」、「私立大学等の令和5年度 入学者に係る学生納付金等調査結果」、「文部科学省令」
- (独)日本学生支援機構「令和4年度 学生生活調査結果」(昼間部)
をもとにエフピー教育出版試算

” 出典4

要介護度別の身体の状態と利用できるサービスの目安

- (公財)生命保険文化センター「介護保障ガイド」(2024年10月改訂版)をもとに作成

” 出典5

先進医療の技術名・自己負担額

- 厚生労働省「先進医療の各技術の概要」および厚生労働省「令和6年度 先進医療の実績報告について」

” 出典6

差額ベッド代

- 厚生労働省保険局医療課「主な選定療養に係る報告状況」(令和6年7月)

監修: 社会保険労務士 桶谷 浩

※この資料は、2025年2月現在の公的保険制度や法令等に基づいて作成していますが、将来的に変更となることがあります。

ジブラルタ生命保険株式会社

本社/〒100-8953 東京都千代田区永田町2-13-10

【ジブラルタ生命のホームページ】 <https://www.gib-life.co.jp/>