

# 定年前後の Q&A

2023 年 9 月  
社会保険労務士  
大岡 孝之

## ＜老齢年金の手続き、給料との関係＞

- 「年金を受け取るための手続きはどうしたらいい？」
- 「年金を早く手続きすると減らされると知り合いが言っていたけど、ホント？」
- 「給料をもらっていると年金は減らされるの？」
- 「もらえる年金を増やす方法はある？」

## ＜雇用保険の手続き、年金との関係＞

- 「退職したらハローワークでの手続きはどうしたらいいの？」
- 「失業手当を受け取ると年金はストップされるの？」

## ＜健康保険の選択、手続き＞

- 「退職したら健康保険の手続きはどうしたらいいの？」
- 「再就職の場合は、会社で社会保険に入ったほうがいい？」

## ＜税金について＞

- 「退職したら確定申告しないといけない？」
- 「退職後の住民税が高いつてホント？」

# 《公的保険、退職前後でどう変わるか？》

## ▼ 退職後は全て自分で手続きが必要に

- 年 金 : 受給開始年齢で受給のための請求手続きを
- 健康保険 : 会社の健康保険は抜けて、自分で選択して加入の手続きを
- 雇用保険 : 基本手当を受給するためにハローワークで手続きを
- 税 金 : 自分で確定申告が必要に

## ▼ 保険料・税金の支払い方

→ 在職中 = 給与からの天引き

厚生年金(給与から約 9%) 健康保険(給与から約 5%)

雇用保険(給与から約 0.3%) 所得税、住民税など

→ 退職後 = 年金からの天引き

国保保険料、介護保険料、所得税、住民税などは老齢年金からの天引き

## ▼ 定年退職後の働き方で、公的保険はこう変わる

	完全に退職	パートで 再就職・再雇用	正社員並みで 再就職・再雇用
労災保険	なし	適用あり	適用あり
雇用保険	なし 基本手当受給	適用あり (週 20h 未満=なし)	適用あり
厚生年金	なし * 65 歳までは 国民年金任意加入あり	なし * 65 歳までは 国民年金任意加入あり	再加入(70 歳まで)
健康保険	なし→国保へ * 任意継続や扶養あり	なし→国保へ * 任意継続や扶養あり	再加入(75 歳まで)

### \*「社会保険(厚生年金+健康保険)の適用拡大」

- ・ 今までは、“週 30 時間以上の労働で社会保険に加入”
  - すでに、常時 101 人以上の企業では週 20 時間以上の労働で社会保険適用
  - 2024 年 10 月から 51 人以上、と適用範囲を拡大する予定
  - さらに、働き方にとられない社会保険のあり方の模索も
- ・ 働き続ける上で、社会保険に加入するかしないかのメリット・デメリットをしっかりとつかんでおくことが重要。
  - 保険料負担はどちらが有利か？ 扶養家族の有無
  - 厚生年金の受給額はどの程度増やせるか？
  - 傷病手当金の有無、など

# 《年金》

- (1) 年金を受給するための手続きの方法
- (2) 加給年金・振替加算について
- (3) 繰り上げ・繰り下げについて
- (4) 在職中の給与との調整について
- (5) 雇用保険との関係について
- (6) 困ったときの相談先
- (7) おまけ…他に知っておきたい 年金の豆知識

## (1)年金を受給するための手続きの方法

### ① 公的年金のしくみ「2階建て」

\*共済年金は 27 年 10 月に厚生年金に「一元化」

厚生年金（共済年金）			
国 民 年 金			
第 1 号被保険者	第 2 号被保険者		第 3 号被保険者
自営業者 など	会社員 など	公務員 など	会社員・公務員 の扶養の配偶者

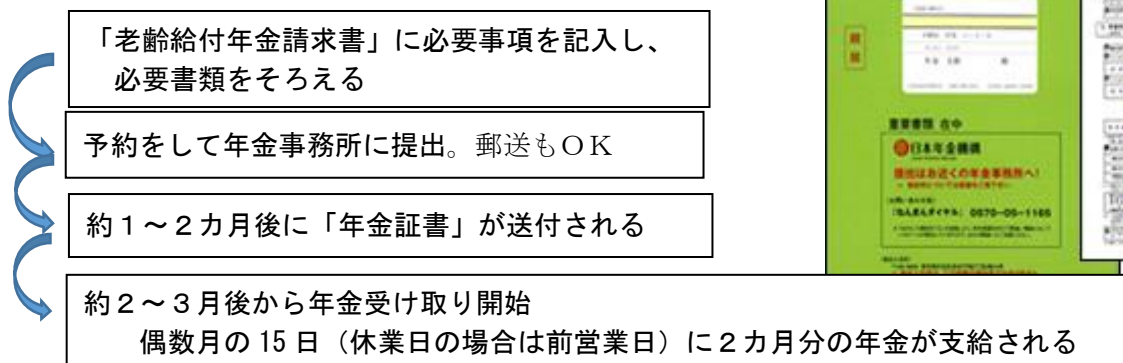
### ② 60 歳～65 歳までは 特別支給の老齢厚生年金 のみ、 65 歳から 厚生年金＋基礎年金の二階建て で満額受給

生年月日	受けられる年金					
	60 歳	61 歳	62 歳	63 歳	64 歳	65 歳
① 男 昭和 16.4.1 以前	報酬比例部分					老齢厚生年金
女 昭和 21.4.1 以前	定額部分					老齢基礎年金
② 男 昭和 16.4.2～昭和 18.4.1	報酬比例部分					老齢厚生年金
女 昭和 21.4.2～昭和 23.4.1	定額部分					老齢基礎年金
③ 男 昭和 18.4.2～昭和 20.4.1	報酬比例部分					老齢厚生年金
女 昭和 23.4.2～昭和 25.4.1	定額部分					老齢基礎年金
④ 男 昭和 20.4.2～昭和 22.4.1	報酬比例部分					老齢厚生年金
女 昭和 25.4.2～昭和 27.4.1	定額部分					老齢基礎年金
⑤ 男 昭和 22.4.2～昭和 24.4.1	報酬比例部分					老齢厚生年金
女 昭和 27.4.2～昭和 29.4.1	定額部分					老齢基礎年金
⑥ 男 昭和 24.4.2～昭和 28.4.1	報酬比例部分					老齢厚生年金
女 昭和 29.4.2～昭和 33.4.1	報酬比例部分					老齢基礎年金
⑦ 男 昭和 28.4.2～昭和 30.4.1	報酬比例部分					老齢厚生年金
女 昭和 33.4.2～昭和 35.4.1	報酬比例部分					老齢基礎年金
⑧ 男 昭和 30.4.2～昭和 32.4.1	報酬比例部分					老齢厚生年金
女 昭和 35.4.2～昭和 37.4.1	報酬比例部分					老齢基礎年金
⑨ 男 昭和 32.4.2～昭和 34.4.1	報酬比例部分					老齢厚生年金
女 昭和 37.4.2～昭和 39.4.1	報酬比例部分					老齢基礎年金
⑩ 男 昭和 34.4.2～昭和 36.4.1	報酬比例部分					老齢厚生年金
女 昭和 39.4.2～昭和 41.4.1	報酬比例部分					老齢基礎年金
⑪ 男 昭和 36.4.2 以降	報酬比例部分					老齢厚生年金
女 昭和 41.4.2 以降	報酬比例部分					老齢基礎年金

(注)共済年金は女性も男性と同じ支給開始年齢

### ③ 「特別支給の老齢厚生年金」の請求の手続き

- ▼ 年金をもらう年齢の誕生日の約3ヶ月前に、「**老齢給付年金請求書**」が郵送で届く。



**注意！！** → 請求書の提出は「誕生日の前日」以降

#### ▼ 請求に必要な添付書類

- 年金手帳・年金証書（請求者、配偶者のもの）
- 雇用保険被保険者証（コピー）
- 戸籍謄本     住民票（世帯全員・全項記載）     非課税証明書または課税証明書
- 年金振込先の銀行口座の通帳     印鑑（認印で可）     マイナンバーカード、など

- ※ 住民票、所得証明書はマイナンバー登録済み、もしくはマイナンバーを記載することで省略が可能。ただし戸籍は省略できない
- ※ 戸籍、住民票は誕生日の前日以降の日付のものが必要
- ※ 単身者、もしくは厚生年金の加入期間が夫婦ともに20年未満の人は戸籍も不要
- ※ 夫婦で住民票上の住所が別、もしくは年収850万円以上などの場合は必要書類を確認

**注意！！** → 「あとから請求すれば、年金額が増やせるのでは？」  
「早くもらうと65歳からの年金が減ってしまうのでは？」

↓

・65歳前の「特別支給の老齢厚生年金」は「繰り下げ」制度はない、後から請求しても受け取る金額は変わらないので、早めに請求を  
・ただし受給開始年齢前の「繰り上げ」では年金は減額 → (3)へ

#### ▼ 65歳からの年金の請求の手続き

- ・「老齢年金請求書」＝「65歳時請求ハガキ」をポストに投函するだけ。
- 65歳の誕生日に日本年金機構から郵送される。ハガキを出さないと一旦支給が止められるので注意。
- 「繰り下げ」する場合は → 6pへ

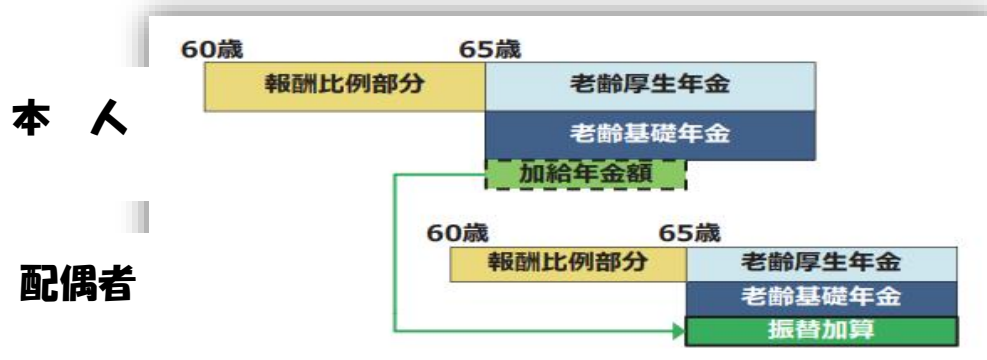
#### ④ 受給開始年齢が 65 歳の場合の手続き

- ▼ 年金をもらう年齢の誕生月の約 3ヶ月前に、「**老齢給付年金請求書**」が郵送で届く
  - ・ 繰り下げせずに普通に 65 歳から受給する場合は請求書を提出する
  - ・ 「繰り下げ」する場合 → 6pへ

## (2) 加給年金と振替加算

### ① 加給年金

- ▼ 加給年金 = **年額約 39 万円**
  - ・ 自分が 65 歳になった時に厚生年金に加算
  - ・ **年下の配偶者が 65 歳になるまで**、もしくは配偶者が厚生年金 20 年以上の時はその年金受給まで
  - ・ 自分が厚生年金に 20 年以上加入していること
  - ・ 「生計維持関係」= 婚姻関係(事実婚を含む)、生計同一、配偶者の年収が 850 万円未満
- ▼ 手続き方法
  - ・ 「特別支給の老齢厚生年金」の請求書の「加給年金額に関する生計維持の申し立てについてご記入ください」のページ(10p)に必要事項を記入。戸籍謄本を添付する。
  - ・ 65 歳時の「請求ハガキ」の配偶者欄に氏名などを記入。



### ② 振替加算

- ▼ 年上の配偶者に加給年金がついていた場合、自分が 65 歳になるとその加給年金がなくなり、自分の老齢基礎年金に**振替加算**が加算される。金額は生年月日によって変わる
  - 昭和 34 年 4 月 2 日～昭和 35 年 4 月 1 日までの生年月日 → 年額で約 2.7 万円
  - 昭和 37 年 4 月 2 日生まれの人から加算なし自分の厚生年金の加入期間が 20 年以上の場合は振替加算はつかない
- ▼ 手続き方法
  - ・ 受給者が「特別支給の老齢厚生年金」の請求書の「振替加算に関する生計維持の申し立てについてご記入ください」のページ(16p)に必要事項を記入。戸籍謄本を添付する。
- ▼ 配偶者が**年下**の場合は、**配偶者が 65 歳になった時点で振替加算**がつく
  - ・ その時点以降で、「国民年金 老齢基礎年金額加算開始事由該当届」を年金事務所に提出。戸籍謄本を添付する。



### (3) 繰り上げ・繰り下げについて

① 「繰り上げ」 = 特別支給の厚生年金や 65 歳からの基礎年金を前もって受給

▼ **1ヶ月あたり0.5%減額**

1年間の繰り上げだと、12ヶ月×0.5%=6%の減額

厚生年金と基礎年金とセット(どちらかだけ繰り上げ、はできない)

例) “61歳から厚年、65歳から基礎” の人が 60歳から繰り上げ

→ 厚年は1年繰り上げで6%減、基礎は5年繰り上げで30%減

**\* 法改正 → 2022年4月から0.5%が0.4%に  
(昭和37年4月2日以降の生まれ対象)**

▼ 繰り上げの請求は 60歳～65歳までの間であれば**月単位でいつでも可能**

▼ 手続きは、年金事務所で「**老齢年金 繰り上げ請求書**」を提出(振り込みは2～3ヶ月後)

▼ 繰り上げのデメリット

→ 障害年金の請求が難しくなる、撤回できないこと、減額は一生変わらない、など

総受給額は大体 75歳～76歳で逆転(37年4月1日以降の生まれだと 79歳～80歳)

▼ **加給年金や振替加算は繰り上げしても65歳からしかもらえない。**

② 「繰り下げ」 = 65歳からの老齢年金を後から受け取ることで増やす

▼ **65歳から受給せずに、66歳以降に繰り下げること1ヶ月あたり0.7%増額**

1年繰り下げで8.4%増額、5年で42%増額、10年で84%増額

厚生(共済)年金と基礎年金、両方でも、どちらかだけの繰り下げでも可能

▼ 65歳からの年金のもらい方の4つの方法

- a) 老齢基礎年金、老齢厚生を 65歳からもらう  
→ 住所・名前だけ書いて投函
- b) 基礎は受給する、厚生は繰り下げする  
→ 「老齢厚生年金のみ繰り下げ希望」欄を  
チェックし投函
- c) 厚生は受給する、基礎は繰り下げする  
→ 「老齢基礎年金のみ繰り下げ希望」欄を  
チェックし投函
- d) 両方ともすぐにもらわず繰り下げする  
→ ハガキを投函しない

・「特別支給の老齢厚生年金」がない＝受給開始年齢が 65 歳の人の場合

- a) 老齢基礎年金、老齢厚生を 65歳からもらう  
→ 老齢年金請求書(A4版)を提出
- b)c) 基礎か厚生かのどちらかをもらって、どちらかを繰り下げする場合  
→ 老齢年金請求書(A4版)を提出する際、「繰り下げ意思確認書」で意思表示
- d) 両方ともすぐにもらわず繰り下げする  
→ 老齢年金請求書(A4版)を出さない

- ▼ 繰り下げた年金を受給したい時が来たら年金事務所で「老齢年金 繰り下げ請求書」を提出  
1ヶ月単位で請求は可能  
「繰り下げ」で受給するのか、65 歳の時からの(通常の金額の)年金をさかのぼってまとめてもらうのかを選択することが可能
- ▼ 70 歳繰り下げ → 82 歳～83 歳くらいで総受給額が逆転  
75 歳繰り下げ → 87 歳～88 歳くらいで        "
- ▼ 配偶者加給年金、振替加算は繰り下げの効果は全くない(ただその間停止されてしまい、増えることもない)ので注意
- ▼ 年金額が増える分、所得税、住民税、介護保険料などが増える可能性もあり

**\* 法改正 → 2022 年 4 月から最大 75 歳まで繰り下げ可能に(84%増)  
(昭和 27 年 4 月 2 日以降の生まれ対象)**

## (4) 在職中の給与との調整について

- ・ 厚生年金に加入しながら(\*)働いていると、老齢厚生年金が減額される場合がある
  - \* **パートなどで厚生年金に加入しない場合や自営業などの場合は、どんなに収入があっても、年金の減額は一切なく満額受給できる**
  - \* **減額される対象は老齢厚生年金のみ(基礎年金、障害、遺族は無関係)**

### ① 年金減額の仕組み

- ・ <老齢厚生年金の月額> と <給与+直前1年分の賞与の 12 分の1> との合計が、48万円を超えると、超えた額の2分の1が老齢厚生年金から減額される

$$\text{減額 (月額)} = \{ (\text{老齢厚生年金の月額}) + (\text{給与 (標準報酬月額)}) + (\text{直前1年分の賞与の1/12}) - \underline{48 \text{万円}} \} \times 1/2$$

### < 具体的な計算事例 >

厚生年金 : 年額 120 万円 = 月額 10 万円  
 給 料 : 36 万円 (標準報酬月額)  
 賞 与 : 前年 2022 年の 7 月に 72 万円、12 月に 120 万円、それ以降支給なし

該当月 (2022 年)	①年金 月額	②総報酬月額相当額 (標準報酬月額+賞与の 1/12)	③支給停止額 (①+②-48万円) ×1/2	④ 老齢厚生年金 支給月額
4～6 月	10 万円	36 万円+(72 万円+120 万円)×1/12=52 万円	7 万円	3 万円
7～11 月	10 万円	36 万円+120 万円×1/12=46 万円	4 万円	6 万円
12 月以降	10 万円	36 万円	0 (停止なし)	10 万円

**\* その月以前 1 年間に支給された賞与の 12 分の 1 とは？**

2022 年												2023 年											
月分	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2
給与																							
賞与				72万円					120万円														

給与欄: 2023年4月～2023年12月まで 36万円  
 賞与欄: 2022年7月 72万円, 2022年12月 120万円  
 直前1年: 2022年7月～2023年6月 (賞与計算対象期間)  
 直前1年: 2022年7月～2023年6月 (給与計算対象期間)

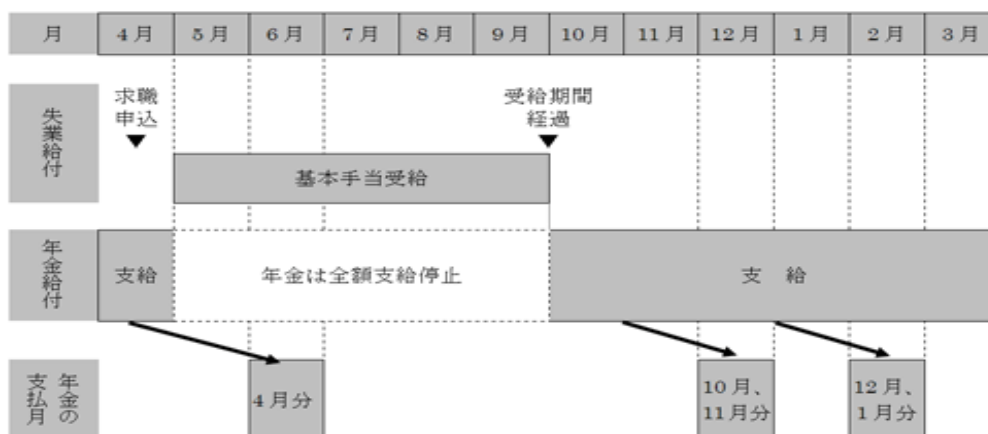
- ▼ 老齢基礎年金、障害年金、遺族年金は年金減額の対象にはならないため関係ない
- ▼ 70歳になると厚生年金は抜けるが、在職支給停止の仕組みは残る
- ▼ 本人の届け出などは一切不要  
会社の届け出た給与・賞与のデータによって年金額は自動計算されるため

**② 年金をもらいながら厚生年金に加入していると年金が増やせる**

- ▼ 厚生年金は年金をもらい始める時にそれまでの加入月数で金額が決定されるが、その後も加入していると以下の時に改定されて改定までの月数で増額される。
  - (a) 退職時に改定（「退職改定」）
  - (b) 65歳時に改定
  - (c) 65歳以上の在職時定時改定（毎年10月に増額改定）
  - (d) 70歳時の喪失改定
- ▼ どの程度増やせるか？ → 給与と加入期間の長さによる

**(5) 雇用保険との関係について**

- ▼ 退職して雇用保険の「基本手当」を受けている間、60歳～65歳までの**特別支給の老齢厚生年金**は、同時に受給できない。65歳からの老齢厚生年金・老齢基礎年金、また、障害年金や遺族年金は支給停止されない。
- ▼ ハローワークで**求職の申し込みをした翌月分**から年金が支給停止され、「基本手当」を受給し**終わった翌月分**から再開される（年金は後払いなので支払い月がずれることに注意！）。





- ▼ 本人からの届け出は不要  
基本手当を受給するまでに「**給付制限期間**」があっても、その間は年金はストップする  
受給期間満了後、もしくは再就職後にその期間分の年金が支払われる(「事後精算」)
- ▼ 65歳からの厚生年金は「基本手当」を受給しても両方とももらえる  
65歳の誕生日の前々日まで離職すれば「**基本手当**」、それ以降だと「**高年齢求職者給付金**」という一時金、いずれも65歳からの年金の停止はなし。

## (6) 困ったときの相談先

### ▼ 年金関係の相談窓口

- |           |   |                     |
|-----------|---|---------------------|
| 厚生年金・国民年金 | ・ | 最寄りの年金事務所、年金相談センター  |
| 共済年金      | ・ | 加入していた共済組合、または年金事務所 |
| 厚生年金基金    | ・ | 加入していた基金、または企業年金連合会 |

- ▼ 電話での年金相談 → 「ねんきんダイヤル」 0570-05-1165  
対面相談の予約 → 「予約受付専用ダイヤル」 0570-05-4890

電話するときは手元に年金手帳や「ねんきん定期便」など 基礎年金番号  
が分かるものを準備してから電話を

### ▼ 厚生年金基金の請求について

- ・ 基金がすでに解散している場合、もしくは加入期間が10年未満の場合は企業年金連合会で記録が管理され、年金もここから支払われる。
- ・ 年金支給開始年齢の1ヶ月前に、「**企業年金連合会老齢年金裁定請求書**」が届く。請求書に住民票、振込先の通帳のコピーなどを同封して返送する(郵送のみ)。

➤ **企業年金連合会** → TEL 0570-02-2666

## (7) おまけ…他に知っておきたい 年金の豆知識

### ① 年金を増やすにはどうしたらいいのか？ 年金の未来

#### ▼ 老齢年金の金額の計算方法

- ・ **老齢厚生年金** → “厚生年金の加入月数” と “報酬の平均額” とのかけあわせ
- ・ **老齢基礎年金** → 20歳から60歳まで全て保険料を払って満額  
 $795,000 \text{円} \times (\text{納付月数} / 480 \text{月}) = \text{年額}$

#### \* 年金を増やす方法

- ・ 繰り下げ制度を活用すること
- ・ 再雇用で厚生年金加入すること
- ・ 高い給料をもらうこと
- ・ 国民年金の保険料をきちんと納付すること、免除制度の活用
- ・ 60歳～65歳の国民年金(+付加年金)の任意加入制度の活用

- \* 国民年金加入月数の上限の 480 月の範囲で任意加入が可能
- \* 付加年金＝月 400 円の上乗せで 2 年で元がとれる

▼ 「マクロ経済スライド」と賃金連動 → 年金は実質減額に

- ・ かつては、年金は物価・賃金連動で実質価値を維持してきた =「物価スライド」
- ・ いまは、物価賃金が上がっても年金を上げない、実質目減りさせるための仕組み
  - ✓ マクロ経済スライド
  - ✓ 物価が上がっても賃金が下がっていれば賃金変動に連動

↓

**厚生は今よりも 5～6%、基礎は今よりも 25～30%実質目減りに！**

- ・ 厚労省で検討されていること
  - 国民年金の加入期間を 60 歳から 65 歳に延長
  - 社会保険のさらなる適用拡大 など

▼ 年金を減らせないためにはどうしたらいいか？

- ・ 「働き方」と「税金の使い方」の根本的な転換が必要
  - 現在の安定した雇用、高賃金こそ、現在と将来の年金額の一番の保障
  - 大企業・高所得者が適正に保険料を負担する事が年金財政の一番の土台
- ・ 税金の使い方を、大企業・アメリカ優先から社会保障・福祉優先に

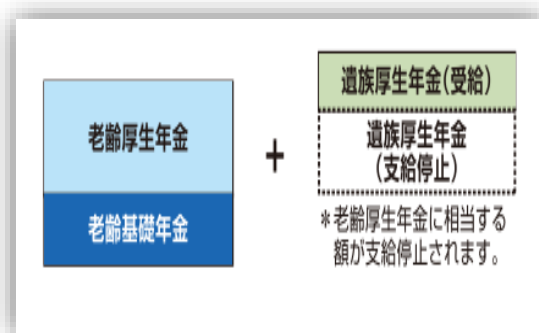
② 遺族年金について(概略)

▼ 遺族が 65 歳前の場合

- \* 妻は遺族厚生年金(=夫の老齢厚生年金×3/4)+寡婦加算(年額約 58 万円)
- \* 遺族が夫の場合は妻死亡時に夫自身が 55 歳以上で受給権が発生(支給は 60 歳から)
- \* 老齢年金と遺族年金、など複数受給権がある時は一つを選択
- \* 未成年の子がいる場合は遺族基礎年金も支給(年額 78 万+子の加算)

▼ 遺族が 65 歳以上の場合

- \* 65 歳を過ぎると寡婦加算がなくなる
- \* 妻の老齢厚生年金があればそれに相当する金額がさしひかれた部分が遺族厚生年金となり、それと妻自身の 65 歳時点の老齢年金(老齢基礎+老齢厚生)との両方を受給



- <例> 夫:基礎 70 万円+厚年 120 万円(①)  
           =合計 190 万円  
 妻:基礎 70 万円+厚年 40 万円(②)  
           =合計 110 万円(③)

→ 夫が亡くなった場合  
 遺族年金:120 万円(①)×3/4= 90 万円   90 万円 - 40 万円(②)= 50 万円  
妻自身の老齢 110 万円(③) + 遺族 50 万円 = 合計 160 万円

→ 妻が亡くなった場合 : 遺族年金がマイナスになるので夫の老齢年金のみに

### ③ 「つみたて NISA」「iDeCo」について 「私的年金」

- ・ 自公政権での「資産所得倍増プラン」の目玉としての「つみたて NISA」「iDeCo」  
「貯蓄から投資へ」  
投資経験者・家計での投資額を倍に、いずれは資産運用収入も倍に  
公的年金だけでは不足する分を私的年金で補う、としている
- ・ 公的年金は受け取れる年金額が定まっている(＝確定給付)が、「NISA」「iDeCo」は個人が拠出した資金の運用の成績次第で将来受け取れる年金額が変わってくる(＝確定拠出)。
- ・ 投資信託で「長期」+「積立」+「分散」の資産運用  
積み立てた掛金が税金の所得控除の対象になるので節税になる、  
通常 20%でかかる投資信託の運用益への税金が非課税になる、など有利な側面も
- ・ 金融商品なので、もちろん元本割れのリスクも…

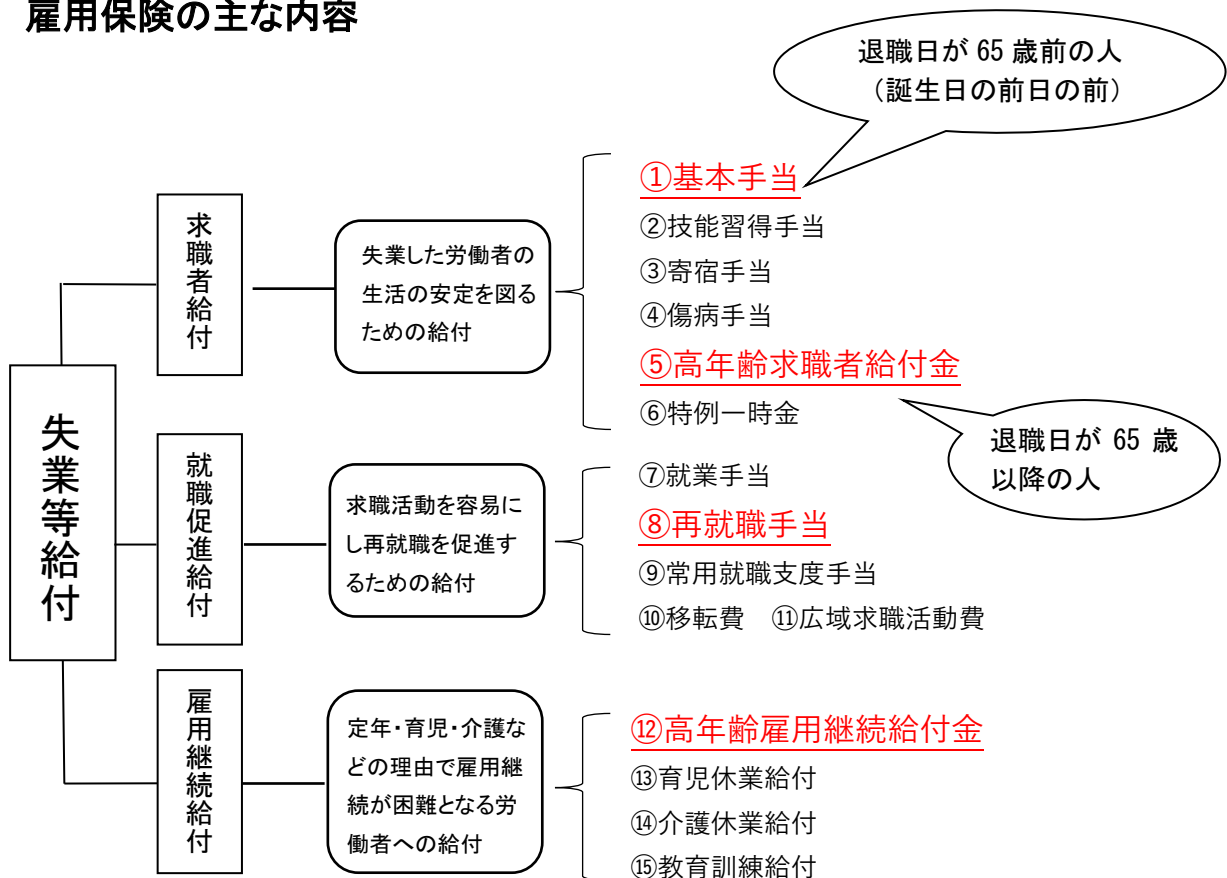
	つみたて NISA 「少額投資非課税制度」	iDeCo 「個人型確定拠出年金」
法改正	2024 年 1 月に新制度に	2024 年以降で法改正予定
購入商品	投資信託	投資信託、定期預金、保険
お金の引出し	いつでも可能	原則60歳までできない
節税効果	年額 120 万円の非課税投資 枠、運用益が非課税に	積立時、運用時、受取時 それぞれに節税効果あり
手数料	なし	加入時、運用時、受取時に 手数料が発生

# 《 雇用保険 》

- (1) 「基本手当」などの受給の手続きについて
- (2) 高年齢雇用継続給付金について
- (3) 困ったときの相談先

## (1) 「基本手当」「高年齢求職者給付金」の受給の手続きについて

### ① 雇用保険の主な内容



### ② 基本手当をもらうための二つの条件

- a) 雇用保険の加入期間
  - 退職日からさかのぼって2年間に「被保険者期間」が12ヶ月以上あること
  - 「被保険者期間」= 賃金を支払われた日が11日以上ある月
  - または労働時間数が80時間以上ある月
  - 倒産や解雇の場合は1年以内に「被保険者期間」が6ヶ月以上
- b) 就職する意思と能力があり積極的に求職活動を行っていること

### ③ 基本手当の金額の計算方法（金額は離職時に60歳～65歳未満）

$$\text{賃金日額} = \left( \frac{\text{直前6ヶ月の給与総額（賞与含まない）}}{\text{円}} \right) \div 180$$

賃金日額	×	給付率	=	基本手当日額
2,746円～5,110円		80%		2,196円～4,087円
5,110円～11,300円		80%～45%		4,088円～5,085円
11,300円～16,210円		45%		5,085円～7,294円
16,210円～		—		7,294円(上限額)

#### ▼ 所定給付日数(基本手当が支給される日数)

##### ・定年・自己都合等の事由による離職者

年齢		被保険者期間		
		10年未満	10年以上 20年未満	20年以上
<b>65歳未満</b>		<b>90日</b>	<b>120日</b>	<b>150日</b>
就職 困難者	45歳未満	300日		
	45歳～65歳未満	360日		

##### ・倒産・解雇等により、離職を余儀なくされた退職者

年齢		被保険者期間				
		1年 未満	1年以上 5年未満	5年以上 10年未満	10年以上 20年未満	20年以上
30歳未満		90日	90日	120日	180日	—
30歳以上35歳未満			120日	180日	210日	240日
35歳以上45歳未満			150日		240日	270日
45歳以上60歳未満			180日	240日	270日	330日
<b>60歳以上65歳未満</b>			150日	180日	210日	240日

#### ▼ 基本手当が受給できるのは原則、「受給期間」(離職した日の翌日から1年)以内のみ。なので、**退職後にすぐに手続きすることが一番のポイント**

##### \* ただし、受給期間の延長も可能

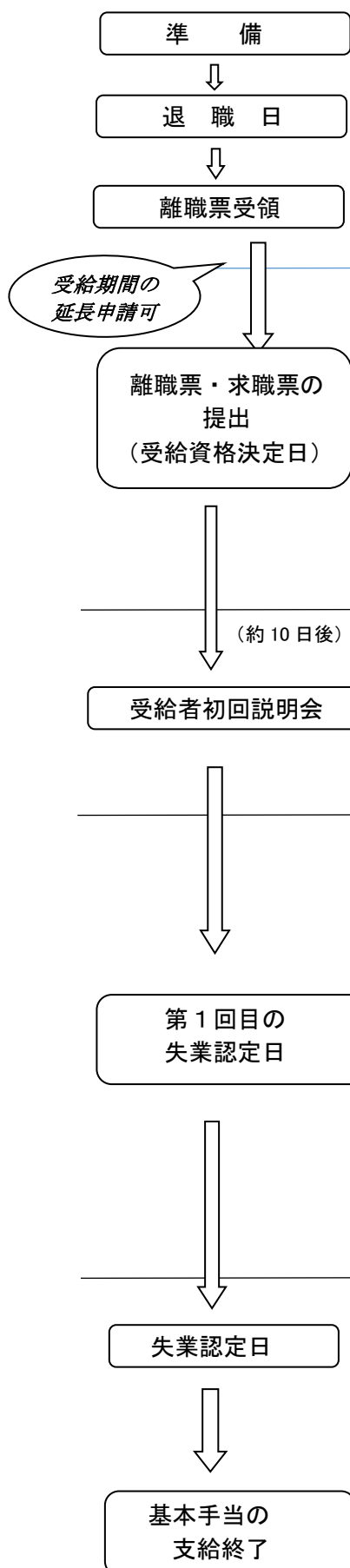
- ① 病気、育児・介護などで引き続き30日以上働くことができない場合
  - ・ その日数の範囲内(最大3年プラス)
  - ・ 延長手続きは、その事情に該当した時に早めに
- ② 定年退職の場合
  - ・ 1年の範囲内でプラス
  - ・ 延長手続きは、離職日の翌日から2ヶ月以内
- ③ 事業(30日以上)を開始した等の場合
  - ・ 事業の実施期間の範囲内(最大3年プラス)
  - ・ 延長手続きは、事業を開始等した日の翌日から2ヶ月以内

#### ▼ 申請に必要な書類

- 離職票 I・II
- 雇用保険被保険者証
- 写真1枚(縦3cm 横2.5cm 上半身)
- 印鑑(認印可)
- 運転免許証
- マイナンバーカードなど



#### ④ 基本手当を受けるための手続き



- 事業所がハローワークに提出する**離職証明書**の内容(離職理由等)を確認し署名・捺印する。
- 退職後 10 日をすぎても離職票を発行してもらえない時には事業所に確認。
- 「離職理由」「賃金支払状況」など記載内容に誤りがないかどうか再度確認する。
- **「離職票」「求職申込書」を住所管轄のハローワークに提出**
- 受給資格の確認を受けると**「受給者初回説明会」**の日時が指定され、「雇用保険受給資格者のしおり」が渡される
  - \* 受給資格決定日から **7 日間**の「**待機期間**」があり、その間は基本手当は支給されない。自己都合退職などはさらに **2 ヶ月間**の**給付制限期間**があります (定年退職の場合は制限なし)。
- 「雇用保険受給資格者証」と「失業認定申告書」が渡され、第1回目の**「失業認定日」**が指定される。
- 以後ハローワークに行く時には必ず「雇用保険受給資格者証」と印鑑を持参する。
- 受給資格決定日から4週間以内に行われる
- 「失業認定申告書」に就職活動の状況などを記載して提出、失業認定を受ける
- 約1週間後に指定金融機関の口座に待期終了の翌日から第1回失業認定日の前日までの基本手当が振り込まれる
  - \* **再就職の意思と能力があり、積極的に求職活動を行っている (求人への応募、窓口での職業相談、セミナー参加、企業説明会への参加、など原則2回以上) と認められないと、基本手当は受け取れません。**
- 再就職をしなければ、4週間に1回、ハローワークに「失業認定申告書」を提出し失業認定を受ければ、28 日分の基本手当が振り込まれる
- 「失業認定日」は第1回失業認定日と同じ曜日
- **所定給付日数の受給、もしくは再就職した時点で支給が終了**

## ⑤ 再就職手当について

- ・ 早期に再就職できた場合に残日数に応じて受給できる手当  
1年をこえて勤務することが確実であること  
\* 自営で事業を開始した場合なども含まれる  
再就職した日の翌日から1ヶ月以内に手続きが必要
- ・ 所定給付日数の3分の2以上残した → 残日数の 70%の額  
3分の1以上残した → 残日数の 60%の額

例) 基本手当日額 5,000 円、所定給付日数 150 日の人が  
残日数 120 日で再就職 → 120 日 × 0.7 × 5,000 円 = 42 万円  
残日数 60 日で再就職 → 60 日 × 0.6 × 5,000 円 = 18 万円

## ⑥ 高年齢求職者給付金について

- ・ 65 歳(誕生日の前日)過ぎて退職した場合や、その後に再就職して再び離職した時に受け取れる一時金。離職直前1年の間に6ヶ月以上の雇用保険の「被保険者期間」が必要。  
離職以前の被保険者期間が1年未満 → 基本手当日額の 30 日分  
1年以上 → 基本手当日額の 50 日分

- ・ 手続きは、基本手当受給のための最初の手続きと基本的に同様。  
求職の申し込みをハローワークで行う。その後、待機期間(7日間)や、離職事由による給付制限期間(2ヶ月)あり。指定された失業認定日にハローワークに行き、その場で失業認定を受けて受給する。

受給期間=1年間も同様なので、失業認定日からの残日数が50日(30日)未満だと受け取れない日数が発生する可能性があるため、手続きは早めにおこなうことが必要。

- \* 失業認定日前に再就職が決まった場合は、再就職前にハローワークで申請すればその日が失業認定日と変更されて給付金が支給。もし再就職後に申請すると支給されない。

## (2) 高年齢雇用継続給付金について

### ① 高年齢雇用継続給付の概要

- ▼ 雇用保険の被保険者であった期間が5年以上の人、60歳以上で再雇用や労働条件の変更などで、60歳時点の賃金に比較して、75%未満に給与が下がった時に、雇用保険から支給される給付金
- ▼ 手続きは原則事業主が行う 指定口座に2ヶ月毎に振り込まれる
- ▼ 60歳到達月から65歳到達月までの間で受給できる

### ② 高年齢雇用継続給付の支給額

$$\text{新賃金} \times \text{低下率に応じた支給率} = \text{給付金支給額}$$

### 早見表を参照

### 新賃金が61%未満で、その15%が給付金として支給される

\*ただし、新賃金が360,584円を超える場合は支給なし

新賃金と継続給付の合計が360,584円を上回るときは360,584円から新賃金をさし引いた金額が継続給付となります。

## ③ 雇用継続給付を受けると老齢厚生年金の方が一部減額される

$$\text{標準報酬月額} \times \text{年金停止率} = \text{年金調整額}$$



雇用継続給付の支給率の4割

### ◆ 雇用継続給付支給率および年金停止率の早見表

賃金割合	61%未満	62.5%	65.0%	67.5%	70.0%	72.5%	75%以上
雇用支給率	15.0%	13.1%	10.1%	7.3%	4.7%	2.3%	0.0%
年金停止率	6.0%	5.2%	4.0%	2.9%	1.9%	0.9%	0.0%

<事例1> 60歳時の賃金:400,000円 → 新賃金:240,000円

低下率:60% ⇒ 雇用支給率:15.0% 年金停止率:6%

高年齢雇用継続給付: 240,000円 × 0.15 = 36,000円

年金支給停止額: 240,000円 × 0.06 = 14,400円

例えば、年金が月額6万円とすると -14,400円 = 45,600円

⇒ 賃金 + 雇用継続給付 + 年金 = 321,600円

<事例2> 60歳時の賃金:400,000円 → 新賃金:260,000円

低下率:65% ⇒ 雇用支給率:10.1% 年金停止率:4%

高年齢雇用継続給付: 260,000円 × 0.101 = 26,260円

年金支給停止額: 260,000円 × 0.04 = 10,400円

年金が月額6万円とすると -10,400円 = 49,600円

⇒ 賃金 + 雇用継続給付 + 年金 = 346,260円

## (3) 困ったときの相談先

- ・ 求職の申し込みなどの手続き → 住所地の管轄のハローワーク

自分の住所がどこの管轄になるのか調べるには、

「ハローワーク 住所管轄 ○○区(○○市)」などと検索するとヒットする

- ・ ただし、職業相談や求職情報の検索、求人への申し込みなどは管轄にかかわらず可能

# 《健康保険》

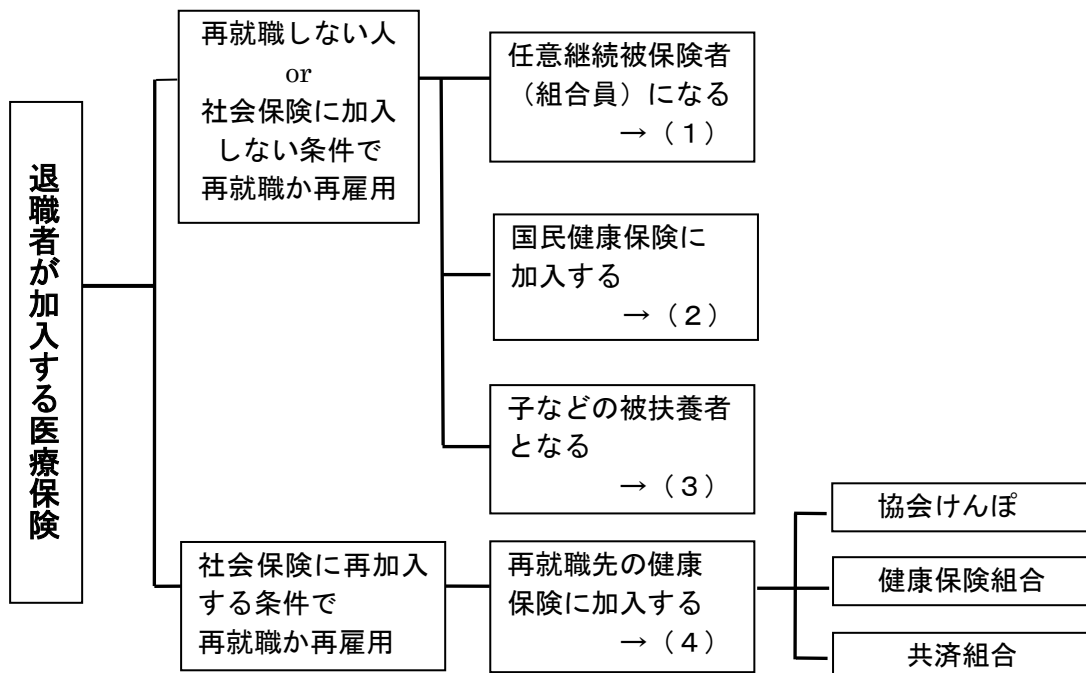
## ▼ 「健康保険」のおおもとの仕組み

- ・ 日本は「国民皆保険」
- ・ 健康保険制度は大きく分けて3つある
  - ① 会社(公務員)の健康保険(協会けんぽ・健保組合・共済組合)
  - ② 国民健康保険 (いわゆる「国保」)
  - ③ 後期高齢者医療保険

→ 給付の内容は基本的に変わらないが、保険料などは全然違う金額になる
- ・ 会社の健康保険は手続きも保険料納付も会社がやるが、国保や後期高齢者医療保険は加入などの手続き、保険料の納付は区・市役所にたいして自分で行う(保険料は年金から天引き)

- ・ 会社の健康保険は 加入の要件があること  
「扶養」があること  
厚生年金とセットであること } → 働き方を考える際に  
大事なポイント

- \* 加入の要件 → 正社員と比較しての労働日労働時間の長さが要件  
「4分の3要件」と「2分の1要件」  
2022年10月から101人以上の事業所、2024年10月から50人以上の事業所、と順次範囲を拡大する予定
- \* 「扶養」 → 配偶者や家族の保険料負担がゼロに
- \* 厚生年金 → 加入で年金を増やせる



## (1) 任意継続被保険者になる

- ▼ 退職後もそれまで加入していた健康保険(協会けんぽ、健保組合)に、**2年間の期限付き**で引き続き個人で加入する仕組み。
- ▼ 保険料の決め方。事業主負担がなくなるので、**全額自己負担(退職時の標準報酬月額をもとに計算)**となる。ただし上限がさだめられている(東京の「協会けんぽ」で 65 歳未満で月額 35,460 円)。それまでの所得によっては、国民健康保険に加入するより安い保険料で済む場合もあるが、原則、2年間は途中で脱退ができない点に注意。
- ▼ 手続きは、それまで加入していた協会けんぽや健保組合に自分で申し出る。**退職日の翌日から 20 日以内**に手続きを。
- ▼ 今まで家族を扶養にしていた場合、**引き続き扶養に入れられれば**保険料はその分安くなる。ただし、健康保険組合によっては任意継続被保険者になった場合の被扶養者認定の要件を厳しくしているところもあるので、ひきつづき扶養と認められるかどうか事前に確認が必要。

### \* 任意継続の手続きのポイント

いつまで?	退職の翌日から 20 日以内
どこで?	協会けんぽの都道府県支部、または加入していた健康保険組合
必要な書類は?	「健康保険任意継続被保険者 資格取得申出書」、被扶養者がいる場合は「健康保険被扶養者届」(住民票、課税証明など)

## (2) 国民健康保険に切り替える

- ▼ 国民健康保険の手続きは市区町村の国民健康保険の窓口で行う。会社の健康保険から抜けた証明書(事業所が発行する**資格喪失証書**または**離職票**等)が必要。
- ▼ 保険料は住民票の世帯単位の収入で計算される。  
任意継続との保険料の比較をしたい時には必ず市区町村で試算してもらう。  
あらかじめ保険料を見積もる際は配偶者等家族の状況も考慮することが必要。健康保険との一番の違いは「**被扶養者**」の**概念がない**こと、いままで扶養にしていた家族も全て保険料を払う被保険者になる。
- ▼ 保険料の決め方  
「医療保険分」+「介護保険分」+「支援分」の合計額  
それぞれ「所得割額」と「均等割額」からなる  
「所得割額」は前年度所得に保険料率をかけて算出する  
よって、退職直後は保険料は高くなり、その翌年は安くなる(給与収入が減るので)
- ▼ さらに国保の「広域化」のもと、公費繰入をむりやり削減する政策がとられているために**国保の保険料が連続値上げされていること**も比較のポイント。
- ▼ 解雇や病気で退職の場合には保険料の軽減措置を受けられる可能性がある。



＊ 国民健康保険加入手続きのポイント

いつまで？	退職の翌日から 14 日以内
どこで？	住所地の市区町村の役所
必要な書類は？	各市区町村で定められている届出書 健康保険資格喪失証明書 印かん、マイナンバーカード

### (3) 配偶者や子などの被扶養者になる

▼ 配偶者や子などの3親等以内の親族の扶養家族になる場合。「主として健康保険の被保険者によって生計を維持されている」、「同一の世帯に属している」等の条件がある。

- ・ 年収が 180 万円未満(60 歳未満は 130 万円未満)、かつ、健康保険被保険者の年収の2分の1未満であること。この場合の年収とは、被扶養者に該当する時点及び認定された日以降の年間の見込み収入額のこと
  - ・ 基本的には、給与収入、事業収入、株式配当、遺族・障害年金、失業手当、傷病手当金など恒常的な収入すべてが対象となる点に注意。
- ・ 別居の場合は、被保険者からの仕送り額が年収を上回っていることが条件
- ・ 退職後、雇用保険を受給していないこと。ただし、基本手当日額が 5000 円未満(60 歳未満は 3611 円未満)の受給の場合を除く。
- ・ 健康保険組合によっては被扶養者認定の取扱いが異なる場合があり、確認が必要

### (4) 再就職先の健康保険に加入する

- ▼ 健康保険に加入することのメリット
  - ・ 国保加入よりも保険料が安くなる可能性が高い(会社負担の存在)
  - ・ 健康保険の傷病手当金を使うことができること
    - 傷病手当金の支給期間が通算化されたこと (2022 年 1 月～)
  - ・ 厚生年金にも入ることで年金の受給額を増やすことができる
- ▼ 健康保険に加入することのデメリット
  - ・ 家族の扶養に入ることと比較すると保険料負担が生じる
  - ・ 厚生年金の保険料負担が生じる
  - ・ 給与が高いと年金が支給停止されることがある

### ▼ 困ったときの相談先

- ・ 任意継続被保険者になるかどうかの相談・手続きは現在の職場を通じて、現在の協会けんぽや健康保険組合に
- ・ 国民健康保険や後期高齢者医療保険制度についてはお住まいの市町村の担当課に
- ・ 家族の扶養に入れるかどうかは家族の会社の協会けんぽや健康保険組合などに確認を

# 《税金、確定申告について》

- (1) 年金には税金がかかりますか？
- (2) 退職後は確定申告が必要ですか？
- (3) 退職金にかかる税金の計算方法は？
- (4) 退職後の住民税の支払いはどうなりますか？

## (1) 年金には税金がかかりますか？

- ▼ 老齢年金は雑所得として所得税がかかります(障害年金、遺族年金は非課税)。  
2, 4, 6, 8, 10, 12月の年金支払月ごとに所得税が源泉徴収されます。
- ▼ 65歳未満で年額108万円未満、65歳上では年額158万円未満だと非課税。

### 年金にかかる所得税の計算方法

(年金支給額－社会保険料－公的年金等控除(★)－各種所得控除) × 税率 5.105%

★公的年金等控除額は65歳未満は60万円、65歳以上は110万円  
基礎控除が48万円 配偶者控除が38万円(70歳以上は48万円)など

### ▼ 「扶養親族等申告書」について

- ・ 9月下旬～10月上旬に日本年金機構から郵送(課税対象となる年金受給者に限る)
- ・ ①控除対象となる配偶者や親族がいる場合、②本人が障害者や寡婦(寡夫)に該当する場合は、申告書を提出することではじめて配偶者控除(39万円や48万)や障害者控除(27万や42万)、寡婦控除(27万)が引かれて税金が計算されるので、該当する人は必ず返送をして下さい(ただし返送をしなくても確定申告すれば払い過ぎた税金は還付されます)。

配偶者がいない方、障害者ではない方などは申告書の提出は不要です。

## (2) 退職後は確定申告が必要ですか？

### ▼ そもそも確定申告とは → 原則は「申告納税制度」

- ・ その年の所得にかかる税金を計算、申告し、納税するもの。翌年3月中旬が期限。
- ・ 会社員の場合は、毎月の給与から概算の税金を天引きしているので、「年末調整」で11月から12月にかけて生命保険料や社会保険料控除などを反映させて正しい所得税額を計算して12月の給与支払いで過不足を調整する。そのため会社員は確定申告が基本的に不要。
- ・ 退職後は原則、確定申告が必要となる。

### ▼ 確定申告が必要な年金受給者

- ・ 400万円以上の年金収入がある人
- ・ 年金の他に会社から年額で75万円以上の給与など20万円超の所得がある人
  - \* 会社で年末調整を受ける場合もそれと別に年金での確定申告は必要

- ▼ 義務はなくても、払い過ぎた税金が還付される人は積極的に確定申告しましょう
  - ・ 「扶養控除申告書」の未提出で年金からの源泉徴収の所得税を払いすぎている人
  - ・ 源泉徴収で控除を受けなかった**生命保険料控除**や**社会保険料控除**を受ける人
  - ・ 多額の医療費を支払った人は**医療費控除**を活用できます
  - ・ 年末調整を受けずに退職をして、そのまま再就職しない人、など
- ▼ 源泉徴収票や各種控除証明書は忘れずに用意を
  - ・ 年金を受給している人には、**毎年1月下旬**に年金支払機関から年金の**源泉徴収票**が送付される。確定申告で必要になるので必ず大切に保管を。
  - ・ 社会保険料控除では、国民年金保険料の控除証明書は必要。国保、介護保険料は不要。

### (3) 退職金にかかる税金の計算方法は？

- ▼ 退職金は「分離課税」として給与などと区別して**所得税・住民税**が課税される

#### ▽ **退職所得金額**を求める

$$\text{退職所得金額} = (\text{退職金収入} - \text{退職所得控除額}) \times 1/2$$

退職所得控除額の計算の表

勤続年数 (=A)	退職所得控除額
20年以下	40万円×A (80万円に満たない場合には、80万円)
20年超	800万円+70万円×(A-20年)

(注) 障害者になったことが直接の原因で退職した場合の退職所得控除額は、上記の方法により計算した額に、100万円を加えた金額となります。

#### ▽ 所得税額は速算表にあてはめて計算する

所得税の速算表

課税される所得金額	税率	控除額
195万円以下	5%	0円
195万円を超え 330万円以下	10%	9万7500円
330万円を超え 695万円以下	20%	42万7500円
695万円を超え 900万円以下	23%	63万6000円
900万円を超え 1800万円以下	33%	153万6000円
1800万円超	40%	279万6000円

(注) 例えば「課税される所得金額」が700万円の場合には、求める税率は次のようになります。  
700万円×0.23-63万6000円=97万4000円

#### ▽ 住民税は退職所得金額に一律10%をかけて算出する。

- ▼ **「退職所得の受給に関する申告書」**を提出すれば、退職金が支払われる時に以上の計算式で計算された所得税と住民税が源泉徴収されます。提出しないと退職金の20%の所得税が源泉徴収されます。

#### < 計算例 >

“勤続30年 退職金2,000万円”とすると…

- ▽ 退職所得金額は  $[2,000万 - \{800万 + 70万 \times (30年 - 20年)\}] \times 1/2 = 250万円$
- ▽ 所得税は  $250万円 \times 10\% - 97,500円 = 152,500円$
- ▽ 住民税は  $250万円 \times 10\% = 25万円$

## (4) 退職後の住民税の支払いはどうなりますか？

- ・ 住民税の決まり方  
“6月から翌年5月”までが1サイクル。その前年の所得で計算する。  
→ 例) R5年6月～R6年5月までの住民税がR4年1月～12月の所得で決定
- ・ **退職時と退職後の住民税は要注意**  
3月末退職の場合はその年の5月分までの住民税が最後の給料からまとめて天引き  
\* 1～5月までの退職 → 5月分までの住民税が天引き  
\* 6月～12月の退職 → 退職月までの保険料の天引き(普通徴収)  
翌年5月分までを一括して天引き(特別徴収)

**退職後の住民税は前年度＝退職前の給与所得を元に計算されるのでかなり高額に！**

例) R6年3月末退職

→ 退職時に5月分までの住民税が天引き

R4年の所得を基に計算した住民税

R6年6月～R7年5月までの住民税はR5年1月～12月の所得を基に計算した住民税なので高額に

R7年6月以降にはじめて退職後の所得が反映される

## 《 今までの話のまとめ 》

### ▼ 年金の手続きで大事なことは？

- \* 何歳からもらえるのか、金額はどれくらいか事前に「ねんきん定期便」などで確認を。  
年金事務所であれば繰り上げや繰り下げ、働き方など詳細な相談が可能。
- \* 特別支給老齢厚生年金の請求書は誕生月の3ヶ月前に郵送で届く。誕生日以降で最寄りの年金事務所などに提出を。65歳時は請求ハガキをポストに投函するだけ。  
繰り下げの時はもらい始める時に「繰り下げ請求書」の提出が必要。
- \* 退職や再雇用で厚生年金・健康保険の資格喪失すると、扶養家族の保険料が増える可能性があるので注意を。
- \* 厚生年金は70歳まで加入可能。その分年金を増やすことが可能。

### ▼ 雇用保険の手続きで大事なことは？

- \* 基本手当を受給できるのは原則、退職後の一年間だけなので、はやめに求職の申し込みを。  
受給期間の延長をする時は手続きが必要。
- \* 基本手当を受給するための求職の申し込みをすると、2ヶ月間の給付制限期間を含めて老齢厚生年金が停止になることに注意を。
- \* 65歳後に退職した場合は高年齢求職者給付金(一時金)が何度でももらえるので条件があれば積極的に活用を。

## ▼ 健康保険の手続きで大事なことは？

- \* 資格喪失の手続きは会社がやるが、その後の加入の手続きは本人がやる。健康保険の切れ目ができないように注意を。
- \* 会社の健康保険をぬけて国保になると、それまで扶養に入っていた家族の保険料が新しくかかってくるようになるので注意を。必要であれば市役所で国保の保険料の見込額を出してもらって比較検討を。
- \* 任意継続の場合でも家族を扶養にひきつづき入れるためには条件や提出書類を事前に確認を。家族の扶養に入る場合も条件や必要書類などを事前に確認を。

## ▼ 今後の手続き準備 チェック項目

		年金	雇用保険	健康保険
用意する書類	自分で準備	<ul style="list-style-type: none"> <li>○年金手帳</li> <li>○老齢厚生年金の請求書 (受給開始年齢の3ヶ月前に郵送されてくる)</li> <li>○必要に応じて、戸籍謄本・住民票・課税証明書など</li> <li>○雇用保険被保険者証</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○雇用保険被保険者証</li> <li>○住民票又は運転免許証</li> <li>○写真(3×2.5cm)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○健康保険被保険者証 (退職時に返却)</li> </ul>
	会社から	<ul style="list-style-type: none"> <li>(○年金手帳)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>(○雇用保険被保険者証)</li> <li>○離職票—1</li> <li>○離職票—2</li> <li>○「受給者のしおり」</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○退職証明書 (国民健康保険への変更のため)</li> </ul>
調べておく	あらかじめ	<ul style="list-style-type: none"> <li>○厚生年金の加入履歴の確認</li> <li>○不明の年金期間調査</li> <li>○年金の見込額</li> <li>○配偶者の年金の状況</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○基本手当の受給見込額 (年金額と比較する)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○退職後の医療制度を決める 任意継続の保険料・国民健康保険の保険料などの試算など</li> </ul>

長時間、お疲れさまでした