

年金広報の取組と今後の進め方について

1. 年金広報検討会について

ひと、暮らし、みらいのために



厚生労働省
Ministry of Health, Labour and Welfare

年金広報検討会の概要

主な検討課題

厚生労働省年金局長が招集した有識者等から構成する「年金広報検討会」では以下の論点について、検討を行い年金広報を実施する。

- (1)年金広報・教育に関する各種事業
- (2)健康寿命の伸長や働き方の多様化等を踏まえた今後の年金広報のあり方

検討会の構成

個別の年金広報事業のほか、現状や課題を踏まえた今後の年金広報のあり方の検討に関して技術的な助言を得るため、公的年金・私的年金の専門家、広報、マーケティング、デザイン、リスクコミュニケーション、教育の有識者等からなる本検討会を開催する。

構成員

上田 憲一郎	帝京大学経済学部経営学科 教授
浅川 貴広	東京都立蒲田高等学校 主幹教諭
上村 敏之	関西学院大学経済学部 教授
漆原 香奈恵	かなえ社会保険労務士事務所 代表 特定社会保険労務士
河井 孝仁	東海大学文化社会学部広報メディア学科 客員教授
富田 誠	東海大学教養学部芸術学科 教授
富永 朋信	株式会社 Preferred Networks シニアバイスプレジデント 最高マーケティング責任者
山口 真一	国際大学グローバル・コミュニケーション・センター 准教授
横川 楓	日本金融経済教育推進協会 代表理事

オブザーバー

企業年金連合会
金融経済教育推進機構
厚生労働省政策統括官（総合政策担当）
国民年金基金連合会
全国家庭科教育協会
全国社会保険労務士会連合会
日本年金機構
年金シニアプラン総合研究機構
年金積立金管理運用独立行政法人

2. これまで実施してきた年金広報について

現行の年金広報、年金教育の取組

小学生以下

中学生

大学生・院生

社会人

生涯を通じた年金教育

■ 若年者向け参加型教育

こども霞が関
見学デー

学生年金対話集会

ユース年金学会



※ 日本年金機構で高校生や大学生向けの年金セミナーなどを実施

■ 教育資材の開発と活用

学研まんが
年金のひみつ

中高生向け教育資材



YouTube動画を活用した年金教育(QuizKnockとのコラボ動画)



年金の見える化



公的年金シミュレーター(令和7年3月末時点の試算数761万回超)

ねんきんネット(令和6年3月末の登録数約1,355万件)

年金額分布推計に基づく多様なライフコースに応じた年金額の公表

年金制度に関する広報



年金財政動画



適用拡大動画

被用者保険の適用拡大の周知広報(適用拡大特設サイト)

年金財政に関する動画、広報資料、財政検証解説まんが

- 生涯を通じた年金教育

生涯を通じた年金教育の取組① こども霞が関見学デー

「こども霞が関見学デー」は、霞が関に所在する文部科学省をはじめ、各府省庁等が連携し、所管の業務説明や関連業務の展示等を行うことにより、夏休み期間中に子供たちに広く社会を知ってもらうこと、政府の施策に対する理解を深めてもらうこと、活動参加を通じて親子の触れ合いを深めてもらうことを目的とした取組であり、多くの子供たちと年金について楽しく学びイベントを開催。(コロナ禍では中止)

令和4年度の取組

■ 概要

日時:8月4日(水)14:00~15:00

ゲスト:小島よしお氏

日立のコミュニケーションロボット・EMIEW(エミュー)

対象:3歳以上の未就学児、小学生、中学生、
および保護者

参加数: オンライン・約84件



令和5年度の取組

■ 概要

日時:8月2日(水)10:30~12:00

ゲスト:伊沢拓司氏(QuizKnock)

対象:3歳以上の未就学児、小学生、中学生、
および保護者

参加数:対面・保護者を含めて約100名、
オンライン・約40名



令和6年度の取組

■ 概要

日時:8月7日(水)10:30~12:00

ゲスト:伊沢拓司氏(QuizKnock)

対象:3歳以上の未就学児、小学生、中学生、
および保護者

参加数:対面・保護者を含めて約100名



生涯を通じた年金教育の取組②

「学研まんがひみつ文庫 特別編 年金のひみつ」

若い世代に年金制度について考える機会を提供するため、学生との年金対話集会やこども霞が関見学デー、年金広報コンテスト等の年金教育・広報活動を実施している。また、地域展開事業の中で、個々の年金事務所の創意工夫により幼稚園児や小学生等を対象とした年金を題材とした塗り絵コンテスト等を実施しており、子ども達が、公的年金制度を楽しく学ぶための年金教育教材を制作し、電子書籍として掲載するとともに、全国の小中学校及び公立図書館に配本している。

概要

配信日:2022年7月
閲覧数:12.5万回(2023年7月末時点)
配本数:小学校 19,569校
中学校 10,312校
特別支援学級 1,166校
公立図書館 3,297カ所

【ストーリー】

みんなは「年金」って、どんなものか知っている？小学5年生のショウタたちは、職場見学をきっかけに「年金」のことを、知ることになったよ。さまざまな人との出会いで、ショウタたちは「年金」が社会を支える大事な仕組みだと気づいたんだ。みんなも、ショウタたちといっしょに「年金」にふれてみよう！



年金対話集会の概要

■ 趣旨・概要

- ・ 学生と厚生労働省(年金局)職員が年金をテーマに語り合うことを通じて、学生が年金について考えるきっかけにするとともに、学生からの意見や指摘を今後の年金行政に活かす。
- ・ 学校のご協力の下、授業の時間をお借りし、学生の理解度やニーズに合わせて学校ごとにテーマを調整し実施。

■ 進行・テーマ選定

第1部 導入講義

■ 年金制度改正と関連したテーマで講義を実施

年金制度の仕組みや意義、年金財政などに加えて、学生の問題意識や関心がある論点を事前に把握した上で、年金制度改正と関連したテーマや内容を含む資料を用いて年金局の職員が講義を行った。

■ 講義で扱ったテーマ

各大学で、適用拡大、第3号被保険者、遺族年金、私的年金、基礎年金拠出期間45年化等の中から1～2のテーマを選択
(高校では中高生向けの新たな教育資材を使用)

<導入講義の様子>



第2部 意見交換

■ 年金局職員と学生との対話による意見交換・相互理解の促進

扱ったテーマに関する意見交換や質疑応答を行うとともに、年金制度に対する素朴な疑問や将来に対する不安についても、年金局において年金制度を実際に企画立案、事業運営を担う職員の視点から回答した。

■ アンケートを通じた意見収集

講義後、学生へのアンケートを実施し、扱ったテーマに対する意見や、講義の感想など収集した。(具体的な内容は次頁以降)

<意見交換の様子>



■ 令和6年度開催実績

令和6年度は37回(大学・大学院19回、高校18回)開催した。

【大学】

帝京大学(2回)
関西学院大学
相模女子大学
お茶の水女子大学
慶應義塾大学
名古屋大学
北海道大学・大学院
愛知学院大学
九州大学
南山大学
流通経済大学
中京大学
東北大学
日本女子大学
東北福祉大学
宮城大学
立教大学

【高校】

横浜女学院高等学校
都立農業高等学校
都立東久留米総合高等学校
都立目黒高等学校(12回)
帝京長岡高等学校
都立世田谷泉高等学校
都立蒲田高等学校

※令和7年3月時点。開催日程順。

こども・若者からの意見聴取に関する令和6年度取組について

1. 大学生向け年金対話集会の機能強化

⇒令和元年度から取組を行っている年金対話集会を活用した意見交換を継続実施。
さらに、令和6年度は年金制度改正と関連した意見聴取を行う。

年金制度改正と関連したテーマや内容を含む講義資料を追加し、学生との意見交換を実施（拡充）
年金制度に対する提案や要望などを募集するアンケート項目を追加（新規）

※大学側と事前調整の上、年金部会委員や企業年金・個人年金部会委員の年金対話集会への参加も検討する。

2. 新たな年金教育教材を活用した中高生向け年金対話集会の実施

⇒より幅広い年齢層から意見を聴くため、中高生向けの年金対話集会を実施。

- 中高生が興味を持ち、楽しく学ぶことができる新たな年金教育教材を活用（新規）
- 講義の後に意見交換を実施し、中高生の年金制度に対する意見を聴取（新規）

生涯を通じた年金教育の取組③

キャリア選択と公的年金・私的年金に関する年金教育のパイロット授業

令和5年度では、従来の年金教育を発展させ、多様な年金教育プログラムを構築することを目的として、キャリア選択と公的年金・私的年金について、パイロット授業を実施した。

■ 実施概要

①日本女子大学での開催事例

日時：6月27日13:20-15:00

外部講師：岩城みずほ氏

「人生100年時代。自分のライフプランに合わせた資産形成を」と題し、平均寿命が男性よりも長い女性がライフ・キャリア・マネープランをどのように考えれば良いかや、資産形成のポイントなどを講義した。



②帝京大学での開催事例

日時：7月21日14:45-16:15

外部講師：横川楓氏

「社会人になる前に知っておきたいお金の話」をテーマに、就職の際に知っておきたい給与の仕組みや、キャリア選択の際に注意しておきたいポイントなど、大学生のうちからできるお金との向き合い方について、わかりやすく講義した。



やさしいお金の専門家 横川 楓

社会人になる前に知っておきたい
お金の話

2023.7.21(金)
日本金融教育推進協会 代表
横川 楓



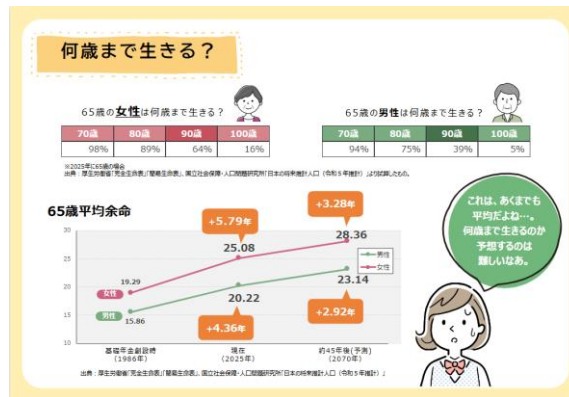
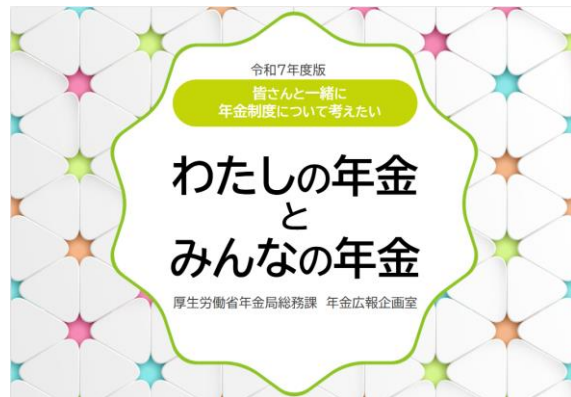
■ 学生アンケート（抜粋）

- ・ 普通なら就職後にされるお話を、大学生の今のうちから聞いたことはとても貴重だったなと思います。
- ・ 老後のお金はあまり自由度がないと感じていたが、自分で選べることを知ることができた。
- ・ いつライフイベントでの出資があるか分からない中このように投資をとうしてお金を貯められることは良い事だなと思いました。
- ・ 今回の対話集会を終えて、公的年金をもとに私的年金を考えていくという発想は私には思いつかなかったため新たな発見だった。
- ・ 対話集会を通して、退職金についてそんなに多くもらえると知らなかったため驚いた。
- ・ 自分の人生について考え、いつどのくらいのお金が必要か踏まえた上で生活を送っていきたいと思った。

生涯を通じた年金教育の取組④ 学生年金対話集会（資料）

学生年金対話集会では、学生の年金制度に対する理解が進むよう、年金制度やデータを視覚的に理解できるようインフォグラフィックスによる専用の資料を用いて、講演を行っている。

インフォグラフィックスを活用した学生対話集会用資料



アンケート結果抜粋

・講義のプレゼンテーション資料も可愛くてわかりやすかったし、対話集会での職員の方も笑顔で優しく話してくださいだったので驚きました。

・年金について全くと言っていいほど理解していなかったのですが、資料や話が分かりやすく、楽しく講義を受けることができました。省と聞くと堅いイメージがあったのですが、少し身近に感じることができました。

・大変見やすい資料と質疑応答の機会を設けてくださってありがたかった。年金などの硬そうな内容とデザインを組み合わせることでより触れてもらいやすくする工夫がされているということが、国民として嬉しかった。

・スライドの資料が非常にわかりやすく、またよく質問される事項（年金は本当に必要なのか、等）については私も疑問に思っていたところであったのですが、厚生労働省の方々のお話に説得力があり、非常に納得できました。

・スライドの資料を示しながら説明してくださったおかげで、話が頭に入りやすかったです。最後に質疑応答を行う時間も設けていただき、とても助かりました。

・配布された資料がすごくわかりやすく、年金がどのように決められているか理解することができたし、今後年金がもらえない可能性があるのではないかと不安を軽減させてくれた。

「学生との年金対話集会」開催実績

開催実績

令和元年度：大学6校、令和2年度：大学9校、令和3年度：大学24校、中学・高校4校、令和4年度：大学23校、中学・高校2校、令和5年度：大学36校
令和5年度は約1,200名の学生が参加。

令和元年度

愛知県立大学
北海道大学公共政策大学院
東北公益文科大学
県立広島大学
帝京大学
大妻女子大学短期大学部

令和2年度

東北大学
帝京大学
熊本大学
福岡大学
愛知県立大学
高崎経済大学
東北公益文科大学
成城大学
横浜国立大学

令和3年度

名古屋大学
一橋大学
お茶の水女子大学
上智大学
北海道大学
東海大学
熊本大学
帝京高等学校
帝京大学
市川市立第二中学校
愛知県立大学
愛知学院大学
立教大学
市川市立塩浜学園後期課程（中学校）
成城大学
盛岡大学
角川ドワンゴ学園
（N高等学校、S高等学校、N中等部）
東北大学
広島県立大学
京都産業大学
早稲田大学
大妻女子大学短期大学部
亜細亜大学
福岡大学
東北公益文科大学
東京大学
埼玉大学
立教大学

令和4年度

関西大学
盛岡大学
東京都立東久留米総合高等学校
一橋大学
お茶の水女子大学
東海大学
北海道大学
北海道大学公共政策大学院
名古屋大学
熊本大学
日本女子大学
帝京大学
角川ドワンゴ学園
（N高等学校、S高等学校、N中等部）
上智大学
東京経済大学
東北大学
亜細亜大学
成城大学
東北公益文科大学
大妻女子大学短期大学部
東北学院大学
東京大学
横浜国立大学
福岡大学
北海道大学公共政策大学院

令和5年度

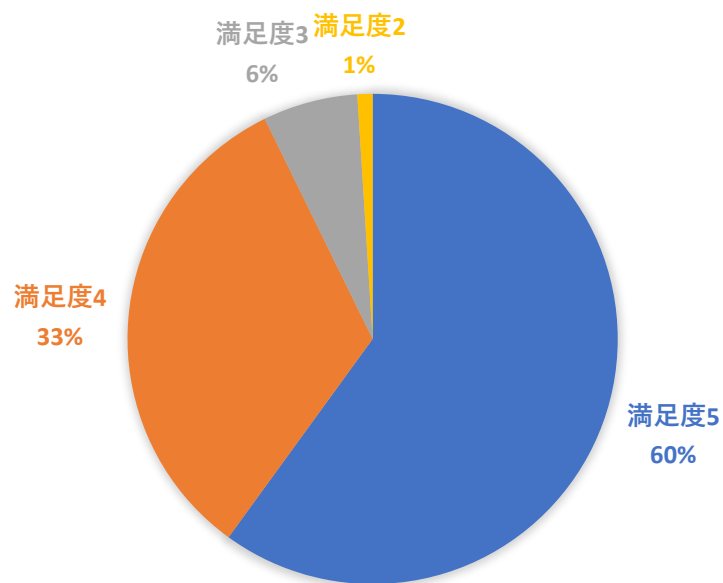
北海道大学
武蔵大学
立教大学
関西学院大学
一橋大学
東海大学
盛岡大学
名古屋大学
お茶の水女子大学
熊本大学
九州大学
相模女子大学
日本女子大学
北海道大学公共政策大学院
北海道教育大学
お茶の水女子大学
帝京大学
名古屋市立大学
南山大学
東北学院大学
早稲田大学
東京大学
東北大学
亜細亜大学
北星学園大学
北海道大学
大妻女子大学短期大学部
慶応義塾大学
神奈川大学
福岡大学
東北公益文科大学
成城大学
東北福祉大学
上智大学
近畿大学
埼玉大学

生涯を通じた年金教育の取組⑤ 令和4年度の実績について

■ 学生対話集会の出席者の満足度及び理解度

【満足度】

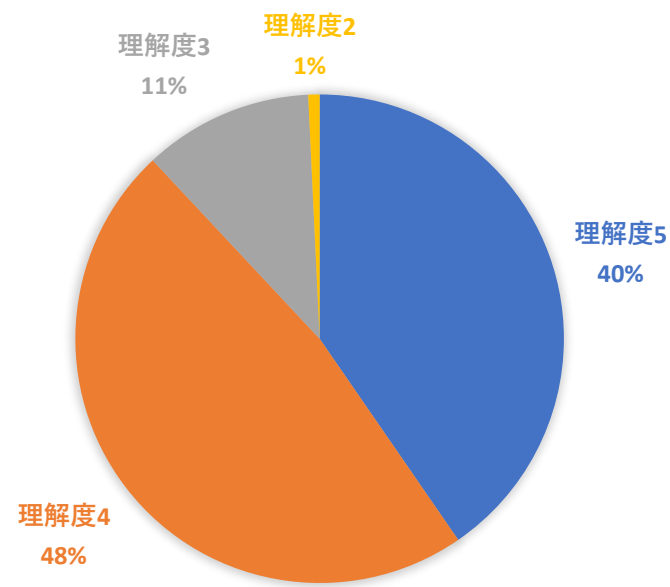
(不満) ←1-2-3-4-5→ (満足)



満足度5	240
満足度4	131
満足度3	25
満足度2	4
満足度1	0

【理解度】

(不十分) ←1-2-3-4-5→ (十分)



理解度5	162
理解度4	191
理解度3	45
理解度2	3
理解度1	0

大学生向け年金対話集会について（アンケート結果①）

第17回社会保障審議会年金部会
(2024年7月30日開催) 資料5抜粋

■ 令和6年度大学生向けの年金対話集会の出席者からの主な意見（アンケート結果から抜粋）

【年金制度全般について】

・年金に対する不安感とか破綻するのではないのかと思うことがあったのですが、改良に改良を重ねてやってきていること、今まで働いてきた人が年金に対して払ってきたから実現している事実があることが知れた。

・年金については正直今までほぼ詳しいことは知らなかったのですが、今回お話を聞くまでは「真面目に納付していても将来は自分が払った額よりも減った状態で返ってくるのかな～」なんて漠然と考えていたのですが、実際は国庫負担や国の積立金も合わさって、元々払った額よりも高い額が給付されているということは新たに知りました。今までなんとなく抱いていた年金制度への不信感がだいぶ払拭された気がします。

・こうして内容に触れてみると知らなかったことばかりでしたが、同時に知らなくてはならないことばかりでもあり、これからの労働の必要性和意義が可視化され、私の中で義務感が生まれる貴重な機会となりました。健康に長生きし、何らかの方法で定年を過ぎても働くことができればと目標を持つこともできました。中学生の頃から不安定だと言われていた年金制度ですが、不安定なだけで対策がないわけではないということ、きちんと知識として理解することができてよかったです。ありがとうございました。

・年金制度は家族であることが重視されていると思った。ディスカッションの時間で質問できなかったが、専業主婦で働いている夫からDVを受けている人などは将来十分な年金がもらえない不安から離婚できないと考えるのではないかと疑問を持った。

・高給と呼ばれる仕事につくので、老後資金への不安はない。むしろ株式債券運用の専門性をもっており、年金として徴収されるくらいならその分自分で運用させて欲しい。

・資産運用によって国民の負担を減らしたり、年金の上限額を決めることで過度に若い世代から年金を徴収しないようにしているとのことでしたが、物価高やインフレの現代においてこれらの制度だけで事足りているのか疑問に思いました。

・そもそも年金に頼らず、自分で老後の生活費を貯金しておくという考えは誰もがするものですが、実際は退職してから何年生きるのかの予想ができなかったり、自分が働いている時と老後の物価の差等の問題があったりと、実質的な価値を保証し賃金や物価に連動して決められる年金制度の必要性は大きいと思いました。（中略）今後世の中がどう変化するか、自分の身に何が怒るのか予想ができないため、年金に頼り切るのではなく、長く働く、資産運用といったことも考えていきたいと思いました。

・年金制度はなくし、ある一定以上の年齢から最低限の生活費を全員に支給し、それ以上欲しい人は民間の年金を利用すればいいと考える。年金を取りやめてその分税率を上げるのであれば納得できる人も増えるのではないだろうか。また年金を受け取る要件を満たしていないため、国民年金に任意加入をし、納付しなければならない人が出てくる。現在、国民年金保険料が免除になっており、これからも納付する余裕がなくなり、任意加入でも所得基準を満たしていれば免除になるよう制度を改正していくべきである。

・なぜ社会保障費や国民負担を減らす方向には議論がいかないのか。高齢者にばかり資金配分が偏り、若者や企業は見捨てられている感覚がある。国は小さくなるのに、なぜ社会保障は守り抜こうとするのか。

・保険料は現役世代が支払い、その収入をもとに年金給付が行われますが、少子高齢化が進む現代においては、支える現役世代の負担が重くなるリスクがある。そこで、保険料に上限を設け、その不足分を積立金で補う仕組みが導入されているらしい。しかし、これらの仕組みには限界もあるのではないだろうか。マクロ経済スライドは、経済成長が停滞した場合には十分な効果を発揮できず、年金額の実質的な価値を保つことが難しくなる。また積立金の運用が期待通りにいかない場合、将来的な年金給付に影響を及ぼす可能性もあると考える。さらに、少子高齢化の進行によって、現役世代の負担が増大し、社会全体での負担感が高まることもありうる。

※原文ママ

大学生向け年金対話集会について（アンケート結果②）

第17回社会保障審議会年金部会
(2024年7月30日開催) 資料5抜粋

■ 令和6年度大学生向けの年金対話集会の出席者からの主な意見（アンケート結果から抜粋）

【適用拡大について】

- ・年収の壁は、既婚女性が年収を「壁」より少なく抑えるために、労働時間を制限するよう促す意味をもち、実質的に、正社員として働く既婚女性を不利に扱うものでもあると思う。日本経済は女性の労働力を強く必要としていて、キャリアを確立したいという意欲をいなく女性も増えている現代、制度は見直されるべきだと思う。
- ・自営業で年金をもらうより、企業に勤めながら年金を貰う方が良いなと個人的に感じました。男女でどのくらい働く年数が長いのか変わる部分もあるので、この先の働き方についても改めて考えていきたいなと感じました。
- ・今後高齢者がさらに増えることがわかっている中、できるだけ適用範囲を広げられようとしていている試みは素晴らしいと感じた。今後、高齢者へのサポートはさらに拡充されていくのであろうと思ったが、出生率の向上、子育て支援などがないと現在日本が抱えている問題は全く解決されないと思う為、大変お忙しく、もちろん考えられていると思うがそちらの制度拡充にも尽力していただきたいと、今後子どもを持つ世代として思った。
- ・社会保険適用を拡大することについてのディスカッションで、「現在困っているから将来のことについて考える余裕がない人もいるだろう」という意見が出ましたが、まさに私がそれです。確かに受け取る年金は増えるかもしれないが、現在奨学金を借りながら大学に通っている身としては、手取りが減るということは結構な死活問題になると感じます。制度というものは色々な立場の人間がいるということを加味しなければならないため、決定するのも一苦労だと思う。みんながみんな苦労せずに暮らしていけるような世の中になればいいと思います。

- ・個人的には厚生年金の学生適用はありだと思っています。というのも、将来的に給付が増えることは良いと思いますし、それなりに需要もあると思うからです。ただ、長い目で見ると得かもしれない制度も、今の生活に困っている人には厳しいことだと思うので、「今は手取りを最大化したい」という人、あるいは「手取りが少し減ってもいいから将来のために積み立てておきたい」という人、どちらにも寄り添えるように、強制的にするのではなく3階の私的年金のように任意にし、選択の余地があるといいのかなと思います。
- ・やはり、学生の段階から年金を回収するというのは、少し抵抗感があると思った。それこそ、東大の学費で大事になっているように、学生というのは勉強が本分でありながらも、金銭面の事情は多種多様である。就活をしているとかなり忙しく、お金がないという子も周りにいたので、そこは学生の経済状況をチェックした上で進めるべきだと思った。
- ・今年20歳になりますが、約月1.7万の年金は学生のうちは払うことが厳しいと思うので、今日教えてもらった学生納付特例を申請して、未納にならないようにしたいと思いました。

※原文ママ

■ 令和6年度大学生向けの年金対話集会の出席者からの主な意見（アンケート結果から抜粋）

【3号制度について】

・3割被保険者の話は、現在は裕福な家庭の主婦さんがというイメージもあり、そこを対象にと考えると納得できないというイメージも湧いてしまいが、減ってはいてもやはり働きたくても働けない人がいて、そのような人を確実に保障するとなった時に、3号被保険者の制度は重要だと思います。

・3号被保険者制度を全く廃止してしまうのには反対です。3号被保険者の中には、産休、育休中で、仕事がしたくてもできない人もいるとのことがありました。そのような人たちは、会社の制度次第で仕事に復帰できるから、年金を払わない期間は一時的なもので、その期間にまで年金を払わせるのは酷かなと感じました。出産補助金などを出して出産を後押ししている訳だから、子育て政策に逆らっているように思います。出産育児を支援するという目的で、一時的に年金を払わなくてよいという制度もいいのではと考えました。

・今私は仕事をしていないし、子どももいないので第3号被保険者制度を廃止してもいいといいと考える。しかし、実際に子供が産まれて働き方も変わると考え方が変わることも予測できる。その一方で、制度が先に変われば人々の生活も変わることも期待でき、学生の立場では第4号被保険者制度を廃止し、保険料を叱る人数から徴収し、年収の壁にとらわれることなく働き、それぞれが収入を得ることも必要だと考える。

・少子高齢化に伴って労働力が減少している現在、専業主婦など、働かない人材がいることは勿体ないことだと思う。やむを得ずに働けない人もいるかもしれないが、第3号被保険者制度を徐々に無くして、働く人を増やし、そういう人からもお金を集めるべきだと思う。

・第3号被保険者制度について、所得の低い共働き世帯から相対的に所得の高い片働き世帯への事実上の補助となっているという課題を感じました。また、片働き世帯の働いている側からしたら、自分の年金受給額は配偶者がいると相対的に下がることから、所得のない相手と結婚するメリットが少なく、この制度をきっかけに積極的に単身でいようとする人はいないのか疑問に思いました。

・第3号の存在意義がよく分かりません。「扶養される」側であることや、多くの時間を労働に割けないという点では専業主婦は学生とあまり変わらないのではないかと感じました。現在の第3号被保険者を全員第1号に組み込むというのは良くないのでしょうか。あるいは、第1号であっても就業調整の必要があるため、基礎年金の受給のために少額の負担を全員に課するというのはどうなのかと思いました。

・具体的な事情を知ってみると、確かに多くの第3号被保険者の方はたくさん働いた分から引かれて年金になるよりも、控えめに働いて何も払わずに年金を受けとる方が、心身の負担的にも魅力的に見えるのかなと思いました。現在の二重を考えると第3号被保険者の枠は必要であると思いますが、人数は年々減ってきている上に、今後両性が平等に扱われる社会に徐々に変化してくることを考えると、自然と第3号被保険者制度は二重がなくなってくるのではないかと思います。

・第3号が問題になっていることや遺族年金の問題は、昔の考え方に合うもので今の考えには合わないから問題なのだと思います。現在は、まだ私の両親の世代などは昔の考え方に合った働き方をしていますが、今後は夫婦共働きが当たり前になり、今ある問題が自然に消滅するのではないかと考えています。

■ 令和6年度大学生向けの年金対話集会の出席者からの主な意見（アンケート結果から抜粋）

【遺族年金について】

- ・遺族厚生年金について、男女間の格差がいまだに大きいことを知りました。晩婚化や共働き世帯の増加など、格差解消には様々な要素が関わると思いますが、次の改正、また次の改正と、格差是正がなされていくとよいと思いました。
- ・社会が変化する中で、本当に様々な問題が生じているのだなと思いました。年金制度にまで男女の不平等があるとは思っていなかったけれど、日本の社会でまだ男女が完全に平等ではない今、年金制度にどれだけ平等を反映するかは、とても難しい問題だと思いました。
- ・女性に対しての給付の多さはむしろ労働意欲を低下させているのではと思いました。個人的には、有期給付は男女ともに就労していなかった場合に適用し、無期給付は男女ともに65歳以上で十分であると感じました。一方で、4、50代で死別した場合、すでに高齢の方であったり、国家資格等を持っていなかったりする方は就職しづらいと思うので、（そもそもそのような状況を変えるべきですが）65歳になるまでの期間は遺族年金として給付するべきだと思います。
- ・遺族年金について男女の差をなくすとしたら、子どものいない配偶者が男女関係なく45歳や50歳くらいから支給にすればいいという意見が出ました。私が知識不足なだけかもしれませんが、子どもがいない配偶者の場合は結婚した時点で仕事を辞めていることは少ないと思うので男女とも5年の有期支給にするのも手かなと思いました。
- ・妻が亡くなった場合、受給できるのは55歳以上になってからという制度について、年齢について改正の際に引き下げるなりなんらかの改善をするべき。

・LGBTQやSDGsが騒がれている昨今において日本の年金制度および法律に関してやや古臭いところはまだ残っているなと感じました。見直すべきところが今回の講義の内容意外にも沢山あるのではと思ってしまいました。

・男女差があることが不公平だなと思った。ジェンダーレスが認められていく中で男女の差があるということはおかしいと思いました。

・今の遺族年金制度は男女によって差があります。なので、男性側が遺族年金を受け取る際に配偶者が亡くなった際に55歳などと決まりをつけるのではなく年金を受け取る本人が普段の生活に戻れるまで年金が受け取れるような制度を男女平等に制定するべきだと私は考えました。

【基礎年金拠出期間45年化について】

・45年制度？には私は賛成だなと思いました。

・まだ働いておらず、仕事のしんどさはわからないので、45年制度になっても良いかと思います。

【在職老齢年金について】

・65歳～75歳へと勤務年齢が長くなる中で、（在職老齢年金廃止などで）長期で働くことが社会全体にとって本当に得があることなのか疑問に思う

※原文ママ

■ 令和6年度大学生向けの年金対話集会の出席者からの主な意見（アンケート結果から抜粋）

【私的年金等について】

- ・私的年金についてはあまり知らないことばかりでしたが、少額からできることや、様々なものを組み合わせると、リスクも少なく出来ると聞いて、とても良い印象を持つことができました。
- ・社会の風潮で、将来の年金が危ないような雰囲気があったが、今回の授業で実際はもっと安定しているということが分かりました。自分の将来のことだから、iDeCoも含めて、もとを考えていきたいと思いました。
- ・年金だけでは生活できないと感じたので、NISAやiDeCoで自分のための貯蓄をしたい
- ・若年層の将来についてよく考えた制度が様々あり、将来に対する安心感を感じました。
- ・iDeCoの手続きの簡易化と金融機関の営業担当や専門家が相談に乗ってくれる体制づくりをお願いします。

【年金財政全般について】

- ・マクロ経済スライドはよくできた仕組みだと思いました。
- ・年金制度は現代の社会では高齢者をサポートする仕組みになっているが、今後社会人になった時にさらに負担になるのではないかと不安にもなる。また、周りからよく聞く、年金なんてきつともらえないという声や額が減るという声も耳にすることがあり少し不安になるという気持ちもあったが、色々な施策を考えていて、私たちの世代にもしっかり年金が支払いされる設計になっていることが安心材料となった。
- ・物価に応じて毎年年金額の調整が行われることに関して、妥当な措置で、ちゃんと考えられているんだなと感じた。
- ・持続可能な年金制度を目指すうえで、マクロ経済スライドの発動要件を緩和したほうが良いと個人的には感じています。
- ・今後若者が減っても保険料納付額には上限があって、それに合わせて年金の給付額が決まっていたので、今後、自分たちの払う額が上がらないことは分かりました。ただ、物価が上がり切った状態や、社会的に厳しい状況になった場合など、相対的に見るとやはり生活費に対しての年金は減り、損をしてしまうのではないかと感じました。表などを見たところ積立金も徐々に減っているように思いましたし、そこは国庫負担だけで賄っていけるのだろうか、という疑問を抱きました。

高校生向け年金対話集会について（アンケート結果）

第17回社会保障審議会年金部会
(2024年7月30日開催) 資料5抜粋

令和6年度上半期では、これまで実施してきた大学生向けの年金対話集会に加え、高校生向けの年金対話集会を実施（7校、約600名受講）。授業では、高校生が年金制度に興味を持ち、楽しく学ぶことができる新たな年金教育教材を活用し、年金制度に対する意見を聴取した。

■ 令和6年度高校生向けの年金対話集会の出席者からの主な意見（アンケート結果から抜粋）

【公的年金の意義】

- ・年金制度は人の思いやりでできたものなのかなと思った。
- ・年金制度は高齢者の方だけに対する制度ではないと分かった。
- ・色々な年金があり、私たちがいまこの瞬間にも使うかも知れないと思った。
- ・物価高のときの高齢者の方と安いときの高齢者の方でもらえる額が異なるため、市民の不平等感をなくすために、制度についてよく考えることが大事だと学んだ。
- ・年金はシンプルだけど奥深いような仕組みは知れば知るほどワクワクしました。年金は面白いことを知れて良かった。

【働き方・暮らし方と公的年金】

- ・公的年金シミュレーターが面白かった。（多数）
- ・年金のシミュレーションでどう働けばどのぐらいの額がもらえるか想像しやすくなった。
- ・年金受給を送らせた方が受給額も増えるため、体が元気にうち働いて少しでも多く年金を受け取りたい。

【公的年金の財政方式】

- ・親がよく「いまの若者が高齢者になる頃には年金なんてもらえないかもね」と言っていてなんとなく不安だったがマクロ経済スライドの仕組みを知って安心した。
- ・昔は積立方式をしていたが、賦課方式に変更された理由を考えられたことでより知識が深まった。
- ・将来の年金制度の変化について考えるのがすごく面白かった。厚生労働省が考える年金制度のすごさを改めて感じた。
- ・思った以上に国が長期的な視点でお金を貯めていたりしてうまく出来ているなと思った。

【年金不安】

- ・私たちは重い負担を負うだけで将来年金がもらえないなどと間違った情報で不安に思うことがあったので、正しい情報を知れて良かった。
- ・年金について不安を煽るような記事が多いけど制度を改善していけば安心できる。

※原文ママ

生涯を通じた年金教育の取組⑥ ソーシャルメディアの活用（動画第1弾）

2021年度より、著名なインフルエンサーとのコラボ動画を制作し、YouTuberを通じた広報を実施、全4作で402万回視聴されている。第1作目では、年金制度の意義や年金財政に関する基礎的な考え方に関する内容を取り扱っている。

2021年3月

YouTube動画『年金について日本一わかりやすく説明しようと思ったらこうなった』



公開日:2021年3月24日

視聴回数:101万回

■視聴者からのコメント(抜粋)

- ・以前障害年金の仕事してた時、若い時に年金払ってなくて受給できなかったって人何人もいて、年金制度を教えてくれる場面がなさすぎることに憤りを感じてたんだけど、ずっと感じてたモヤモヤを大好きなクイズノックが少しでも取り扱ってくれて嬉しかった… みんな、嫌だけど年金払おうね
- ・クイズノックにコメント読まれたいんじゃないかって！厚労省の方へ届け！こーゆー案件、どんどんください！すっっごく勉強になります
- ・毎月引かれて悲しくなる年金保険をQuizKnockで楽しく学べるの最高！厚労省さんまたお願いします！
- ・めっちゃくちゃわかりやすい！ちょうど年金などについて調べてたところだったから、嬉しいし理解出来た！こういう色んな世代が世の中のことを学べる企画、沢山やって欲しいです！！(*^*)
- ・22歳です。中学生くらいから見たかったな。
- ・若年層に人気あるQKがこういう動画をしっかりした提供で出してくれるの本当に大事！
- ・これをきっかけに若い子たちが興味を持てるといなと思う。
- ・これ、学校の授業で流して欲しい。

生涯を通じた年金教育の取組⑦ ソーシャルメディアの活用（動画第2弾）

本動画では、老齢年金に関する受給資格や老齢年金の計算方法を紹介するとともに、公的年金シミュレーターの利用方法を取り扱っている。

2022年3月

YouTube動画『東大生が年金について考えてみた【QuizKnock塾】』



公開日:2022年3月31日

視聴回数:65万回

■ 視聴者からのコメント(抜粋)

- ・役所で年金を担当する地方公務員です。年金担当になってすぐにこの動画に出会いたかったくらい分かりやすくまとめられていて感動してます🥹！年金について詳しくない学生にこそこの動画に出会ってほしい！！
- ・前日にこの動画を観ていたおかげで、4/1に封筒が届いてすぐ学生納付特例制度を確認したり、同じく4月生まれの同級生に相談されたときも慌てずに該当するホームページを教えられたりしたのでめちゃくちゃ感謝……！
- ・学校で教えてくれない常識の話を、QuizKnockが楽しい動画で分かりやすく説明してくれるのがすごくありがたい
- ・学校とかで配られるパンフレットとかじゃ難しいしよくわからないけどQuizKnockの動画面白いし興味が持てる
- ・後でいいや～と思ってた追納について調べてねんきんネットの登録まで爆速で済ませたのでQuizKnockはすごい
- ・社会人なってもなかなか年金について分からないことが多い。大切なのはわかってても、なかなか取っ付き難いから、こうやって知れてよかった。シュミレーター便利…
- ・「学生納付特例」とか「個人年金」とか「いくら貰えるからいくら自分で貯めなきゃ」という視点を与えてくれる須貝さんはMVP解答者。そして覆面算しなくて良いシュミレーターのありがたみ。
- ・次の年度の直前という最高に配慮されたタイミング 流石です。

生涯を通じた年金教育の取組⑧ ソーシャルメディアの活用（動画第3弾）

本動画では、障害年金、遺族年金にフォーカスし、受給要件を解説するとともに、年金制度が老後のためだけにある訳ではなく、現役に世代における様々なリスクを公的年金制度ではカバーしていることを解説している。

2023年3月

YouTube動画【助けてQuizKnock】悪魔スガイが乱入してきて年金講座が進まない



公開日:2023年3月31日

視聴回数:72万回

■ 視聴者からのコメント(抜粋)

- ・よく言う、自分たちが年寄りになったら年金もらえないかもしれないから納めるの損かもとかっていうあれは「そうじゃないよ！」ってしっかり分かる大事な情報でしたね。20歳になったその時から、次の日に必要になるかもしれないということをしっかり理解できる動画でとても良かった🌟 受け取るためにはきちんと払いましょう😊ですね！
- ・保険料の支払いをしていきましよう的な案件かと思いきや、障害年金を受け取れる可能性あるかもの話でちょっと感動です。受け取れるの知らなくて苦しい状況にある人に届いてほしい。
- ・数カ月越しのコメントになりますが、重い発達障害と抑鬱で、まともに仕事が出来ず困窮していた時にこの動画で「障害年金」の存在を知りました。国の制度の為、手続きはそれなりに大変で、時間がかかりましたが、つい先日、申請を終えることができました。
- ・障害手帳6級です。まず障害等級というものがあるのを初めて知りました。障害年金は諦めていたのですが、障害厚生年金というものがあるのも初めて知りました。自分が無知だっただけですが、こうやってインフルエンサーの方が発信してくれることで自分のような人にも情報が届くのは大変助かります。
- ・一昨年に障害者手帳を取得したものの、障害年金については詳しくなく、申請についてはずっと二の足を踏んでいました。けれど、今回の動画をきっかけに近所の年金事務所に行き、障害年金の申請をすることにしました。きっかけをくださったQuizKnockのみなさん、ありがとうございました！

生涯を通じた年金教育の取組⑨ ソーシャルメディアの活用（動画第4弾）

本動画では、障害年金、遺族年金にフォーカスし、受給要件を解説するとともに、年金制度が老後のためだけにある訳ではなく、現役に世代における様々なリスクを公的年金制度ではカバーしていることを解説している。

2024年3月

クイズ王ならたまたま近くに座ってる人の会話から人生読み取れる説



公開日:2024年3月29日

視聴回数:164万回

■ 視聴者からのコメント(抜粋)

- ・年金って義務教育で習わないから全然知らなかったけど、この動画で少しだけでも理解が出来た気がする～学ばなきゃなあ
- ・年金って、たまに届くハガキや難しい手続きでしか確認できないと思ってなんとなく敬遠してきたから、シミュレーターでざっくり確認できたのも嬉しいししっかり考えようと思った
- ・企業型DCを採用してる会社に勤めてるけど、会社からの説明じゃ全く分からなかったものがQKの動画で理解出来ました…😅勉強になりました、ありがとうございます。
- ・年金って難しいイメージあるし、未だよくわかってないけど、QuizKnockの皆さんが楽しく分かりやすく説明してくれることによって、私みたいな学生も多少は知ることができるから本当にありがたい！！😭❤️
- ・”ナイスくん”はかなりツボでした😅厚生労働省さん、今回もありがとうございます！回を重ねるごとに年金の大事さを実感していて、そろそろ20歳になるので色々と考え出そうかなと思います👍
- ・まさかの年金クイズ第四回まで行くとは…(同じ企画の回数としては一位タイ)ついでに職業クイズも第二回あるとは思わなかった…そして寸劇が減茶苦茶上手い！
- ・義務として払う年金だけでなく、自らしっかりと自分自身のことを考えて年金を組み合わせたって思った！！何事も受け身にならないって大事ね

中高生向け年金教育の推進（新たな教育教材の公開）

令和5年度にQuizKnockと全面タイアップして中高生向けの教育教材を制作。令和6年度から全国の中学校、高等学校の授業において活用できるよう、厚生労働省ホームページで公開を開始した。URL: <https://www.mhlw.go.jp/koroshokyoza/>

新たな年金教育教材について（ワークシート）

働き方・暮らし方の変化に伴う将来の受取り年金額をシミュレーションしながら、年金制度に関する基礎的な内容をわかりやすく解説することを目的としたワークシートを中学校や高校に提供。

新たな年金教育教材について（年金教育特設サイト）

全国の中学校や高校の教育現場で活用できるようにするため、厚生労働省ホームページの特設サイトとして、年金教育特設サイトを新たに公開する予定。ワークシートをはじめとする各種年金教育教材のダウンロードや各教材の内容と関連したQuizKnockによる解説動画など、ICT教育とも関連付けて活用できるようにしている。

（1）公的年金ってどんな制度？

1 年金の「年」って何？

ワークシート1年金クイズ！

動画を観て、クイズに答えよう！

答え

問題1/年金の「年」って何？
A 年齢 B 年配 C 1年

年金とは高齢者が受け取るもの、というイメージがあるかもしれませんが、それだけではなく、「公的年金」には、高齢者が対象の「老齢年金」のほか、障がいがある人が対象の「障害年金」、経済的な支えを失った家族が対象の「遺族年金」があります。

2 日本の年金制度って？

日本の公的年金制度は、①20歳以上60歳未満の全ての人加入する国民年金と、②会社員や公務員などが加入する厚生年金保険があります。

年金を受け取る制度にもいろいろあります。国民年金から支給される年金は「老齢基礎年金」「障害基礎年金」と呼び、厚生年金保険から支給される年金は「老齢厚生年金」「障害厚生年金」「遺族厚生年金」と呼びます。

3 公的年金には誰がいつ加入するの？

公的年金制度とライフコース



「第1号被保険者」はフリーランスで働く人や学生などが当てはまります。毎月「定額」の保険料を自分で納める必要があります。

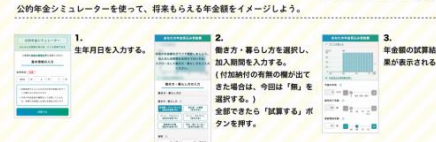
2 将来受け取れる年金額ってどれくらい？

将来どのくらいの年金がもらえるの？予想しながら動画を見よう。

ワークシート2公的年金シミュレーターを使ってみよう！

公的年金シミュレーターを使って、将来もらえる年金額をイメージしよう。

公的年金シミュレーター
<https://nekin-shisan.mhlw.go.jp/>



Aさんのパターン

20歳からフリーランスとして働き始め、59歳まで国民年金に加入したケース。

1 受給開始年齢を65歳にしたとき、1年にくらべて受給できる？
2 Aさんは受給開始年齢を70歳に遅らせたとき、70〜74歳の年間受け取れる金額はいくら？

Bさんのパターン

20歳から働き始め、64歳まで厚生年金保険に加入したケース。
※年収450万円（令和4年分 民間給与実態統計調査の平均給与）

1 受給開始年齢を65歳にしたとき、1年にくらべて受給できる？
2 年収450万円を65歳まで働いて、70歳から受給を始めたとき、1年あたりの受給額はいくらになる？

3 20〜40歳の年収は450万円だったけど、41〜64歳では年収600万円に上がった。このとき、65歳から受給を始めたとき、1年あたりの受給額は1に比べていくら高くなる？

QuizKnockと知る年金授業

1時間目 公的年金ってどんな制度？



- 学習のポイント
公的年金制度について知って、将来活用できるようにしよう！
- この授業で学べるポイント
・年金の種類
・年金の仕組み
・年金の受給条件
・年金の計算方法
・年金の支払い方法
・年金の引き落とし方法
・年金の繰上り・繰下り
・年金の繰上り・繰下り
・年金の繰上り・繰下り
・年金の繰上り・繰下り

1時間目のページへ

2時間目 ライフプランと年金制度



- 学習のポイント
将来に備えるため、今できることを考えよう！
- この授業で学べるポイント
・年金の種類
・年金の仕組み
・年金の受給条件
・年金の計算方法
・年金の支払い方法
・年金の引き落とし方法
・年金の繰上り・繰下り
・年金の繰上り・繰下り
・年金の繰上り・繰下り
・年金の繰上り・繰下り

2時間目のページへ

サクッと学べる！年金制度12のキーワード



年金制度12のキーワードページへ

このサイトについて

年金について「なんでもかかっている」と思われがちですが、「年金は自分たちの将来のために積み立てるもの」という意識を持ってほしい。このサイトで年金制度の基礎知識を学んでほしい。QuizKnockのわかりやすい解説動画など、ICT教育とも関連付けて活用できるようにしている。



中高生向け年金教育教材の特徴（年金教育動画の利活用）

厚生労働省が QuizKnock と

年金の授業を制作しました！

過去4回制作されたコラボ動画から、必要な箇所をピックアップ。再編集された動画を見ながら楽しく学べる教材です。

楽しみながら年金に
くわしくなろう！



都内の高校で授業を実施

QuizKnockメンバーが実際に授業を行いました。生徒からは年金制度の知識が深まったとの声が多数寄せられました。



年金広報の活動が特別優秀賞を受賞！

厚生労働省の年金広報企画室がISSA Good Practice Award competitionで特別優秀賞を受賞しました。QuizKnockによる広報動画を含む様々な広報活動が評価され、日本初の入賞となりました。

今までの コラボ動画

第1弾

年金について日本一わかりやすく説明しようとしたらこうなった



QuizKnockが年金制度について全力でガチのクイズ番組を作りました！

<https://www.youtube.com/watch?v=KrKP805Jsvk>



第2弾

東大生が年金について考えてみた【QuizKnock塾】



QuizKnockによる年金クイズ番組第2弾！
将来のお金のことを、年金ガチ勢と一緒に考えてみましょう。

<https://www.youtube.com/watch?v=8B6LqFUxssQ>



第3弾

【助けてQuizKnock】悪魔スガイが乱入してきて年金講座が進まない



ふくらPの年金講座に突如悪魔が乱入！？果たしてメンバーは最後まで講座を受講できるのか！

<https://www.youtube.com/watch?v=x-EaPF867Q0>



第4弾

クイズ王ならたまたま近くに座ってる人の会話から人生読み取れる説



QuizKnockなら隣に座ってる人の会話で職業当てられるよね？
ついでに将来の年金も……？

<https://www.youtube.com/watch?v=dRAAtyKwUil>



年金の見える化（公的年金シミュレーター）

ひと、暮らし、みらいのために

現行の公的年金シミュレーターの概要

第18回社会保障審議会年金部会
2024年9月20日

資料4
(一部改変)

- 公的年金シミュレーターは、令和2年改正年金法を分かりやすく周知すること、働き方や暮らし方の変化に伴う年金額の変化を「見える化」することを目的として、令和4年4月から運用を開始した。
- ねんきん定期便の二次元コードを読み取るなどして将来の年金受給見込額を簡単に試算でき、働き方や暮らし方の変化に応じた年金額の変化も試算できる。令和5年4月に年金受給開始時点での税や保険料の大まかなイメージを表示する機能を追加し、同年7月には民間サービスとの連携に向けたプログラムを公開、令和6年1月には在職定時改定の試算機能を追加した。
- 公的年金シミュレーターを利用して、実際に試算を行った回数は令和7年3月末時点で761万回超。

■ 公的年金シミュレーターの特徴

【簡単でスムーズな操作性】

- ・ ID・パスワードは不要で、すぐに試算を始めることができる。
- ・ 「ねんきん定期便」の二次元コードを利用すれば、よりスムーズに入力が可能。

【グラフを表示しながら試算できる】

- ・ スライドバーを動かすと年金額の変化が一目で分かる。

【データ管理も安心・安全】

- ・ 個人情報は記録、保存されない。

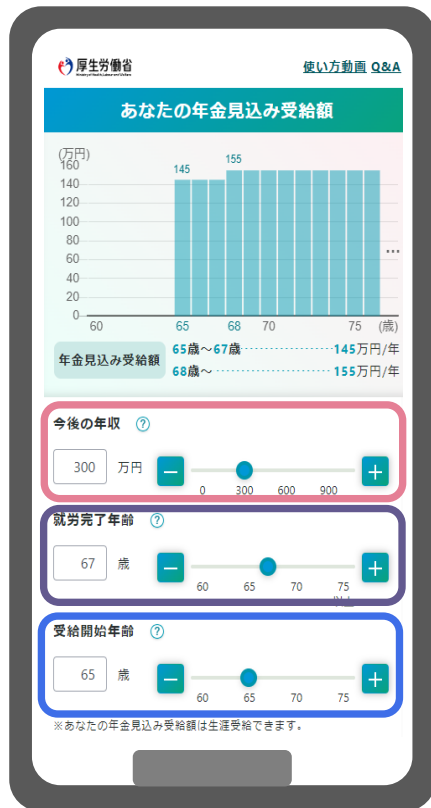


■ 公的年金シミュレーターの使い方



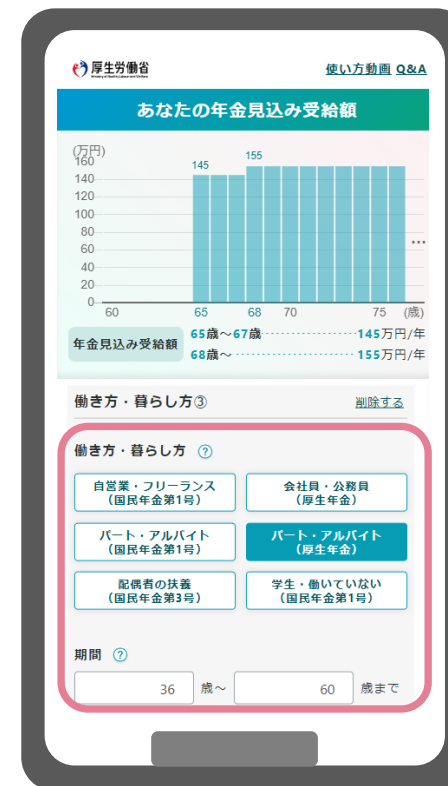
公的年金シミュレーターによる将来の年金見込み受給額試算について

「公的年金シミュレーター」は、将来受け取る年金見込み受給額を固定して表示するだけではなく、個々人の働き方暮らし方の変化による多様なライフコースに応じた様々なパターンの年金見込み受給額を簡単な入力で試算・表示することが可能。



年金見込み受給額試算の結果についてはグラフ及び数字で表現され、グラフ直下にあるスライドバーを動かすと年金額がリアルタイムに変化し、一目でわかる。

将来受け取る年金見込み受給額を決定する3つの重要要素である「今後の年収」、「就労完了年齢」、「受給開始年齢」を変更することにより、将来受け取る年金額の増減を簡単に試算することが可能。



個々人の働き方・暮らし方による多様なライフコースに対応するため、働き方・暮らし方、働く期間、年収を直接入力し変更することにより、年金見込み受給額を試算することが可能。

(注) 公的年金シミュレーターは、年金額を簡易に試算することを目的としており、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み額の確認をする場合には、日本年金機構の「ねんきんネット」の活用をご検討ください。

公的年金シミュレーターの活用促進の取組

- 令和6年4月に更改した社会保険適用拡大特設サイトや適用拡大に関する広報物に、公的年金シミュレーターの二次元バーコードや利用案内を掲載し、適用拡大の対象者などが社会保険に加入したときの年金額の変化を試算できるようにしている。
- 令和6年5月に公表した中高生向けの年金教材で公的年金シミュレーターを取り上げ、学生が働き方などの変化に伴う年金額の変化を試算しながら、年金の仕組みを理解できるようにしている。

【社会保険の適用拡大】

社会保険適用拡大特設サイトにおける 公的年金シミュレーターの利用案内

社会保険加入による年金額シミュレーション

ねんきん定期便をお持ちの場合

Aさん 35歳（女性） 27歳から夫の扶養で就労 今後（35歳以降）、社会保険に加入して働くことを検討中

STEP 1 例えば、Aさんが27歳から59歳まで夫の扶養内で働いている前提で試算する場合

STEP 2 「ねんきん定期便」の二次元コードからシミュレーターにアクセス

STEP 3 生年月日を入力

STEP 4 二次元コードを読み込んだ場合、現在の加入条件が60歳になる直前まで継続すると仮定して試算した現時点の見込み額が表示されます

STEP 5 35歳以降社会保険に加入後の条件を入力するため、働き方・暮らし方を追加

STEP 6 厚生年金を選択し、年齢を35歳から59歳まで想定する年収を入力

人事労務管理者向け手引きにおける 公的年金シミュレーターの利用周知

2-1 従業員への説明内容のポイント

▶「社会保険加入を考える3ステップ(2ページ)」チラシの説明内容・ポイント

「社会保険加入を考える3ステップ」チラシを活用して、社会保険加入のメリットをより従業員に理解してもらうために、社会保険に加入した場合に、将来的に受け取れる年金額について、試算してみよう従業員へ促してみよう。その際に、個人の状況に応じた年金額を試算可能な「公的年金シミュレーター」を紹介すると効果的です。「ねんきん定期便」をお持ちの方は、二次元コードを読み込むだけで簡単に自分の情報を基にした試算が可能となるため、「ねんきん定期便」を確認してもらうよう従業員の方へご案内ください。

ねんきん定期便をお持ちの場合

「ねんきん定期便」の二次元コードを読み込んでください。

従業員にご自身の年金額に興味を持ってもらえるよう、スマホで使える「公的年金シミュレーター」ツールの活用を紹介してみてください。

公的年金シミュレーターの具体的な操作方法を動画で視聴したい方は、二次元コードを読み込むよう案内してください。

「ねんきん定期便」をなくしてしまった方やお待ちでない方がいらした場合は、生年月日や過去の働き方・暮らし方の情報をいただくことで、試算が可能です。

情報の入力方法等については、二次元コードから説明動画につながりますので従業員へご案内ください。

公的年金シミュレーター 使い方HP http://www.mhlw.go.jp/stf/koutokai/kenkin_simulator.html

POINT チラシの記載事項に関連した従業員からの質問に回答できるよう、「社会保険加入に関するQ&A集」を相談のときなどに準備しておくことをおすすめします。また、従業員に配布したり、社内で見守りできる掲示物などに掲載したりすることも有効です。

【中高生向けの年金教材】

2 将来受け取れる年金額ってどれくらい？

将来どのくらいの年金がもらえるの？
予想しながら動画を見よう。

ワーク ワーク 2-2 公的年金シミュレーターを使ってみよう！

公的年金シミュレーターを使って、将来もらえる年金額をイメージしよう。

1. 生年月日を入力する。

2. 働き方・暮らし方を選択し、加入期間を入力する。
(付加納付の有無の欄が出てきた場合は、今回は「無」を選択する。) 全部できたら「試算する」ボタンを押す。

3. 年金額の試算結果が表示される。

公的年金シミュレーター <https://nenkin-shisan.mhlw.go.jp/>

Aさんのパターン

20歳からフリーランスとして働き始め、59歳まで国民年金に加入したケース。

1 受給開始年齢を65歳にしたとき、1年にいくらずつ受給できる？

2 Aさんは受給開始年齢を70歳に遅らせた。このとき、70～74歳の5年間で受け取れる金額はいくら？

公的年金シミュレーターの活用促進の取組（金融経済教育との連携）

- 令和6年4月に発足した金融経済教育推進機構（J-FLEC）が8月に公表した標準講義資料で、公的年金制度などの説明に合わせて公的年金シミュレーターとねんきんネットを紹介している。

J-FLEC



公的年金の受取額

19

- ご自身の公的年金の受取額を算出してみましょう。『厚生労働省提供の「公的年金シミュレーター」で簡単に試算』できます。
「ねんきん定期便」が手元にあればさらに簡単に算出できます。
- より正確な年金見込額の確認をしたい場合は、『日本年金機構提供の「ねんきんネット」を活用』しましょう。

厚生労働省 「公的年金シミュレーター」

https://www.mhlw.go.jp/stf/kouteki_nenkin_simulator.html

日本年金機構 「ねんきんネット」

https://www.nenkin.go.jp/n_net/index.html

パソコン、タブレット、スマートフォン
からも利用可能です。



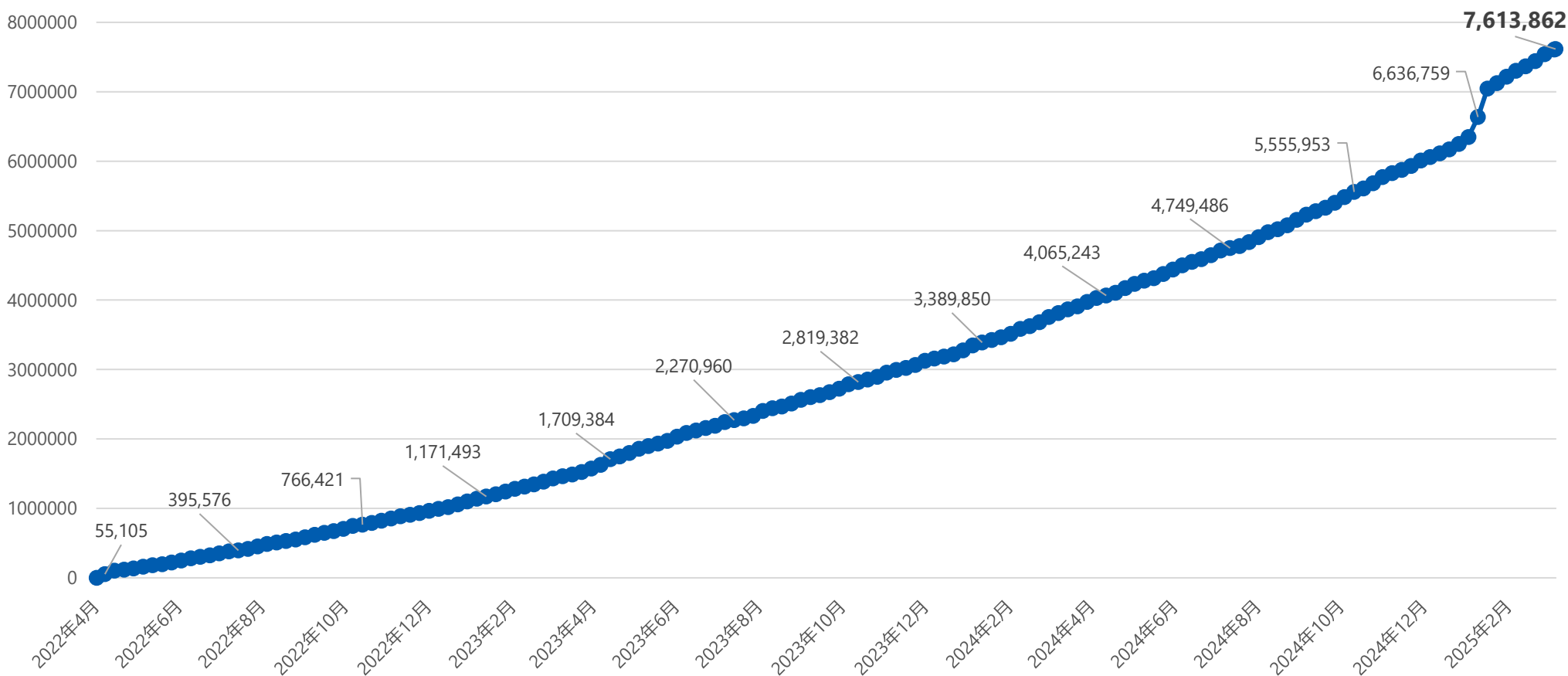
© 2024 J-FLEC All Rights Reserved.

公的年金シミュレーターの利用状況（試算回数）

公的年金シミュレーターの利用状況は2022年4月25日の運用開始以降、順調に伸びており、761万回に到達。
今後も、試算回数の伸びが想定される。

(アクセス件数)

2025年3月31日時点



公的年金シミュレーターの民間企業における活用

公的年金シミュレーターは民間サービスとの連携を進展させることにより、民間事業者が運営するアプリ等で、簡便に自身の保有する金融資産や将来の年金受給見込み額を参照できるようになり、また、保有資産の分析・運用アドバイスなども、スマホ上で提供され、国民は簡便に資産の管理・運用ができるようになる。このため、厚生労働省では2023年7月から公的年金シミュレーターと民間サービスとの連携に向けて公的年金シミュレーターのプログラムを公開した。

■ 利用条件等

- ・『公的年金シミュレーター』のソフトウェアのプログラム利用規約への同意が必要。
- ・プログラム等利用者は、プログラム等の利用に係る企画書の案(任意様式)を提出。
- ・厚生労働省との事前打合せを経たのち、別添「利用申請書」によりプログラム等の利用申請を行う。
- ・利用申請を受けた厚生労働省は、民間事業者にプログラムを公開。

■ プログラムの公開状況

- ・ プログラムの公開件数 4件(2025年3月18日時点)



● 新しい資本主義のグランドデザイン及び実行計画 2023改訂版 (令和5年6月16日)

(7)金融経済教育の充実

広く国民に金融経済教育を届けていく。このため、運営体制の整備や設立・運営経費の確保に当たっては、政府・日本銀行に加え、全国銀行協会・日本証券業協会等の民間金融団体や経済関係諸団体等からの協力を得て、金融経済教育推進機構を設立するとともに、官民連携して、地方を含めた金融経済教育の推進体制を整備する。企業による社員への継続教育の充実や地方自治体による金融経済教育の実施と併せて、広く国民に訴求する広報戦略を展開するとともに、学校・企業向けの出張授業やシンポジウムの開催等、官民一体となった効率的・効果的な金融経済教育を全国的に実施する。

また、将来の年金受給見込額を簡便に試算できる「公的年金シミュレーター」について、民間サービスとの連携を進展させるため、プログラムを公開する。

● 資産所得倍増プラン (令和4年11月28日(月)第13回新しい資本主義実現会議)

<公的年金シミュレーターと民間サービスとの連携等>

本年4月に、将来の年金受給見込み額を簡便に試算できる「公的年金シミュレーター」の試験運用を開始した。今後は、民間サービスとの連携を進展させることにより、民間事業者が運営するアプリ等で、簡便に自身の保有する金融資産や将来の年金受給見込み額を参照できるようになり、また、保有資産の分析・運用アドバイスなども、スマホ上で提供され、国民は簡便に資産の管理・運用ができるようになる。

このため、今年度において、公的年金シミュレーターと民間サービスとの連携に関する運用実験を実施する。

（参考）民間保険との連携の推進

保険会社向けの総合的な監督指針（令和5年6月） 抜粋

II．保険監督上の評価項目

II－4 業務の適切性

（3）法第294条の2関係（意向の把握・確認義務）

保険会社又は保険募集人は、法第294条の2の規定に基づき、顧客の意向を把握し、これに沿った保険契約の締結等の提案、当該保険契約の内容の説明及び保険契約の締結等に際して、顧客の意向と当該保険契約の内容が合致していることを顧客が確認する機会の提供を行っているか。

① 意向把握・確認の方法

意向把握・確認の方法については、顧客が、自らのライフプランや公的保険制度等を踏まえ、自らの抱えるリスクやそれに応じた保障の必要性を適切に理解しつつ、その意向に保険契約の内容が対応しているかどうかを判断したうえで保険契約を締結するよう図っているか。そのために、公的年金の受取試算額などの公的保険制度についての情報提供を適切に行うなど、取り扱う商品や募集形態を踏まえ、保険会社又は保険募集人の創意工夫による方法で行っているか。

(参考) 一般社団法人生命保険協会の取組①

■ 生命保険会社・代理店の募集人向け解説資料



老後に向けた資産形成をご検討中のお客さまへ

～老後の生活を支える公的年金制度（老齢年金）について～

公的年金制度に加入している人が、一定の年齢になった場合には、老齢年金を受け取ることができます。老後に備えるためには、まず、ご自身が受け取ることのできる老齢年金の金額について把握した上で、老後生活に必要な費用に照らして、不足する資金を計画的に準備する必要があります。

1 老齢年金の仕組み

日本に住む20歳以上60歳未満のすべての方が加入する国民年金から、「老齢基礎年金」が受け取れます。会社員・公務員等は、この老齢基礎年金に上乗せする形で厚生年金から、「老齢厚生年金」が受け取れます。

老齢厚生年金

老齢基礎年金

受給対象者	自営業者 (学生・無職の方も含む)	会社員・公務員等	会社員・公務員等の 被扶養配偶者（専業主婦等）

2 受け取るための条件／受取年金額

- 老齢基礎年金を受け取るためには、国民年金に最低10年間加入している必要があります（ただし、国民年金保険料の免除や猶予の制度があります）。受け取ることができる年金額は、40年加入の満額で795,000円/年（月あたり66,250円）です（加入期間や、年金の繰上げ・繰下げ受給等により変わります）。
- 老齢厚生年金を受け取るためには、老齢基礎年金の受給資格を満たすことが必要です。受け取ることができる年金額は、加入期間や、在職中の平均標準報酬額（賞与含む）で個人差があります。

3 老後の生活について

65歳の平均余命 下記表の通り、65歳の方の平均的な老後期間は約20年以上あります。（注1）

65歳の平均余命			65歳の平均余命		
	男性	2021年		女性	2021年
	約19.9年	84.9歳		約24.7年	89.7歳

平均的な老齢年金（注2）

会社員 専業主婦	老齢厚生年金 月額約14.6万円 (老齢基礎年金含む)
専業主婦	老齢基礎年金 月額約5.6万円

平均的な老後生活費（夫婦二人世帯の例）

平均的な 老後生活費（注3） 月額約25.5万円	ゆとりある老後を 送るために必要と 考える生活費（注4） 月額約37.9万円
--------------------------------	---

ご夫婦2人で
月額約20万円

● 上記は平均値であり、受給開始年齢も人によって異なるため、ご自身（ご夫婦）の受取年金額と、思い描く老後生活に必要な費用を踏まえ、生活資金がいくら不足するのか試算することが大事です。

● 試算に当たっては生命保険会社等で試算ツールを用意している場合があります。また、受取年金額の試算については、厚生労働省が提供している「公的年金シミュレーター」も利用できます（ツールの詳細は厚生労働省のチラシ（注5）をご参照ください）。

（注1）厚生労働省「簡易生命表」（令和3年）に基づき当会にて作成
（注2）厚生労働省「令和3年度 厚生年金保険・国民年金事業の概況」に基づき当会にて作成
（注3）総務省統計局「家計調査年報（家計収支編）令和3年（2021年）」に基づき当会にて作成
（注4）公益財団法人生命保険文化センター「令和4年 生活保障に関する調査」
（注5）厚生労働省「公的年金シミュレーター使い方ホームページ」

○記載の内容は、令和5年4月現在の制度によります（令和5年度価格）。今後、制度の変更に伴い、記載の内容が変わることがあります。

～公的年金制度（老齢年金）のワンポイント解説～

- 国民年金の加入対象者（＝被保険者）は、下記の3種類があります。

被保険者の種類	対象者
第1号被保険者	・20歳以上60歳未満の国内在住者（第2号・第3号被保険者以外の全員） (例) 自営業者、農業・漁業従事者、学生、無職の方とその配偶者など
第2号被保険者	・会社員、公務員、教員など ※厚生年金にも同時に加入
第3号被保険者	・第2号被保険者に扶養される20歳以上60歳未満の配偶者

- 国民年金を受け取るための条件について、具体的には下記の通りです。

年金の種類	対象者
国民年金	・受給資格期間（下記期間の合計）が10年以上あること ①国民年金、厚生年金、共済年金の保険料を納付した期間 ②国民年金の保険料を免除された期間 ③学生納付特例、納付猶予を受けた期間 ④任意加入できたのに任意加入しなかった60歳未満の期間など
厚生年金	・老齢基礎年金の受給資格（受給資格期間10年以上）があり、厚生年金の加入期間が1か月以上あること

- 各被保険者が納めなければならない保険料は下記の通りです。

被保険者の種類	対象者
第1号被保険者	・2023(令和5)年度の国民年金保険料は、月額16,520円です ・保険料の納付が難しい場合、「免除」や「猶予」の制度があり、適用を受けている期間は受給資格期間に反映されます（一部、年金額に反映されるものもあります）
第2号被保険者	・厚生年金保険料は月給・賞与の9.15%の額 ※勤務先も同額を負担 ・原則、4～6月の月給の平均額（標準報酬月額）を基に計算した金額を9月から1年間使用し、標準報酬月額は上限65万円、標準賞与額は1回あたり上限150万円です。 ・私立学校の教職員の負担は8.0175%
第3号被保険者	・保険料の負担はありません（配偶者である第2号被保険者が加入している被用者年金制度が毎年度負担しています）

- お客さまが受け取ることのできる年金額はこれまでの加入履歴・金額等によって様々であり、平均値ではお客さまの実情と乖離している場合があるので注意が必要です。併せて、お客さまが思い描く老後生活も多様であり、ここで示している生活費の平均値やアンケート調査の結果に基づく金額は、あくまで参考値として説明する必要があります。

- 老後の必要資金を正確に試算するためには、実際にお客さまが受け取ることができる年金額と、お客さまが思い描く老後生活に必要な費用を正しく試算する必要があります。各保険会社の取扱いに従って、保険会社が提供している試算ツールや厚生労働省の「公的年金シミュレーター」を利用しましょう。

△保険募集時に「将来、国の年金は受け取れるか分からない」「年金制度は破綻するかもしれない」といった、根拠のない情報で不当に不安を煽るようなことは絶対にしてはいけません！！

(参考) 一般社団法人生命保険協会の取組②

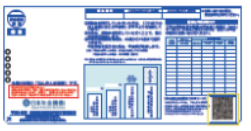
■ 生命保険会社・代理店の募集人向け解説資料

4つのステップで分かる！ 公的年金シミュレーター

- 基本操作 -

STEP-1 アクセス方法

「ねんきん定期便」の二次元コードをスマートフォンから読み込む



※「ねんきん定期便」がなくても、働き方・暮らし方を入力して試算できます。

STEP-2 生年月日を入力し、「試算する」をタップ

生年月日を入力！



「試算する」をタップ！

STEP-3 年金見込み額の表示

将来受給可能な年金見込み額がグラフで表示されます。

※スライドバーを操作して、年金の受取り開始時期等を簡単に変更できます。

※最後に入力された年金の加入状況により、表示できるスライドバーが異なります。



STEP-4 ライフプランに応じたシミュレーション

これからの働き方・暮らし方を入力して、様々なライフプランに応じた年金額を試算できます。



① 【公的年金シミュレーターに関するご留意点】

公的年金シミュレーターは、働き方・暮らし方の変化に応じて将来受給可能な年金額を簡単に試算できるツールとして、厚生労働省が開発したものです。

簡単に試算することを目指しており、実際の年金額とは必ずしも一致しません。

試算条件によって年金額が過大・過小に算出される場合があります。より正確な年金見込み額の確認をする場合には日本年金機構の「ねんきんネット」をご利用ください。

～公的年金シミュレーターのワンポイント解説～

- 公的年金シミュレーターは、簡単に年金額の試算を行うためのツールとして開発されたものであり、被保険者等の個人情報を用いず、また、働き方・暮らし方の入力に年単位で行うなどの簡素化が図られています。このため、「ねんきんネット」と異なり、特別支給の老齢厚生年金など詳細な試算は行えませんが、手軽に年金額を試算することができます。
- お客さまが個人の過去の加入記録に基づく、より詳細な試算を希望される場合は、「ねんきんネット」をご案内ください。

【参考】ねんきんネットとは？

・「ねんきんネット」は、お客さまがインターネットを通じてご自身の年金の情報を確認できる、日本年金機構が提供するサービスです。詳細は日本年金機構のHPを参照ください。

(ねんきんネットHP) https://www.nenkin.go.jp/n_net/index.html

- 年金制度への理解を深めていただくことを目的に、日本年金機構が、毎年誕生月に、お客さま（加入者）の年金記録を記載した「ねんきん定期便」をお送りしています（令和4年4月発行分以降のねんきん定期便に二次元コードを記載）。なお、「ねんきん定期便」の形式や記載内容は年齢によって異なります。

Q	A
使い方について詳しく知りたい	厚生労働省の「公的年金シミュレーター使い方ホームページ」を参照ください。 https://www.mhlw.go.jp/stf/kouteki_nenkin_simulator.html
どのような人を利用対象としているのか	公的年金シミュレーターは、将来受給可能な年金額を手軽に試算したい方を利用対象としており、若年代をはじめ、幅広い年代の方に利用いただくことを想定しています。なお、年金額の試算の際に入力できる年齢（生年月日）は、16歳から71歳までとなっています。
老齢年金以外の試算はできないのか	試算できるのは、老齢年金（老齢基礎年金・老齢厚生年金）です。その他の障害年金、遺族年金等は試算できません。

【応用編】ライフプランに応じたシミュレーションの方法

<今後の年収／就労完了年齢／受給開始年齢の変更に基づくシミュレーション>

・試算画面のグラフ下に表示されている、「今後の年収」「就労完了年齢」「受給開始年齢」を、スライドバーや＋／－のボタン操作で変更することにより、年金見込み受給額の変化を確認できます。

<働き方・暮らし方の変更に基づくシミュレーション>

- ① 試算画面のグラフ下の入力部分をスクロールし「働き方・暮らし方の入力欄を開く」ボタンをタップ
- ② 「働き方・暮らし方の追加」をタップし、「働き方・暮らし方」の入力欄で、該当ボタンをタップ
- ③ 「期間」の入力欄に、②で入力した被保険者種類の加入期間を入力
- ④ （国民年金第1号の場合）「付加納付の有無」の入力欄で、該当するボタンをタップ
- ⑤ （厚生年金の場合）「年収」の入力欄に、加入期間の平均年収を入力
- ⑥ （加入資格に変更がある場合）「働き方・暮らし方の追加」のボタンをタップし、変更後の区分ごとに③～⑤のステップを繰り返す入力
- ⑦ 「試算する」をタップ ⇒ 画面上部のグラフ部分に、年金見込み受給額（年額）が表示されます。

◆上記②～⑥の入力内容を変えることで、今後の「働き方・暮らし方」を変更した場合の年金額の変化を試算することができます。

出典：厚生労働省「公的年金シミュレーター使い方ホームページ」をもとに生命保険協会作成
https://www.mhlw.go.jp/stf/kouteki_nenkin_simulator.html

(参考) 一般社団法人生命保険協会の取組③

■ お客様向けご案内チラシ

老後に向けた資産形成をご検討中のお客さまへ
～老後の生活を支える公的年金制度（老齢年金）について～

公的年金制度に加入している人が、一定の年齢になった場合には、老齢年金を受け取ることができます。老後に備えるためには、まず、ご自身が受け取ることでできる老齢年金の金額について把握した上で、老後生活に要する費用に照らして、不足する資金を計画的に準備する必要があります。

1 老齢年金の仕組み

日本に住む20歳以上60歳未満のすべての方が加入する国民年金から、「老齢基礎年金」が受け取れます。会社員・公務員等は、この老齢基礎年金に上乗せする形で厚生年金から、「老齢厚生年金」が受け取れます。

2 受け取るための条件／受取年金額

- 老齢基礎年金を受け取るためには、国民年金に最低10年間加入している必要があります（ただし、国民年金保険料の免除や猶予の制度があります）。受け取ることができる年金額は、40年加入の高額で777,800円/年（月あたり約65,000円）です（加入期間や、年金の繰上げ・繰下げ受給等により変わります）。
- 老齢厚生年金を受け取るためには、老齢基礎年金の受給資格を満たすことが必要です。受け取ることができる年金額は、加入期間や、在職中の平均標準報酬額（賃金含む）で個人差があります。

3 老後の生活について

65歳の平均寿命 下表の通り、65歳の方の平均的な老後期間は20年以上あります。（注1）

性別	2020年	約20.0年	85.0歳
男性			
女性		約24.9年	89.9歳

平均的な老後生活費（夫婦二人世帯の例）

項目	金額
老齢厚生年金 月額約14.6万円 （老齢基礎年金含む）	
ご夫婦2人で 月額約20万円	
平均的な老後生活費（注3） 月額約25.5万円	
ゆとりある老後を送るために必要と 考える生活費（注4） 月額約36.1万円	

上記は平均値であり、受給開始年齢も人によって異なるため、ご自身（ご夫婦）の受取年金額と照らし、老後生活に要する費用を踏まえ、生活資金がいくら不足するのか試算することが大事です。

試算に当たっては生命保険協会等で試算ツールを用意している場合があります。また、受取年金額の試算については、厚生労働省が提供している「公的年金シミュレーター」も利用できます（ツールの詳細は厚生労働省のチラシ（注5）をご確認ください）。

（注1）厚生労働省「将来の生活費」(令和2年)に基づき推定して作成。
（注2）厚生労働省「令和2年度 厚生年金保険・国民年金事業の概況」に基づき推定して作成。
（注3）経済産業省「家計調査年報（家計収支編）令和2年（2020年）」に基づき推定して作成。
（注4）公的年金受給者生活費調査センター「令和元年 生活費調査に関する調査」。
（注5）厚生労働省「公的年金シミュレーター使い方ホームページ」。

記載の内容は、令和4年4月現在の制度によります（令和4年度適用）。今後、制度の変更等に伴い、記載の内容が変わることがあります。

NEW! 公的年金シミュレーター

「ねんきん定期便」の二次元コードをスキャンして試算可能

「働き方・暮らし方」の変化に応じて 将来受け取る年金額を試算できる

公的年金の「見える化」で、こんなご疑問にお答えします。

- 30代・女性：働き方を変えると、将来受け取る年金額はどのくらい変わるのか？
- 40代・男性：将来の年金受給額を試算してみたい。
- 50代・男性：収入・支出のバランスを把握して、年金の受け取り時期等を簡単に試算してみたい。

公的年金シミュレーター
<https://www.eiho.or.jp/data/billboard/pension/>

公的年金シミュレーター
使い方HP
<https://www.eiho.or.jp/data/billboard/pension/>

4つのステップで分かる！ 公的年金シミュレーター

- 基本操作 -

STEP-1 アクセス方法
「ねんきん定期便」の二次元コードをスマートフォンから読み込む

STEP-2 生年月日を入力し、「試算する」をタップ
生年月日を入力し、「試算する」をタップすると、試算結果が表示されます。

STEP-3 年金見込み額の表示
将来受け取る年金見込み額がグラフで表示されます。スライダーを操作して、年金の受け取り時期等を簡単に設定できます。また、収入・支出のバランスを把握して、年金の受け取り時期等を簡単に設定できます。

STEP-4 ライフプランに応じたシミュレーション
これからの働き方・暮らし方を入力して、様々なライフプランに応じた年金見込み額を試算できます。

1 【公的年金シミュレーターに関するご留意点】
公的年金シミュレーターは、働き方・暮らし方の選択に応じて将来受け取る年金見込み額を簡単に試算できるツールとして、厚生労働省が提供したものです。
試算に使用するデータを自動的に取得し、実際の年金受給額とは必ずしも一致しません。
試算結果によって年金見込み額が過大・過小に算出される場合があります。より正確な年金見込み額の確認をする場合は、日本年金機構の「ねんきんネット」等にご利用ください。

【出典】一般社団法人生命保険協会「公的年金制度（老齢年金制度）について」
<https://www.seiho.or.jp/data/billboard/pension/>

ねんきんネットの概要

概要	インターネットにより、いつでも自分の年金加入記録を確認したり、年金見込額を試算できる「ねんきんネット」サービスを平成23年2月から開始。
主な機能	・年金記録確認機能 ⇒これまでの年金加入履歴を表示 ・年金見込額試算機能 ⇒自分の年金加入履歴から、様々な条件に応じた試算が可能 ・通知書確認機能 ⇒電子版「ねんきん定期便」や年金支払に関する通知書などがPDFファイルで確認可能 (ねんきんネットとマイナポータル連携により可能なこと) ・国民年金保険料の免除・納付猶予（R4.10～）・学生納付特例（R5.4～）の電子申請 ・扶養親族等申告書の電子申請（R5.9～）・国民年金保険料口座振替申出（R6.3～）の電子申請 ・老齢年金請求書（R6.6～）の電子申請 (※) 氏名や生年月日等の情報があらかじめ入力された状態で簡単に電子申請が可能。 ・社会保険料控除証明書（R4.10～）、源泉徴収票（R5.1～）の電子データでの受け取り
利用方法	①マイナポータル連携 ⇒マイナポータルから、マイナンバーカードの本人認証により、ねんきんネットを利用可能 ②「ユーザID」と「パスワード」でログイン ⇒ねんきんネットホームページから必要事項を入力してユーザIDを申し込み。 日本年金機構において本人確認を行い、ユーザIDをハガキで送付。 ※アクセスキーを使用して申し込みをした場合は、ねんきんネットホームページ画面にユーザIDを即時で表示

ねんきんネットのイメージ画面

年金記録の確認機能

公的年金制度（国民年金、厚生年金保険、船員保険）の加入履歴の一覧

1 年金記録の一覧表示

▶ 月別の年金記録を確認する

年金記録の一覧表示の説明 [+ 開ける](#)

年度 (年齢)	加入 制度	お勤め先の 名称等	加入 月数	1年間の 保険料納付額	年金見込額 (年額)
平成20年度 (20歳)	国年	第1号被保険者	12月	-	-
平成21年度 (21歳)	国年	第3号被保険者	12月	-	-
平成22年度 (22歳)	厚年	A年金会社	12月	-	-
平成23年度 (23歳)	厚年	A年金会社	12月	-	-
平成24年度 (24歳)	厚年	B年金会社	12月	-	-
平成25年度 (25歳)	未加入	-	-	-	-
平成26年度 (26歳)	国年	第1号被保険者	3月	584,502円 ※ 同一年度内の他の加入制度の納付額を合算して表示しています。	-
平成26年度 (26歳)	厚年	A年金会社	6月	- ※ 当該年度の先頭行の納付額に合算して表示しています。	-

年金見込額試算機能

トップページ [年金記録を確認する](#) **将来の年金額を試算する** [通知書を確認する](#) [届書を申請する](#) [その他の便利機能を利用する](#) [各種設定を変更する](#) [ログアウト](#)

[トップページ](#) > 将来の年金額を試算する

将来の年金額を試算する

年金見込額試算の説明 [+ 開ける](#)

- 年金額は賞金や物価などの変動に応じて、毎年見直しが行われるため、将来受け取られる年金額と異なる場合があります。
- これから年金を受給する方が年金見込額試算を利用された場合、配偶者等の情報が反映されないため、試算結果に加給年金額や振替加算額は試算されません。
- 既に年金を受給されている方が年金見込額試算を利用された場合、試算結果に加給年金額や振替加算額が表示されていても、実際に受け取る年金額とは異なる場合があります。試算結果はあくまでも目安としてご覧ください。
- 国共済、地共済、私学共済の加入期間（共済加入期間）は老齢基礎年金のみが試算対象となります。（直近1年以内の共済加入期間は試算結果に反映されない場合があります。）また、試算対象とならない報酬比例部分の年金見込額は、各共済へお問い合わせをお願いします。

かんたん試算 はじめての方はこちらから現在の加入条件が60歳まで継続すると仮定して見込額を自動的に試算できます。

詳細な条件で試算
以下の条件を入力し、試算できます。

- 今後の加入制度、収入および期間
- 受給開始年齢
- 国民年金保険料を納付・後払い（追納）した場合

➡

試算結果一覧を表示

「かんたん試算」、「詳細な条件で試算」で実施した試算結果の確認や、試算結果をグラフで比較できます。

ねんきんネットの利用者数

「ねんきんネット」利用者数及びマイナポータルとの認証連携者数の推移

	平成30年度末	令和元年度末	令和2年度末	令和3年度末	令和4年度末	令和5年度末	令和6年度末
ねんきんネット利用者数【累計】	約506万人	約578万人	約666万人	約770万人	約908万人	約1,098万人	約1,355万人
マイナポータル認証連携者数【累計】	-	-	約7万人	約69万人	約216万人	約461万人	約767万人

- ※1 「ねんきんネット」のサービスは平成23年2月から開始し、利用者数の把握は平成30年度から開始。
- ※2 マイナポータルと「ねんきんネット」の連携は平成30年10月から開始し、認証連携者数の把握は令和2年10月から開始。
- ※3 令和3年7月より、マイナポータルの認証連携を改善（初回認証連携をスマートフォンからも行えるようにし、基礎年金番号の入力を不要とする）。

年金の見える化

(年金額分布推計に基づく多様なライフコースに応じた年金額)

ひと、くらし、みらいのために



厚生労働省
Ministry of Health, Labour and Welfare

世代別にみた平均年金額や年金加入歴の変化(女性)

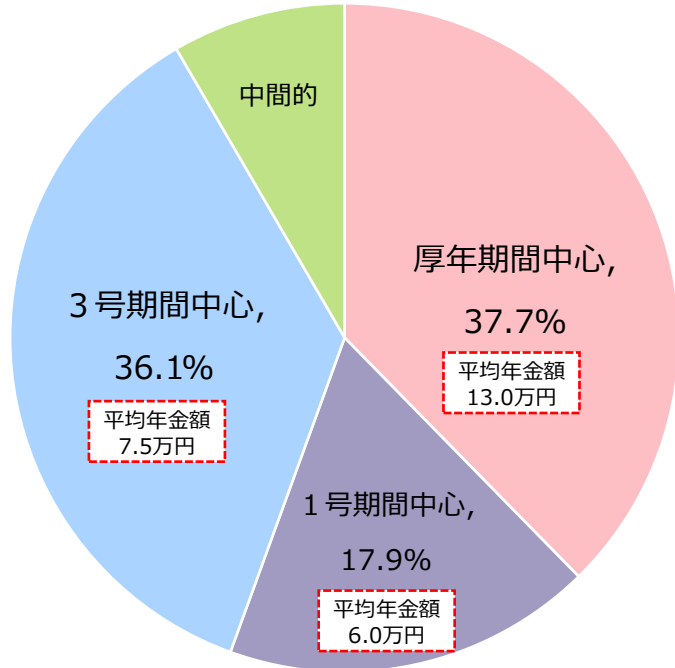
第21回社会保障審議会年金部会
2024年11月25日

資料1
一部改変

※ 年金額は物価上昇率で2024年度に割り戻した実質額

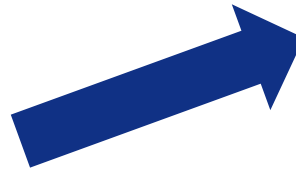
65歳

(1959年度生)



平均年金額 (計) 9.3万円

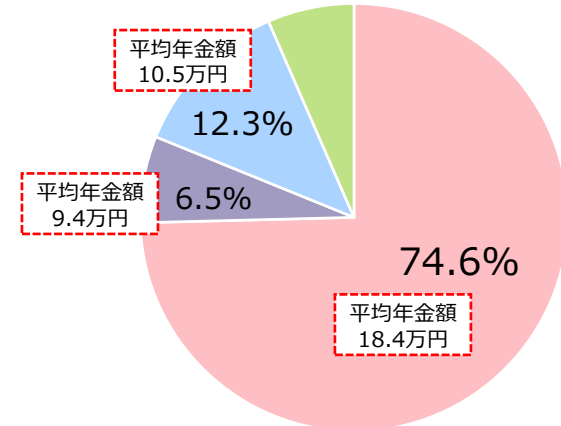
成長型経済移行・継続ケース
(労働参加進展)



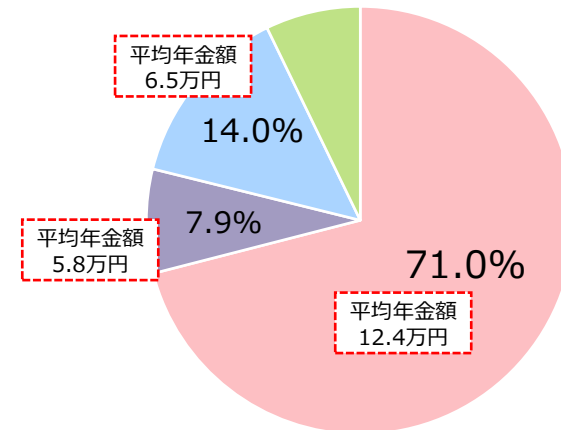
過去30年投影ケース
(労働参加漸進)

30歳

(1994年度生、2059年度に65歳)



平均年金額 (計) 16.4万円



平均年金額 (計) 10.7万円

※ 現行制度のもとで、それぞれの世代の65歳時点における、現役時代にどの公的年金制度に加入してきたかの経歴類型がどのような構成割合であるかを推計。将来の人口の前提は、中位推計（出生中位、死亡中位、入国超過数16.4万人）。

※ 経歴類型の「厚年期间中心」は厚生年金の被保険者期間が20年以上、「1号期间中心」は1号被保険者期間が20年以上の者、「3号期间中心」は3号被保険者期間が20年以上の者、「中間的」はそれらいずれでもない者をさす（厚生年金・国民年金1号・国民年金3号のうち複数で20年以上の被保険者期間を有する場合は、より長い方の制度で分類）。

世代別にみた平均年金額や年金加入歴の変化(男性)

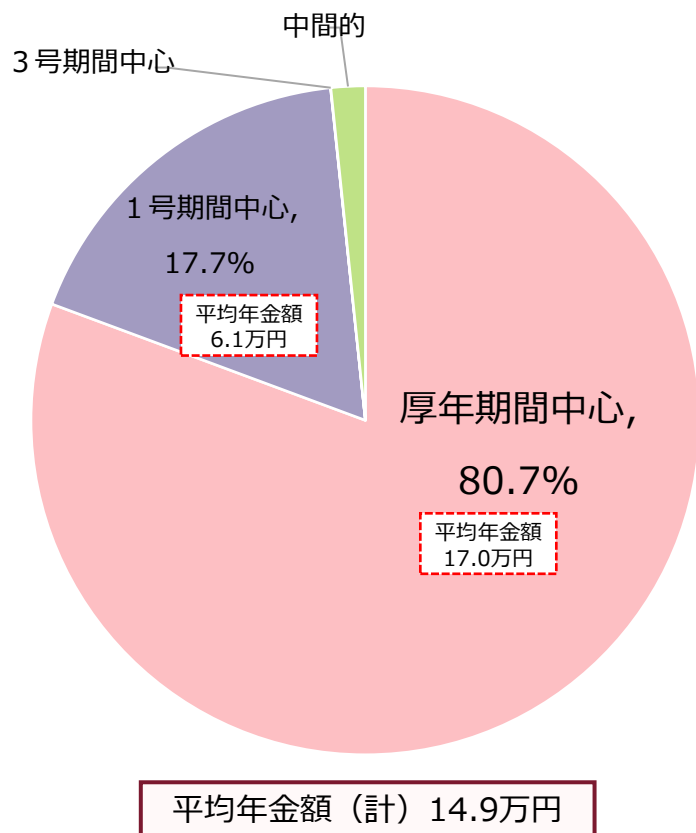
第21回社会保障審議会年金部会
2024年11月25日

資料 1
一部改変

※年金額は物価上昇率で2024年度に割り戻した実質額

65歳

(1959年度生)



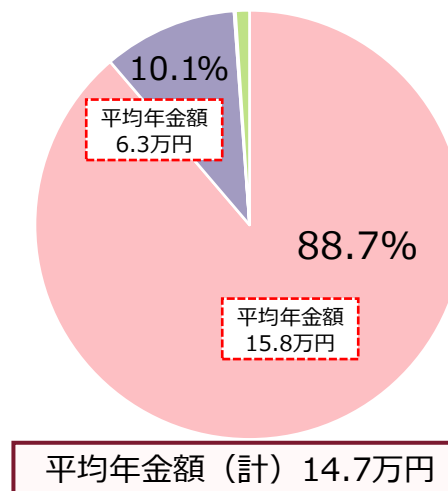
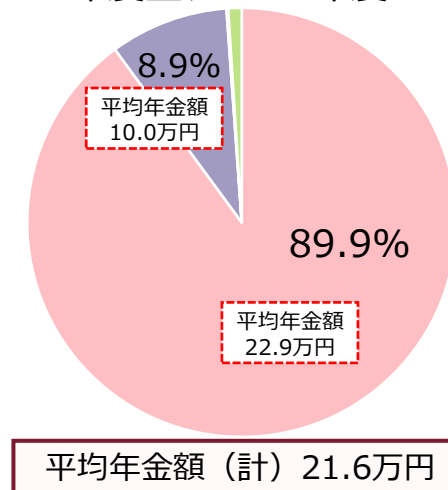
成長型経済移行・継続ケース
(労働参加進展)



過去30年投影ケース
(労働参加漸進)

30歳

(1994年度生、2059年度に65歳)



※ 現行制度のもとで、それぞれの世代の65歳時点における、現役時代にどの公的年金制度に加入してきたかの経歴類型がどのような構成割合であるかを推計。将来の人口の前提は、中位推計（出生中位、死亡中位、入国超過数16.4万人）。

※ 経歴類型の「厚年期間中心」は厚生年金の被保険者期間が20年以上、「1号期間中心」は1号被保険者期間が20年以上の者、「3号期間中心」は3号被保険者期間が20年以上の者、「中間的」はそれらいずれでもない者をさす（厚生年金・国民年金1号・国民年金3号のうち複数で20年以上の被保険者期間を有する場合は、より長い方の制度で分類）。

ライフコースに応じた年金額のイメージ

令和7年度の年金額改定についてお知らせします（プレスリリース）
2025年1月24日

一部改変



〇〇〇

私が65歳になるときに受け取る年金額はどうなるの？

【注】

「中心」というのは、その経歴が20年以上の事を指します。

年金月額はあくまで平均的な額の概算です。（令和6年度に65歳になる者の加入期間や収入を基礎に算出）



〇〇〇

以下の年金額が賃金や物価に応じて上昇します。

これまでの経歴

性別

年金額(平均)

例1

会社員や公務員の勤務が中心

男性

17.3万円／月

（会社員や公務員の期間

（厚生年金加入期間）が20年以上）

女性

13.2万円／月

例3

フリーランスや自営業が中心

男性

6.2万円／月

（フリーランス・自営業（国民年金第1号被保険者）の期間が20年以上）

女性

6万円／月

例4

例5

配偶者の扶養に入っていた期間が中心
（被扶養配偶者（国民年金第3号被保険者）の期間が20年以上）

女性

7.6万円／月

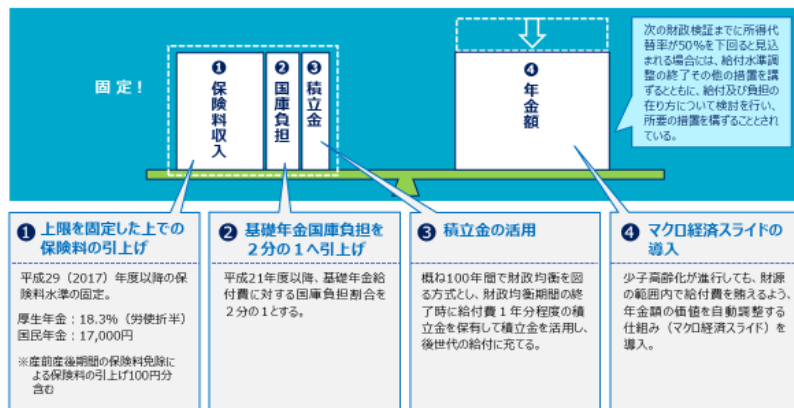
年金制度に関する広報

ひと、くらし、みらいのために

年金財政に関するインフォグラフィックを活用した広報資料①

公的年金制度の財政の枠組み

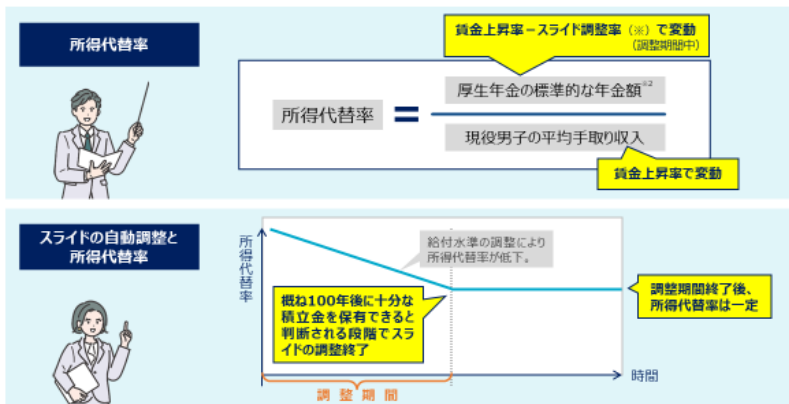
- 2004（平成16）年の年金制度改革で、今後、急速に進行する少子高齢化を見据えて、**将来にわたって、制度を持続的に安心できるものとするための年金財政のフレームワークを導入**しました。
- **保険料の引上げが終了し、基礎年金の国庫負担が2分の1に引上げられたため、収入面の財政フレームは完成。**



※標準的な厚生年金の所得代替率：61.7%（令和元年度）⇒50.8%～51.9%（令和28～29年度）
＜令和元年度財政検証「ケース1」より＞

マクロ経済スライドの仕組み

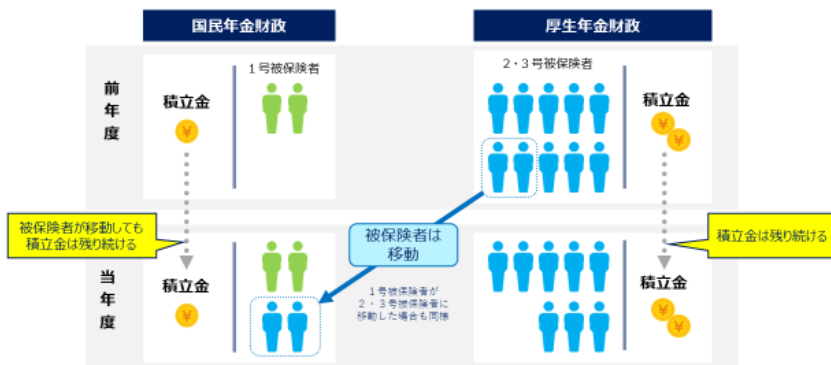
スライドの自動調整を行う調整期間中は現役男子の平均手取り収入に対する厚生年金の標準的な年金額の割合（所得代替率）は低下しますが、調整期間の終了後は、原則、一定となります。



（※）スライド調整率＝公的年金全体の総保険料の減少率（最近3か年度の累積値の平均値）÷平均余命の伸び率（一定率）（0.3%）
（※2）厚生年金の標準的な年金額＝夫婦2人の基礎年金満額＋夫の報酬比例部分

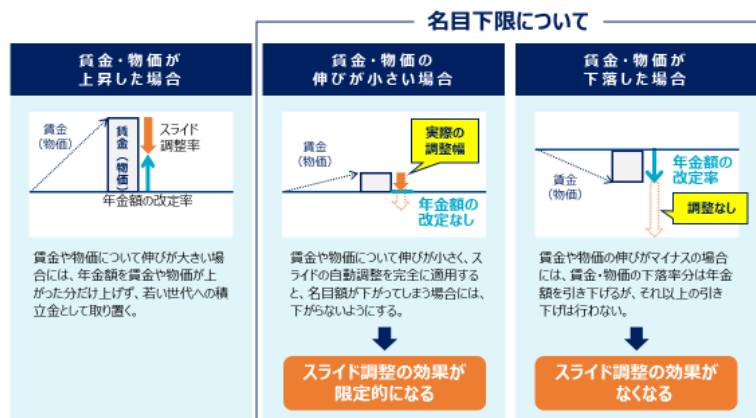
参考 積立金の性質

- 賦課方式の年金制度における積立金は、保険料給付で余った残金が積み立てられたもの
- 個人の持ち分という考えはなく、被保険者が制度間を移動しても積立金は残っている
- 年金給付が大きくなった現在、保険料の残余はなく、現在の積立金は、過去の被保険者の保険料の残余が積み立てられ、運用により増大してきたものであり、厚生年金、国民年金の積立金は今の被保険者が積み立てたものではない



マクロ経済スライドの仕組み

年金額を改定する際には、**マクロ経済スライドにより、年金額の伸びがマイナスとならないようにするルール**があります。これを、**名目下限措置**といいます。

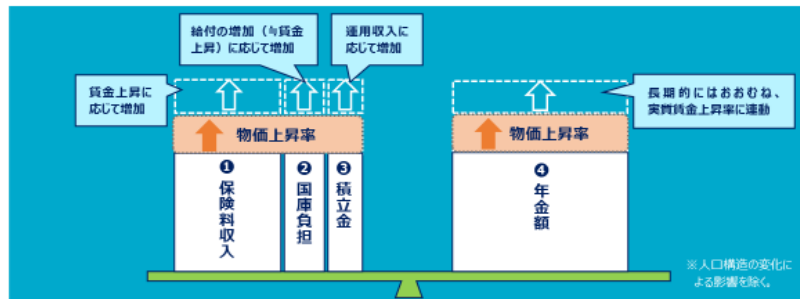


年金財政に関するインフォグラフィックを活用した広報資料②

経済変動が年金財政へ与える影響

年金財政にとって、実質賃金上昇率、実質的な運用利回りが重要です。

物価変動は収入、支出を等しく変化させるものであり、基本的に年金財政に中立です。



しかし、現行制度のマクロ経済スライドには名目下限があるため、物価上昇率が低い場合、物価上昇率で改定する既裁定者の年金についてはマクロ経済スライドによる調整が十分に行われず、年金財政にマイナスの影響を及ぼします。



調整期間一致に伴う給付水準の変化

2004年財政再計算基準ケース

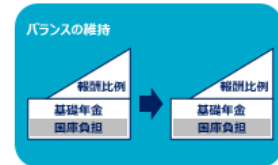
所得代替率	59.3%	50.2%
報酬比例部分（2倍）	25.7%	21.8%
基礎年金（2人分）（1倍）	33.7%	28.4%

マクロ経済スライド調整期間（19年間）

基礎・比例の調整期間を一致させた場合

所得代替率	61.7%	55.6%
報酬比例部分（2倍）	25.3%	22.6%
基礎年金（2人分）（1倍）	36.4%	32.9%

基礎・比例の調整期間一致
（14年間）
2019 → 2033



仮に調整期間を一致させた場合では、現行制度の下での見直しに比べて国庫負担が増加することとなる（このため国庫負担については追加財源の確保が必要）

基礎年金水準の低下の影響

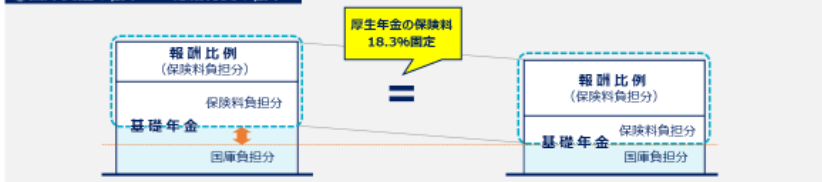
国民年金（1号被保険者）の財政状況が、厚生年金の所得再分配の大きさや国庫負担の大きさを決めています。

国民年金（第1号被保険者）の財政悪化
→ 厚生年金受給者を含む全国民共通の基礎年金水準の低下
→ 厚生年金における所得再分配機能と国庫負担が低下

① 所得再分配機能の低下



② 国庫負担の低下 → 総給付費の低下



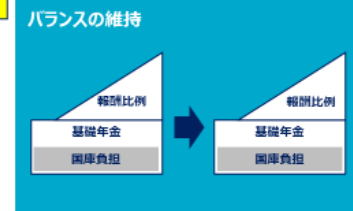
基礎年金と報酬比例のマクロ経済スライド調整期間の一致による効果

基礎年金と報酬比例の調整期間を一致させ、基礎年金水準を維持することで、次の効果があります。

- 基礎年金水準の低下の防止で、厚生年金の所得再分配機能の低下を防ぎ、低所得層の年金水準の低下を防ぎます。
- 基礎年金水準の低下に伴う国庫負担の低下の防止で、給付原資の全体の縮小を防ぎ、ほぼ全ての層で年金水準の低下を防ぎます。

所得代替率	61.7%	55.6%
厚生年金（報酬比例部分）	25.3%	22.6%
基礎年金（2人分）	36.4%	32.9%

基礎・比例の調整期間一致
（14年間）
2019 → 2033



年金財政に関するインフォグラフィックを活用した広報（動画①）

学生を含めた幅広い世代の方に年金財政に対する理解が進むよう、年金財政の枠組みやマクロ経済スライドが視覚的に理解できるようインフォグラフィックスを活用した分かりやすい1分間のショート動画やパワーポイント資料を用いた広報を進める。

<公的年金制度の財政の枠組みの説明用動画>



公的年金制度の財政の枠組み

平成16年に**年金財政の枠組み**が導入されました。

年金財政の枠組みで、極端な偏りを回避

収入 支出

現役世代 高齢世代

公的年金制度の財政の枠組み

「保険料」、「国庫負担」、「積立金」の3つです。

公的年金財政の「収入」と「支出」

収入 支出

- ① 保険料率は上限固定（厚生年金の場合 18.3%（労使折半））
- ② 基礎年金国庫負担 2 分の 1
- ③ 積立金の活用

公的年金制度の財政の枠組み

このように世代間で負担を分かち合うことにより

公的年金財政の「収入」と「支出」

現役世代の負担は増えない！

収入 支出

- ① 保険料率は上限固定（厚生年金の場合 18.3%（労使折半））
- ② 基礎年金国庫負担 2 分の 1
- ③ 積立金の活用
- ④ 財源の範囲内で給付水準を自動調整する仕組み（マクロ経済スライド）の導入

公的年金制度の財政の枠組み

この仕組みを「マクロ経済スライド」といいます。

公的年金財政の「収入」と「支出」

現役世代の負担は増えない！

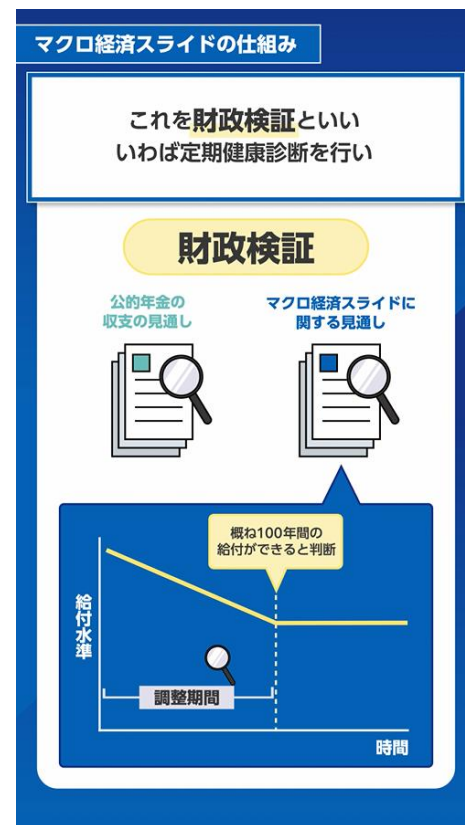
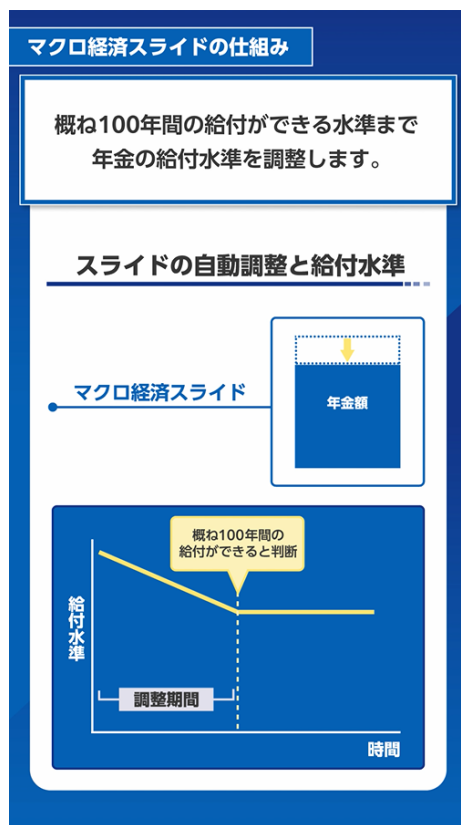
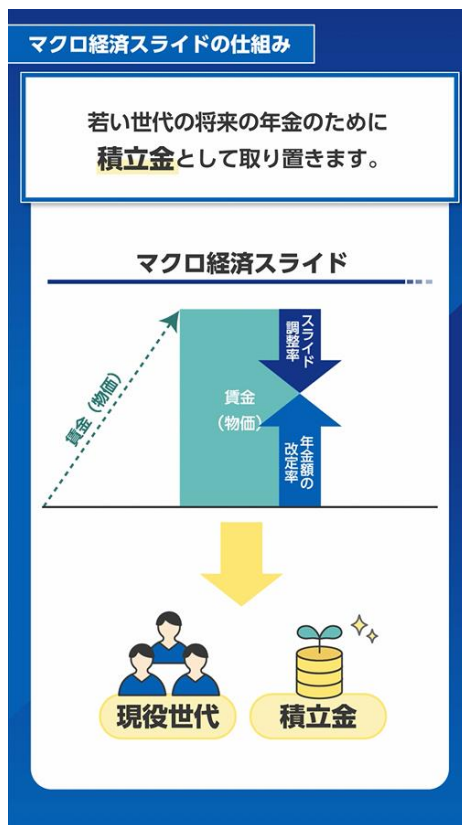
収入 支出

- ① 保険料率は上限固定（厚生年金の場合 18.3%（労使折半））
- ② 基礎年金国庫負担 2 分の 1
- ③ 積立金の活用
- ④ 財源の範囲内で給付水準を自動調整する仕組み（マクロ経済スライド）の導入

年金財政に関するインフォグラフィックを活用した広報（動画②）

学生を含めた幅広い世代の方に年金財政に対する理解が進むよう、年金財政の枠組みやマクロ経済スライドが視覚的に理解できるようインフォグラフィックスを活用した分かりやすい1分間のショート動画やパワーポイント資料を用いた広報を進める。

<マクロ経済スライドの説明用動画>



令和6年財政検証に関するショート動画

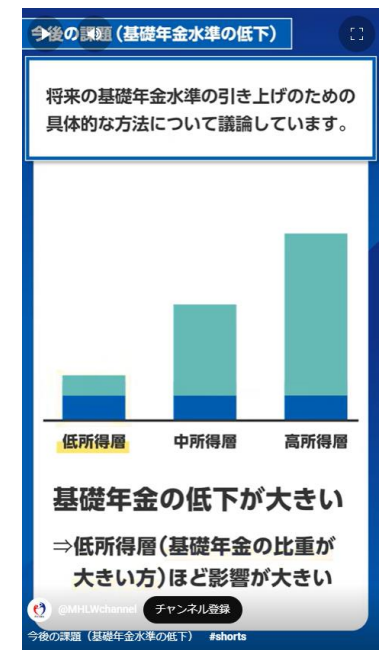
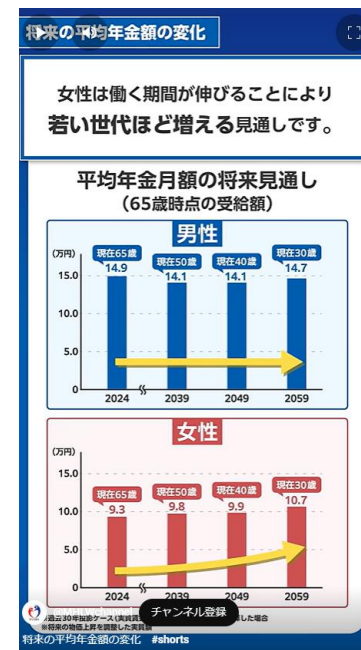
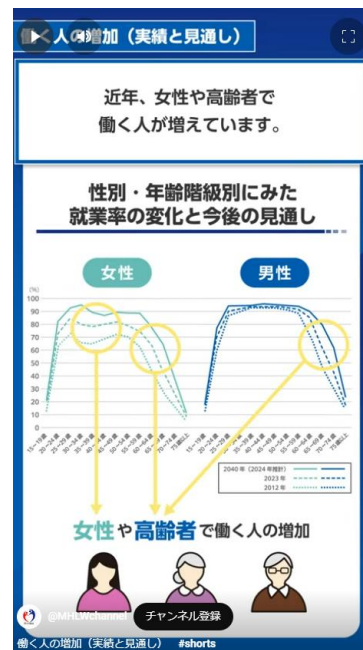
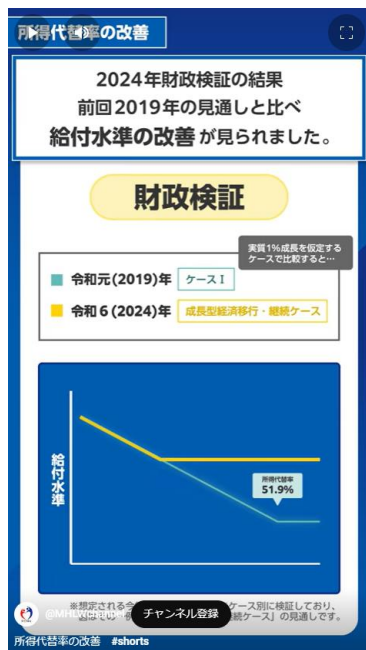
- 学生を含めた幅広い世代の方に年金財政に対する理解が進むよう、令和6年度の年金財政の財政検証結果についてインフォグラフィックスを活用した分かりやすい15秒程度のショート動画を用いた広報を進めており、大学・高校での年金学生対話集会でも試行的な活用を行っている。

所得代替率の改善

将来の平均年金額の変化

働く人の増加(実績と見通し)

今後の課題(基礎年金水準の低下)



いっしょに検証！公的年金

- 公的年金制度に対する疑問や不安を解消し、同時に公的年金制度への理解を深めるために、マンガを使ってわかりやすく説明したコンテンツであり、厚生労働省のホームページにて平成26年5月より公開。
(<https://www.mhlw.go.jp/nenkinkenshou/index.html>)
- 公的年金の仕組みや財政検証について、もっと詳しく知りたい人のために各話の最後に詳細な解説やデータを掲載。また、世代別にポイントを解説するページを作成するなど、多くの人に読んでもらえるような工夫をするとともに、年金教育を目的とした教材として使ってもらえるよう、マンガを活用したパンフレットも公開。



「いっしょに検証！ 公的年金」
QRコード

年金制度改正に関する広報 社会保険適用拡大に関する広報コンテンツについて

第3回被用者保険の適用拡大に関する効果的な
広報のためのアドバイザー会議
(2024年2月21日開催) 資料3抜粋

好事例を踏まえた新たな広報コンテンツは、より実践的なツールとして①従業員向けチラシ(加入メリット・シミュレーション)、②人事労務管理者向け手引き(経営シミュレーション)、③説明動画(ショート動画、5分動画)を作成。それらを取りまとめた特設ページを現行の社会保険適用拡大特設サイトに掲載する。

特設サイト



ガイドブック・チラシ

動画

<コンテンツの役割>

社会保険適用拡大に関する制度内容・
手続等の全般的な内容について幅広く
紹介する。

好事例特設ページ



新たな広報コンテンツ

従業員向けチラシ

(加入メリット・シミュレーション)

人事労務管理者向け手引き

(経営シミュレーション)

説明動画

(ショート動画、5分動画)

<コンテンツの役割>

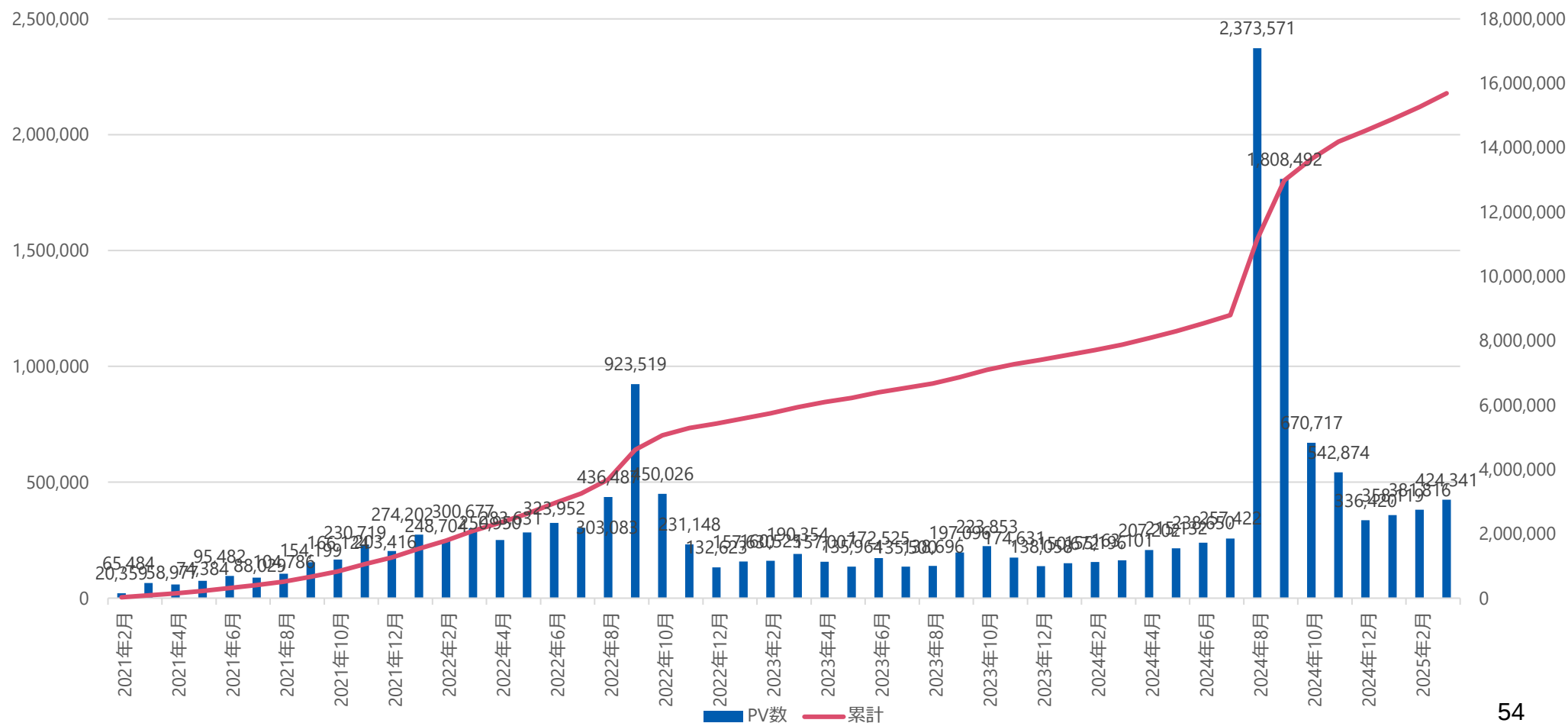
社会保険適用拡大の取組を進める企業
において導入に向けた検討や説明の難
度が高いと考える分野について、各企
業の好事例を踏まえた実践的な説明
ツールを提供する。

社会保険適用拡大特設サイト 閲覧数の推移

社会保険適用拡大特設サイトへの合計アクセス件数は、2021年2月19日のサービス開始以降、1500万回に到達。
当該ホームページの月間平均アクセス数は約200万回である。

※トップページだけのPV数ではなく、「<https://www.mhlw.go.jp/tekiyokakudai/>」配下の各ページ・ファイルへのPV数の合計値

適用拡大特設サイト（2021/2/19開設）PV数推移



好事例を踏まえた新たな広報コンテンツ（労働者向けチラシ①）

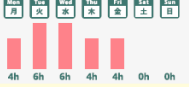
労働者やご家族の方々向けに、厚生年金保険・健康保険への加入メリットについて、分かりやすい言葉で、情報量が多くなりすぎないコンテンツとして、チラシを新たに作成し公表。

社会保険 加入のメリット！

▶ **対象者** ▶ 1分で分かる！動画はこちら ▶ 

社会保険（健康保険、厚生年金保険）に加入した場合、保険料の支払いが生じるものの、医療や年金の保障が充実することから、対象者の範囲が拡大されています。以下の4つの条件全てにチェックが入った方は、法律上、社会保険加入の対象になります。

☐ 週の勤務時間が**20時間以上**



※残業時間は原則、含みません。

☐ 給与が月額**88,000円以上**



※残業代、賞与、通勤手当、臨時の手当は原則、含みません。

☐ **2ヶ月を超えて働く予定がある**



☐ **学生ではない**



※休学中、定時制、通信制の方は、加入対象となります。

2022年10月～従業員101人以上の企業が対象となります。2024年10月～従業員51人以上の企業が対象となります。※従業員：厚生年金保険の被保険者数

医療メリット

▶ 1分で分かる！動画はこちら ▶ 

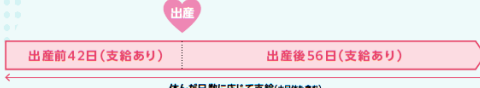
1 傷病手当金 …… 業務外の病気やけがで会社を休んだ場合、（医師の意見書が必要）

4日目から、最大1年6ヶ月、給与の**2/3**の金額が受け取れます。※1



※1 支給額の例 | 30日休んだ場合は58,860円支給 / 1日あたり2,180円（税別額）※月額給与98,000円の場合

2 出産手当金 …… 出産のため会社を休んだ場合、出産の日以前42日から出産の日後56日までの期間、給与の**2/3**の金額が受け取れます。※2

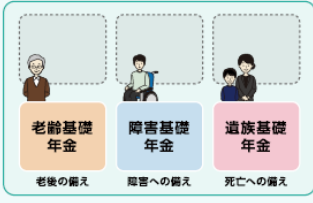


※2 支給額の例 | 98日休んだ場合は213,640円支給 / 1日あたり2,180円（税別額）※月額給与98,000円の場合

年金メリット

厚生年金保険に加入すると、年金額が増えます。

加入前(国民年金のみ)



加入後(国民年金+厚生年金保険)



▶ **年金額の増額例** ▶ 1分で分かる！動画はこちら ▶ 

厚生年金保険に加入することで「基礎年金」に加えて「厚生年金」が受け取れます。

老齢厚生年金

加入年数	120万円	150万円	200万円
1年	5,900	7,600	10,300
5年	29,700	38,200	51,500
10年	59,400	76,400	103,000
15年	89,100	114,600	154,600
20年	118,800	152,800	206,100
25年	148,500	191,000	257,700

（単位：円）

例えば、年間給与120万円で厚生年金保険に25年加入した場合、年金を65～80歳まで(15年間)受給すると…

累計 約220万円 増額

老齢基礎年金

年額 **831,000円**

※40年加入した場合
※令和7年度の年金額の場合

社会保険加入による変化を計算してみましょう

▼ **手取り額のシミュレーション**

社会保険加入による保険料の支払いなど、手取り額の変化をシミュレーションすることができます。

※大まかな試算のため、詳細は勤務先の人事・労務担当者にご確認ください。

 **手取りかんたんシミュレーター**

<https://www.mhlw.go.jp/seisakukai/data/anjiri/jugyouin/simulater01>

▼ **年金額のシミュレーション**

社会保険加入による将来のご自身の年金額の変化をシミュレーションすることができます。

 **公的年金シミュレーター**

<http://nenkin-whisen.mhlw.go.jp/>

 厚生労働省

 適用拡大特設サイト

<https://www.mhlw.go.jp/seisakukai/data/anjiri/jugyouin/simulater01>

好事例を踏まえた新たな広報コンテンツ（労働者向けチラシ②）

労働者の方々向けに、厚生年金保険・健康保険への加入について考えていただくため、手取り収入の変化や加入前後の保障の違いを分かりやすく示し、ご家族へ相談する際に参考にいただけるチラシを新たに作成し公表。

社会保険加入 を考える ＼3ステップ！

STEP 1 社会保険(健康保険・厚生年金保険)加入による手取り月額(概算)について考えてみましょう。

加入前

▼ 国民健康保険・国民年金に加入		▼ 社会保険の扶養の範囲で働く	
月額給与	98,000円	月額給与	98,000円
国民健康保険料	3,800円	健康保険料	0円
国民年金保険料	18,000円	厚生年金保険料	0円
雇用保険料	600円	雇用保険料	600円
所得税(概算)	0円	所得税	500円(※2)
手取り月額(概算)	75,600円	手取り月額(概算)	95,900円

私たちの社会保険料は
どうなりますか？

加入後

▼ 社会保険に加入して働く	
月額給与	98,000円
健康保険料	4,900円
厚生年金保険料	9,000円
雇用保険料	600円
所得税	0円
手取り月額(概算)	83,500円

保険料の半分は
会社が支払うのですね！

ご自身の**手取りの変化を
計算**してみましょう！

**手取りかんたん
シミュレーター**
http://www.mhlw.go.jp/stf/seisaku/seisaku_0000164.html

※1 所得割額については、毎月の収入額や所得の段階などにより年次調整において調整額が異なり、1月あたりの所得割額が年額と異なるものとなる場合があります。詳細は労働者の方へ、労働者の方へご確認ください。

※2 このケースでは毎月の源泉徴収額については所得割額が異なりますが、令和7年度制改正における基礎控除の引上げ等によって、年次調整または確定申告で還付が戻し、実際の年額の総額は0円となります。

STEP 2 社会保険加入による保障の違いについて考えてみましょう。

	国民健康保険・国民年金に加入	社会保険の扶養の範囲で働く
年金額(40年加入)	約83万円 国民年金のみ加入した場合の例	保障なし
傷病手当金	保障なし	保障あり 疾病やけがで会社を4日以上休む場合は、社会保険から傷病手当金の支払い(30日間の限額の場合の例) 約2,180円 [27日分未満を58,860円]

※ご自身の将来の年金額を試算する場合は、裏面へ

※傷病手当金の額は給与の2/3の金額が目安となります。

1分で分かる！動画はこちら

STEP 3 ご家族や周りの方にも相談して働き方を考えましょう。

ご家族の方の会社から家族手当が支給されている場合は、社会保険に加入することで、手当が支給されなくなることもありますので、ご家族で働き方を考えましょう。

＼将来の年金額について計算してみましょう！

▶ なんきん定期便をお持ちの場合

Aさん 35歳(女性) 27歳から夫の扶養の範囲で就労 今後(35歳以降)、社会保険に加入して働くことを検討中

STEP 1 例え、Aさんが27歳から59歳までの扶養内で働いている前提で試算する場合

STEP 2 「なんきん定期便」の二次元コードからシミュレーターにアクセス

STEP 3 生年月日を入力

STEP 4 二次元コードを読み込んだ場合、画面の加入期間が60歳になる時まで経過すると設定して試算した、画面の読み込みが完了されます

STEP 5 35歳以降、社会保険に加入後の条件を入力するため、働き方、暮らし方を追加

STEP 6 厚生年金を選択し、年齢を35歳から59歳まで想定する年収を入力

STEP 7 加入後の読み込みが表示されます

あなたの年金額は約86万円

あなたの年金額は約103万円

※令和6年度の年金額

ねんきん定期便の二次元コードを用いて公的年金シミュレーターによる操作方を1分動画で確認したい方はこちら

▶ なんきん定期便をお持ちでない場合

公的年金シミュレーターのサイトから直接、加入期間などを入力することにより年金額の試算が可能です。

厚生労働省
Ministry of Health, Labour and Welfare

公的年金シミュレーター
使い方HP
http://www.mhlw.go.jp/stf/seisaku/seisaku_0000164.html

好事例を踏まえた新たな広報コンテンツ（労働者向けショート動画）

労働者やご家族の方々向けに、厚生年金保険・健康保険への加入に関して特にニーズが高いと思われる内容について、インフォグラフィクスを活用しつつ、スマートフォンで確認しやすいよう、1分間の縦型ショート動画を新たに作成し公表。

1 加入対象者

社会保険の加入対象って
どんな人？

- 1 週の勤務時間が20時間以上
- 2 給与が月額88,000円以上
- 3 2か月を超える雇用の見込み
- 4 学生ではない



次の4つの条件のすべてに
当てはまる場合は対象となります。



2 医療メリット

加入のメリット【医療編】

傷病手当金

病気・ケガによる休業

病気またはけがが発生



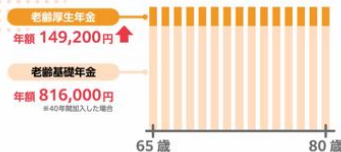
一定の条件を満たすことで
仮に退職しても
引き続き受給することができます。



3 年金メリット

加入のメリット【年金編】

累計 220万円↑



仮に80歳まで受給した場合、
累計約220万円が上乗せされます。



4 公的年金シミュレーターによる試算

35歳以降加入した場合の
金額が表示されました。

※令和6年度の年金額



5 手取りシミュレーション

手取りはどう変わる？

Aさんの場合



社会保険に加入し
保険料を支払うことで
手取り金額は
83,500円ほどになります。



好事例を踏まえた新たな広報コンテンツ（人事労務管理者向け手引き）

適用拡大を円滑に実施するためには、社内説明が重要で、経営層、現場責任者及び従業員等に対してそれぞれの立場に応じた適切な説明を計画的に行うことが有効であることから、今後適用拡大の対象となる人事労務管理者向けに、「社会保険適用拡大のこんなとき！ どうする？ 手引き」とその解説動画を作成・公表。

手引きの概要

人事・
労務管理者
向け

社会保険適用拡大の
こんなとき！ どうする？
手引き

5分で分かる！
手引きの使い方
動画はこちら▶

QRコード

こんなとき！

どうする？

従業員説明に向けた準備

従業員説明の実施

その他

適用拡大により社会保険に加入することになる事業所や従業員を知りたい

従業員説明を計画するにあたってポイントが知りたい

経営層への説明にあたってポイントが知りたい

現場責任者への説明にあたってポイントが知りたい

従業員への説明内容のポイントが知りたい

従業員への説明方法のポイントが知りたい

どんな場面でのツール(チラシ、パンフレット、特設サイト、動画)が使えるか知りたい

P 2

1-1 社会保険適用拡大の対象について

P 4

1-2 社内周知までの流れ

P 5

1-3 経営陣や幹部への説明のポイント

P 8

1-4 現場責任者への説明のポイント

P 10

2-1 従業員への説明内容のポイント

P 14

2-2 従業員説明の実施のポイント

P 16

3 チラシ・パンフレット一覧

1

従業員の状況に応じた説明のポイント

2-1 従業員への説明内容のポイント

Q 従業員への説明において、どのような資料を用いて説明すればよいか教えてください。

A 従業員ごとの状況にあったチラシを用いて以下のポイントを参考に、従業員への説明内容を整理・準備してみてください。

▶「社会保険加入のメリット」チラシの説明内容・ポイント

「社会保険加入のメリット」チラシを使って、対象となる従業員への周知・コミュニケーションを行ってみてください。

従業員への説明内容を整理・準備してみてください。

社会保険加入のメリット
チラシはこちら▶
http://www.mhlw.go.jp/hp/kyosei/keitai/keisei/keitai_24.pdf

対象となる従業員に社会保険加入の条件について説明しましょう。各条件の詳細は「社会保険の加入に関するQA集」チラシをご参照ください。

若年層の従業員

高齢層の従業員

全従業員(特に加入を迷われている方)

● ケガや病気で一定期間働けず会社を休んだ時に「傷病手当金」が受け取れる点や、産前産後休業期間中に「出産手当金」が受け取れる点を説明してみましょう。

● 具体的に受け取れる金額イメージも併せて伝えてみることも効果的です。

● 将来受け取ることができる「年金」が増額する点を説明してみてください。

● ガンなどの病気やケガで一定期間働けず会社を休んだ時に「傷病手当金」が受け取れる点を説明してみてください。

● 具体的な年金額の増額イメージを従業員に持っていたり、[年金額の増額]を用いて、社会保険(厚生年金保険)に加入すると増える年金額の目安について表を用いて伝えてみてください。

● 医療・年金給付の充実の観点から社会保険加入を説明しましょう。

● 社会保険に加入することで、医療・年金のメリットはありますが、一方で社会保険料が新たに発生し、手取りが減ることをデメリットに感じる方もいます。

● 手取りかんたんシミュレーターや公的年金シミュレーターを活用して、社会保険加入による手取りの変化や将来受け取る年金額の変化について試算を始めてみましょう。「社会保険加入を考える3ステップ」チラシも併用すると効果的です。

10

解説動画のイメージ

社会保険適用拡大に伴う
社内準備のための手引き

社内準備を円滑に進めるための手引きについてご説明いたします。

社内準備の4STEP

1 社会保険制度の理解と加入対象者の把握

2 社内計画の立案

3 経営陣や幹部、現場責任者への説明

4 従業員への説明

1、社会保険制度の理解と加入対象者の把握

58

年収の壁／社会保険適用拡大 に関する広報の取組について

令和6年10月の社会保険適用拡大に向けて、社会保険適用拡大に関する新たな広報コンテンツや年収の壁支援強化パッケージの活用を促すため、政府広報室などと連携し、メディア、専門家・関係団体など、様々なチャネルを活用した広報を実施している。

事業主向け

厚生労働省等による広報（主に事業主向け）

- ・ マスメディアへの情報提供
(記者勉強会・プレスリリースにおける資料の提供)
- ・ 専門紙、Webによる広報
(月刊社労士、週間年金実務等、週刊社会保障、月刊社会保険、労務ドットコムでの掲載)
- ・ SNS等を活用した広報
(政府広報や日本年金機構のXのリポストによる拡散、厚生労働省公式LINEアカウント、人事労務マガジンの発出による周知)
- ・ 専門家、業界団体等への情報提供（全国社会保険労務士会連合会等23団体に5~7月に訪問）、専門家のSNSアカウントによる情報発信（X等）
- ・ 社会保険労務士、FP向けの勉強会の開催
- ・ 地方自治体（東京都、大阪府、北海道等）への協力要請
- ・ 年収の壁について、リーフレットや事業主向け説明会（労働局と連携）で周知
- ・ 適用拡大対象事業所への訪問による制度周知、事業主の相談等に専門家を派遣、事業主向け説明会の実施、HP等による周知、ガイドブック等の送付
- ・ 適用拡大の対象と見込まれる全事業主に対して、社会保険適用拡大に関する新たな広報コンテンツの資料を郵送予定

従業員（個人）向け

政府広報との連携により、周知を強化

政府広報との連携による広報（個人向けが中心）

- ・ テレビCM・SNS等動画広告の作成
- ・ テレビ番組「クリックニッポン」での特集（一部 事業主向けも含む）
- ・ インターネットバナー広告
- ・ ラジオ番組「日曜まなびより」での特集
- ・ 雑誌広告 女性誌（オレンジページ・サンキュ！、LEE、クロワッサン）でのタイアップ記事
- ・ 求人情報サイト（全国求人情報協会）や、雑誌編集部（ベネッセ）への情報提供
- ・ 専門家のSNSアカウントによる情報発信（X等）（再掲）
- ・ 年金制度説明会やHP等において年収の壁・適用拡大についても周知
- ・ 左記リーフレット等を事業主向けに周知し、事業主経由で従業員に周知

メディア媒体 リレーションによる広報

専門家・関係団体等との リレーションによる広報

日本年金機構等との 連携による広報

令和6年度に実施した社会保険適用拡大・年収の壁に係る政府広報について

- 社会保険適用拡大（10月～）前の8～9月にかけて、幅広い媒体で集中的に広報を実施
- 政府広報室と連携し、主に被保険者向けの広報を重点的に実施（事業主に向けては機構からお知らせ文書等を送付したため、政府広報では被保険者向けを重視）

テレビ番組「クリックニッポン」



テレ東ほか9局及びBSで放送
テレビ東京では毎週日曜日
21:54～22:00

<8月4日放送分>
[社会保険の適用拡大 | 政府
広報オンライン \(gov-
online.go.jp\)](#)

<8月11日放送分>
[社会保険で広がる働き方 |
政府広報オンライン \(gov-
online.go.jp\)](#)

テレビCM・SNS等動画広告

[年収の壁・社会保険適用拡大CM](#)

8月13日～地上波TV各局のCMで放映
SNS(X・Instagram・Facebook・YouTube)上での動画広告



インターネットバナー広告

8月上旬以降

Yahoo!ニュース、SmartNews等
でのバナー広告を実施



ラジオ番組「日曜まなびより」

9月1日（日）放送 [番組HP（放送後アーカイブ掲載）](#)

TOKYO FM(JFN系列38局ネット)
毎週日曜日7:30～7:55（一部地域を除く）



雑誌広告

以下の女性誌においてタイアップ記事広告を掲載
（9月号）

- ・LEE（約12万部）9/6発売
- ・オレンジページ（約14万部）9/17発売
- ・サンキュ！（約16万部）9/25発売
- ・クロワッサン（約12万部）9/25発売

※（）内は2024年3月時点の発行部数



日本の年金広報に関する評価

2021年 ISSA Good Practice Awardにおける 年金広報活動の受賞について

2020年に実施した年金広報活動について、国際社会保障協会(ISSA)が開催する「ISSA Good Practice Award competition for Asia and the Pacific」で日本で初めて特別優秀賞（Certificates of Merit with Special Mention）を受賞し、本年2月23日に「ISSA Virtual Social Security Forum for Asia and the Pacific」において講演を実施した。

賞状



CERTIFICATE OF MERIT

ISSA GOOD PRACTICE AWARDS
ASIA AND THE PACIFIC COMPETITION 2021

THE CERTIFICATE OF MERIT IS AWARDED TO:

MINISTRY OF HEALTH, LABOUR AND WELFARE
(KOSEI-RODOSHO), JAPAN
WITH SPECIAL MENTION

For Pension communication tools targeting the younger generation:
On-site pension lessons at schools, Pension Manga and Pension Quiz Video

Geneva, Switzerland, 22 February 2022

Marcelo Abi-Ramita Coetaneo
Secretary General

Prof. Dr. Joachim Breuer
President



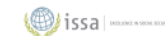
Virtual Social Security Forum for Asia and the Pacific における講演



Pension communication tools targeting the younger generation in Japan

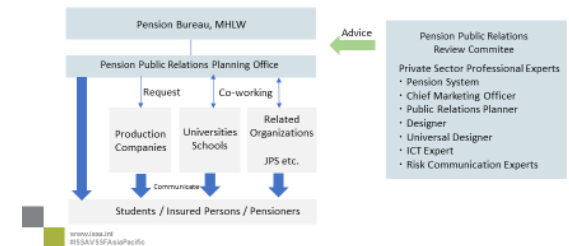
MIYOSHI Kei, Director
KOGANEI Yuji, Assistant Director
KIKUCHI Hideaki, Section Chief for Pension Information Planning
Pension Bureau, Ministry of Health, Labour and Welfare (MHLW)
Japan

www.issa.int
ISSA VSSF AsiaPacific



ISSA Guideline 12. Place of the communication unit in the institution
ISSA Guideline 7. Communication and strategic planning

Pension Communication Framework

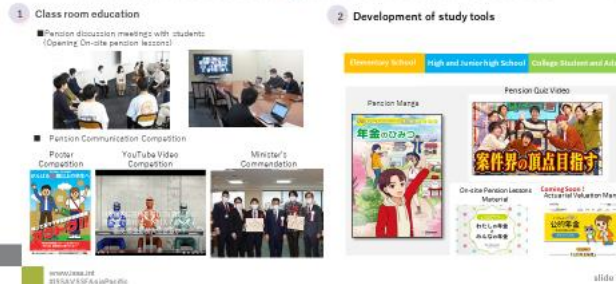


slide 5



ISSA Guideline 25. Developing a social security culture

Communication Policy Framework for Students



slide 7



2024年 ISSA Good Practice Awardにおける 年金広報活動の特別優秀賞の受賞について

厚生労働省の年金広報の取組が、国際社会保障協会（ISSA）のアジア・太平洋地域社会保障フォーラムにおいて、ISSA Good Practice Award Asia and the Pacific 2024の特別優秀賞と優秀賞を受賞した。アワードには、アジア太平洋地域21か国・地域の34の政府機関から187件の応募があり、その中から、厚生労働省年金局の「公的年金シミュレーター」が特別優秀賞、「社会保険適用拡大特設サイト」が優秀賞を受賞。厚生労働省の年金広報活動は、2021年に若者向け年金広報に関して初めてISSA Good Practice Award特別優秀賞を受賞し、今回は二度目の受賞。

表彰状

公的年金シミュレーター



社会保険適用拡大特設サイト



授賞式及び各国政府向けの講演

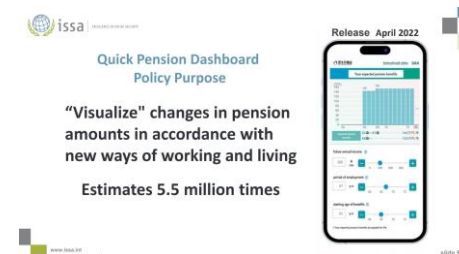
表彰式



講演資料



国際講演



ISSA Good Practice Awardとは 世界の社会保障運営機関などが加盟するISSAが、同組織に加盟する機関・団体を対象に社会保障分野における優れた取組を表彰するもの。世界の4つの地域ごとに3年に一度行われ、各地域のISSA地域社会保障フォーラムで発表される。

3. 年金広報の今後の進め方について

ひと、暮らし、みらいのために



厚生労働省
Ministry of Health, Labour and Welfare

■ 年金広報のあり方

- ・ 特に若い世代には公的年金制度に対する漠然とした不安があり、これが公的年金制度への信頼を揺るがすことにつながっている。
- ・ 様々な属性の方がいることを念頭に置きながら、動画やSNSの活用など、受け手に応じた情報発信の工夫が必要である。
- ・ 年金額分布推計や公的年金シミュレーターは、国民一人一人が自分の将来に対する予見可能性を高めるものとして重要な機能を持っている。

■ 公的年金シミュレーター

- ・ 公的年金シミュレーターは、徐々に国民に浸透しつつあるが、さらに多くの国民に活用してもらうよう、積極的に周知していくべきである。
- ・ 公的年金シミュレーターについて、現行の機能や特徴を維持しつつ、改善や機能追加を検討すべきであり、障害年金に加え、iDeCoの試算機能を設ける方向性は賛成の意見が多かった。また、iDeCoの拠出可能額をわかるようにすべきという意見もあった。
- ・ 一方で、iDeCoの試算機能を設けるに当たっては、運用利回りをどう設定するか、賃金・物価で変動する公的年金とiDeCoの給付額をどう表示するかなど課題も多いことから、誤解が生じないような画面構成にするなど慎重な検討が必要である。
- ・ 民間サービスとの連携もさらに進めていくべきである。

■ 多様なライフコースに応じた年金の給付水準の示し方

- ・ 世帯類型や賃金水準などに着目し、様々なパターンの年金額をわかりやすく示す必要がある。
- ・ 性別や年金制度の加入状況に応じた将来の年金の給付水準の示し方について、年金額分布推計を基にしていることも踏まえて、発信内容を精査しつつ、実際の広報につなげていく。

社会保障審議会年金部会における議論の整理（令和6年12月25日）

Ⅲ 年金広報・年金教育の概要②

■ 年金教育

- 自分のライフプランを考える上でも年金に関する知識を十分に提供する必要があり、そのためには、子どもの頃から生涯を通じた年金教育の取組を進める必要がある。
- 国民一人ひとりが社会保障の担い手であるという当事者意識を持って制度に参加することが、公的年金制度の持続可能性を高め、さらには人々が助け合う地域共生社会の実現に向けても重要である。
- 公的年金制度は、保険の考え方を基本として、老齢、障害、死亡という生涯を通じた生活上のリスクに国民が連帯して備える支え合いの仕組みであり、積立貯蓄ではないことや損得で論ずべきものではないことが広く理解される必要がある。
- 「学生との年金対話集会」は若者の意見を聞く貴重な機会であることから、この取組を継続・強化しつつ、地方厚生局や日本年金機構と連携を強化することによって、全国各地でより多くの子ども・若者が公的年金制度などについて考え、意見を述べることができる場を増やしていくべきである。

■ 公的年金と私的年金の一体的な広報

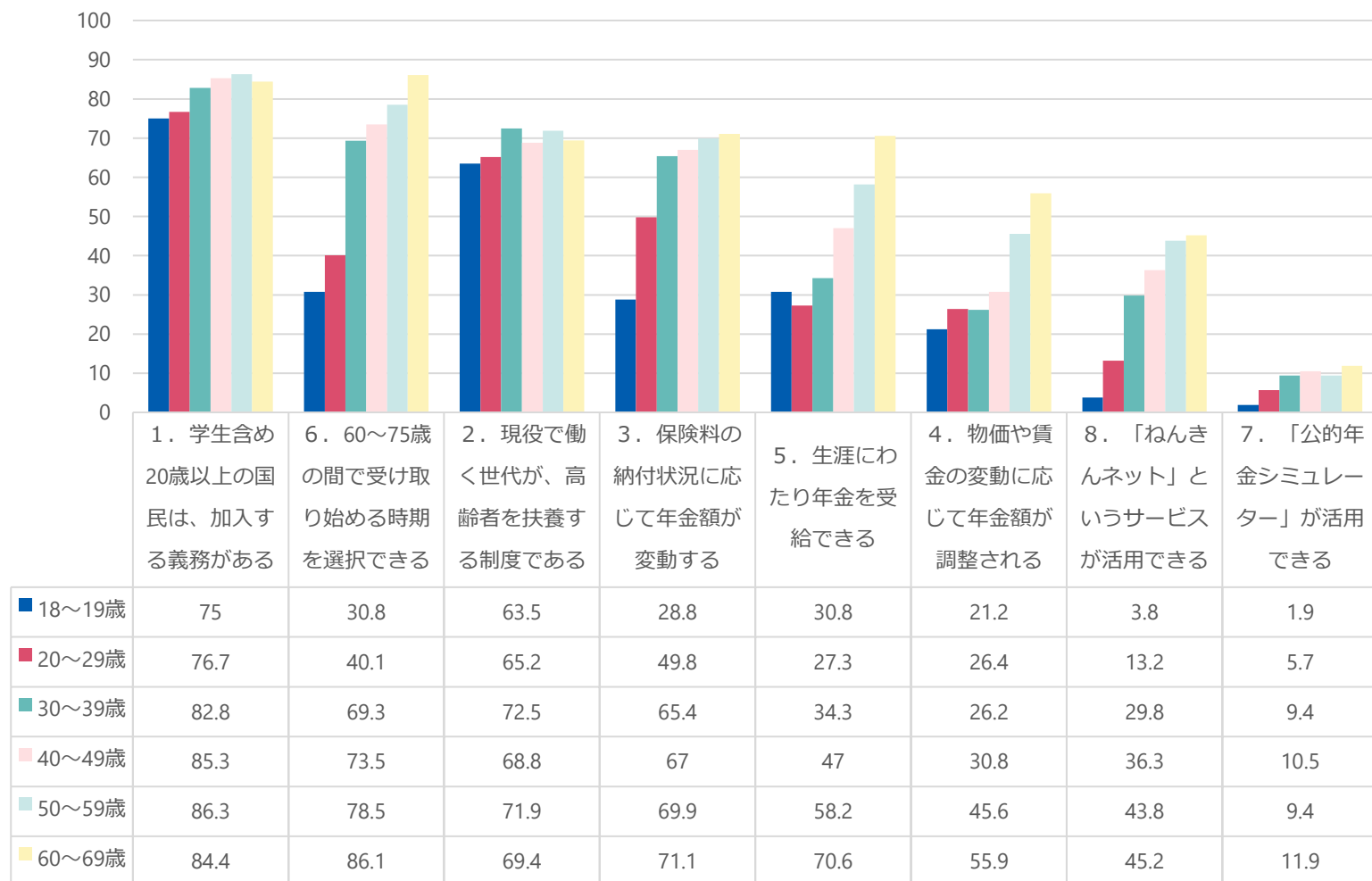
- 公的年金と私的年金の広報を一体的に行う教育動画や教育教材の開発、公表といった取組が進められており、今後も、公的年金シミュレーターにiDeCoの試算機能を付加することや、国民の高齢期の所得の確保に関する教育を進める上でも金融経済教育推進機構や民間団体との連携を推進するなど、様々な取組を進めていくべきである。

■ 年金制度改正に関する広報

- 被用者保険の適用拡大など、今般の見直しの内容に加え、年金制度の基本的な部分も併せて広報していくことが重要である。制度改正の趣旨、対象者や施行時期などを国民にわかりやすく伝えていくとともに、事業主に対しても正確な情報発信に努めていくべきである。

（参考）令和5年11月 生活設計と年金に関する世論調査（抜粋） 老齢年金の仕組みや役割についての認識（18～69歳台）

○公的年金制度のうち、老齢年金制度の重要な特徴である、「保険料の納付状況に応じて年額が変動する」、「生涯にわたり年金を受給できる」、「物価や賃金の変動に応じて年金額が調整される」という点について、若年層ほど認知率が低い状況となっている。

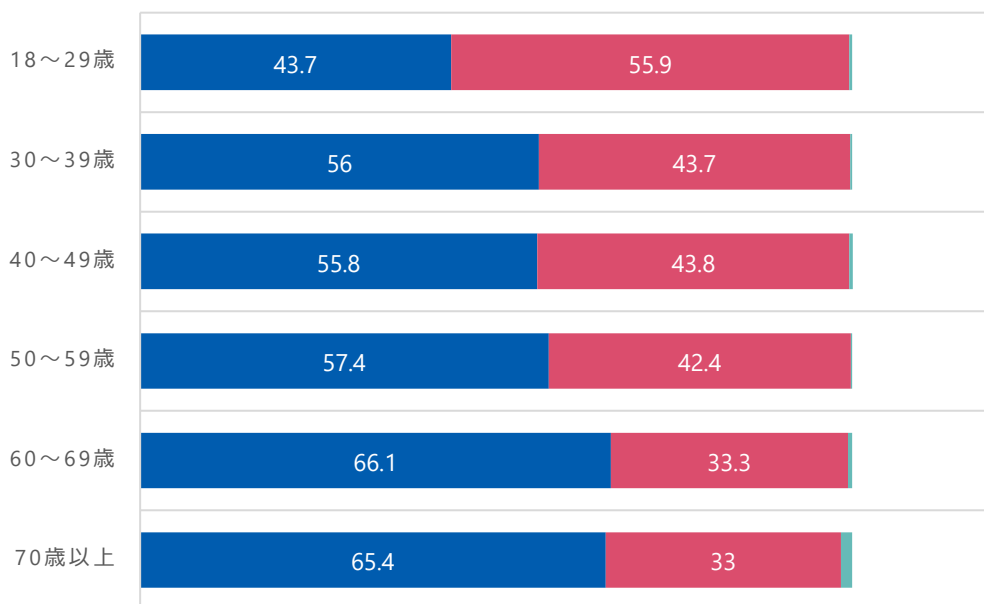


(参考) 令和5年11月 生活設計と年金に関する世論調査(抜粋) 障害年金・遺族年金があることの認識(問12・問14)

公的年金の基本的仕組みである、障害年金や遺族年金の仕組みについて、18～29歳の方のうち半数以上の方が認識していない。また、障害年金については、30～59歳の方の4割以上の方が仕組みについて認識しておらず、公的年金制度の基本的役割の認知率が低い状況にある。

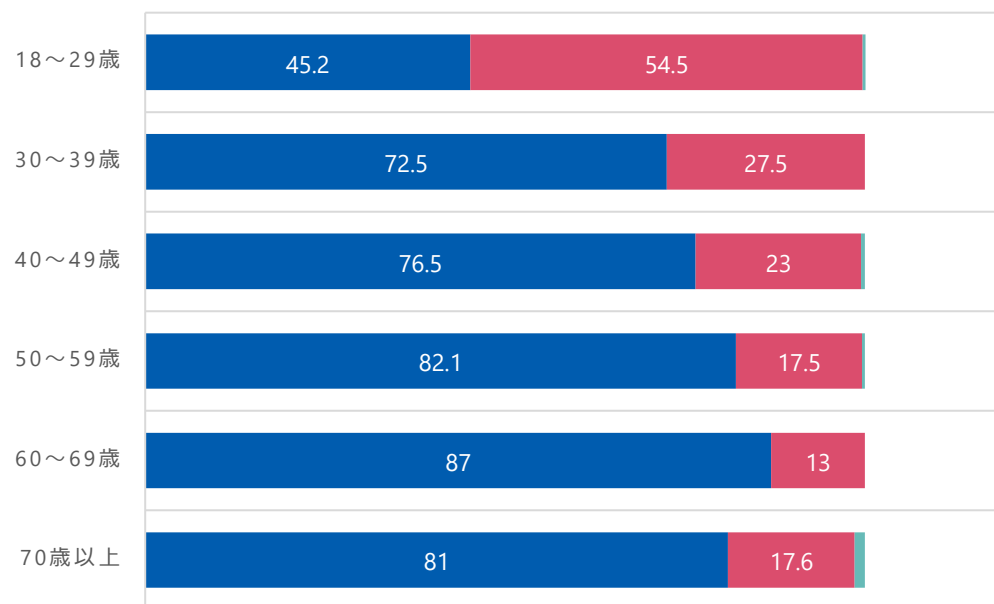
■ 障害年金の仕組みがあることの認識(問12)

■ 1. 知っている ■ 2. 知らない ■ 無回答



■ 遺族年金の仕組みがあることの認識(問14)

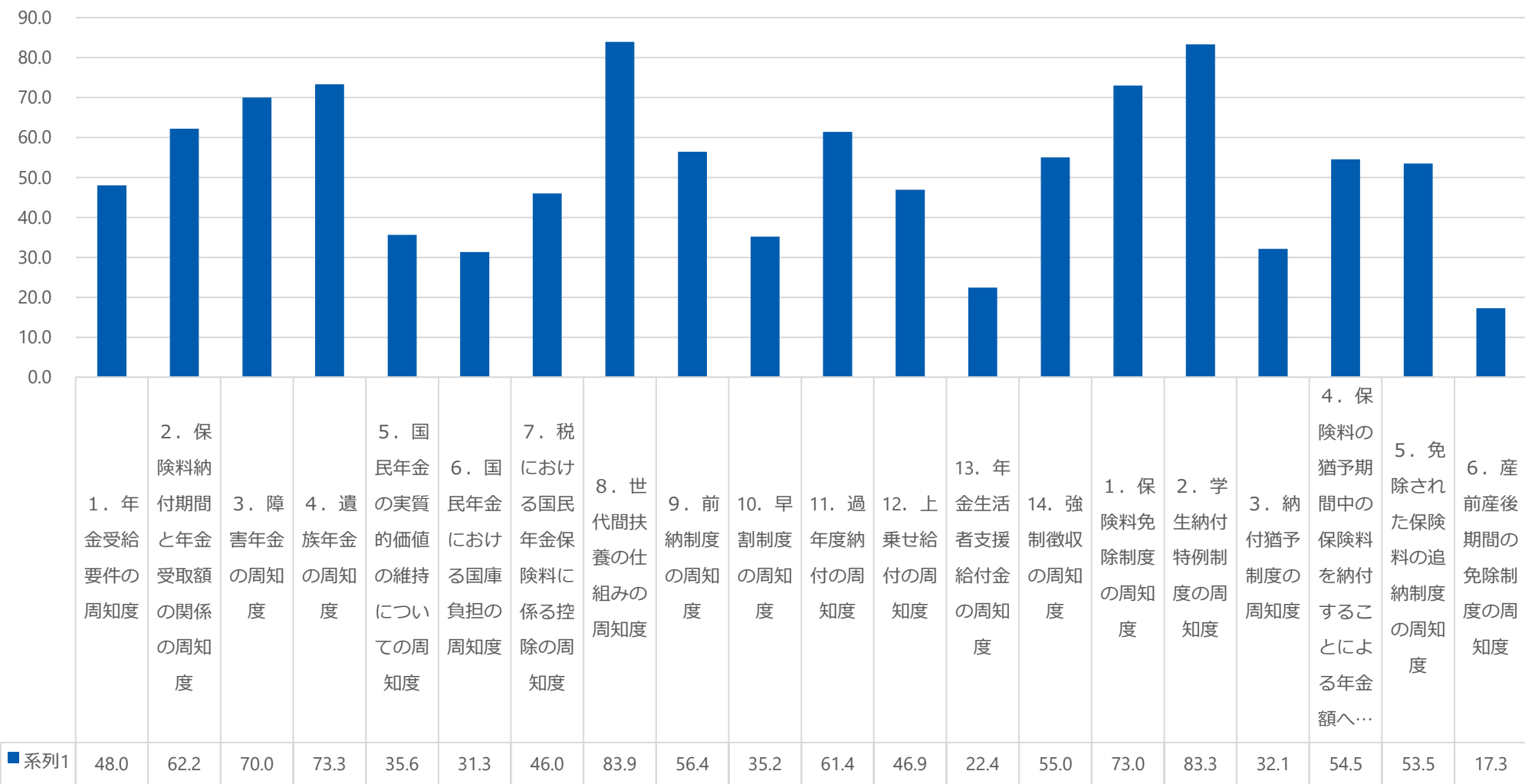
■ 1. 知っている ■ 2. 知らない ■ 無回答



(参考) 令和5年国民年金被保険者実態調査結果の概要

第10章 国民年金制度の周知度及び第11章 免除・猶予制度の周知度（抜粋）

○国民年金の被保険者を対象とした国民年金制度の仕組みの周知度についてみると、世代間扶養の仕組みや国民年金の免除や学生納付特例制度の認知率が高い一方で、国民年金制度の基本的な仕組みである「国民年金の実質的価値の維持」や「国民年金における国庫負担」の周知度が低い状況にある。

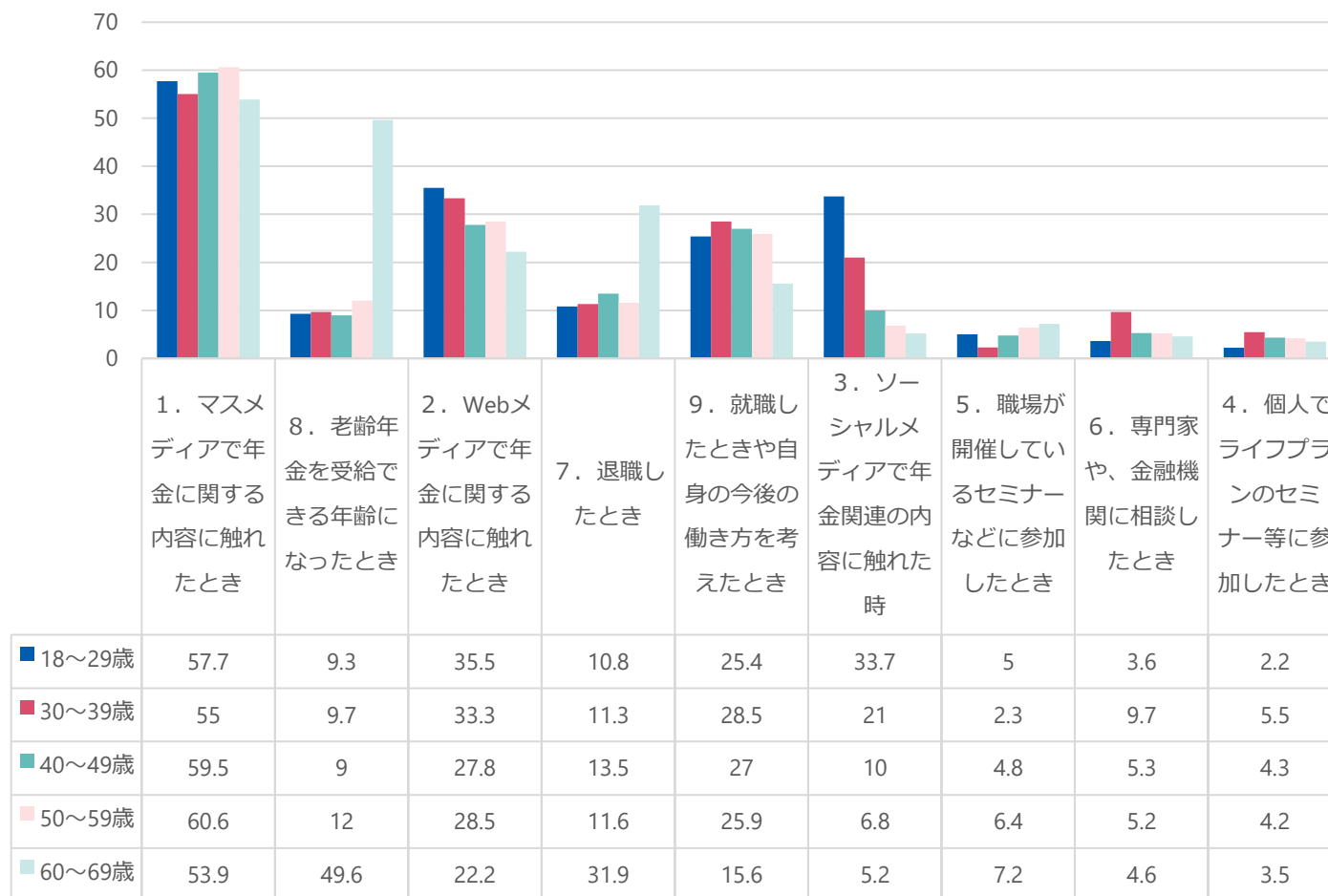


（参考）令和5年11月 生活設計と年金に関する世論調査（抜粋） 年金額について考えたとき、または今後考えたいとき（問7）

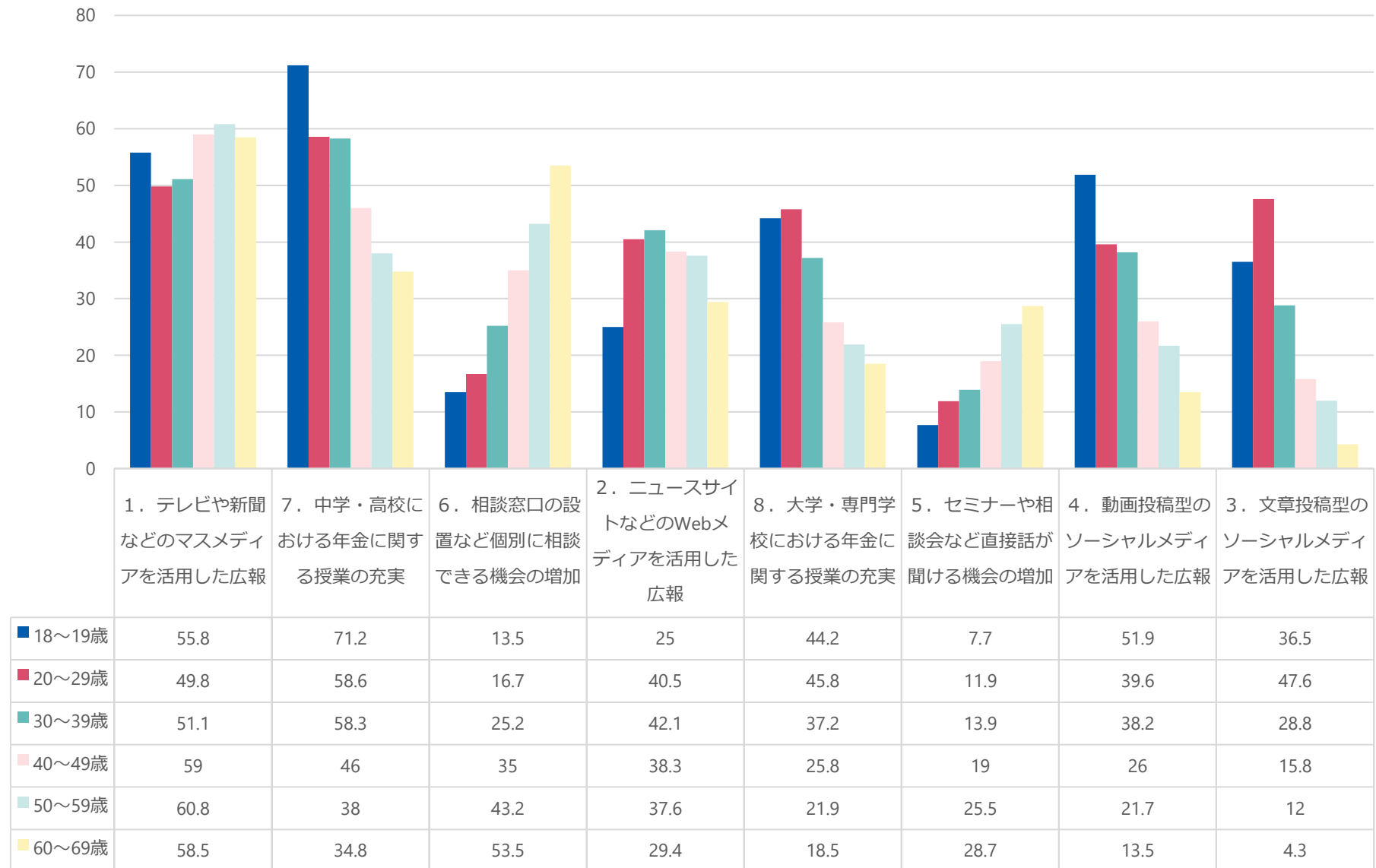
○全年齢層で「マスメディアで年金に関する内容に触れたとき」に年金額について考える契機となる。

○現役世代においては、「就職したときや、今後の働き方を考えるとき」や「Webメディアで年金に関する内容に触れたとき」に年金額について考える契機となる。

○特に18～29歳台の若年層ではソーシャルメディアで年金の内容に触れたときに年金額について考える契機となる。



（参考）令和5年11月 生活設計と年金に関する世論調査（抜粋） 公的年金制度の理解を広げるための方策（問10）



令和7年度の年金広報、年金教育の取組のイメージ（案）

小学生以下

高校生

大学生・院生

社会人

生涯を通じた年金教育

■ 若年者向け参加型教育

こども霞が関
見学デー

学生年金対話集会

ユース年金学会

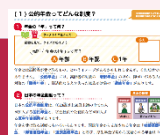


※ 日本年金機構で高校生や大学生向けの年金セミナーなどを実施

■ 教育資料の開発と活用

学研まんが
年金のひみつ
普及・推進

中高生向け教育教材普及・推進



YouTube動画を活用した年金教育

年金の見える化



公的年金シミュレーター（令和7年3月末時点の試算数761万回超）

次期公的年金シミュレーターの開発（iDeCo、障害年金）

年金額分布推計に基づく多様なライフコースに応じた年金額の公表

年金制度に関する広報

年金制度に関する分かりやすい動画、広報資料の制作



年金財政動画



適用拡大動画

被用者保険の適用拡大の周知広報（適用拡大特設サイト）

令和7年度の年金広報検討会の議論の進め方のイメージ(案)

令和7年度

令和7年
4月23日

第20回 年金広報検討会

議題: 年金広報の取組と今後の進め方について①
令和7年度の年金広報の取組について
次期公的年金シミュレーターの設計・開発について①

夏頃

第21回 年金広報検討会

議題: 年金広報の今後の進め方について②
次期公的年金シミュレーターの設計・開発について②
年金教育について①

冬頃

第22回 年金広報検討会

議題: 次期公的年金シミュレーターの普及促進について
年金教育について②

本日も議論いただきたい事項

生涯を通じた年金教育

- 令和5年の「生活設計と年金に関する世論調査」の結果等を踏まえ、どのような内容の年金教育を実施することが望ましいか。
- 年金教育の普及促進について、どのような手法(対象校、担い手)により行うべきか。

年金の見える化

- 公的年金シミュレーターの更なる普及促進のため、どのような取組を行うべきか。
- 年金額分布推計に基づく多様なライフコースに応じた年金額をどのように周知すべきか。

年金制度に関する広報

- 多様な年代のニーズを踏まえ、SNS等の広報コンテンツの多様化をどのように進めるべきか。
- 健康寿命の伸長や働き方の多様化を踏まえ、年金制度をどのように分かりやすく広報すべきか。