

国民年金に加入されているみなさまへ



老後の生活費を お手伝いします



国民年金基金からの ご提案



全国国民年金基金

老後は、こんなにも長い!?

POINT

- ① 65歳からの平均余命は、男性約85歳、女性約90歳で **5割以上**の方が生存しています。
- ② 健康寿命は、**男性約73歳、女性約76歳**です。その後は、医療費や介護費が増えます。
- ③ 今後も平均寿命は伸びるため、**早めの収入を確保するための対策**が必要です。

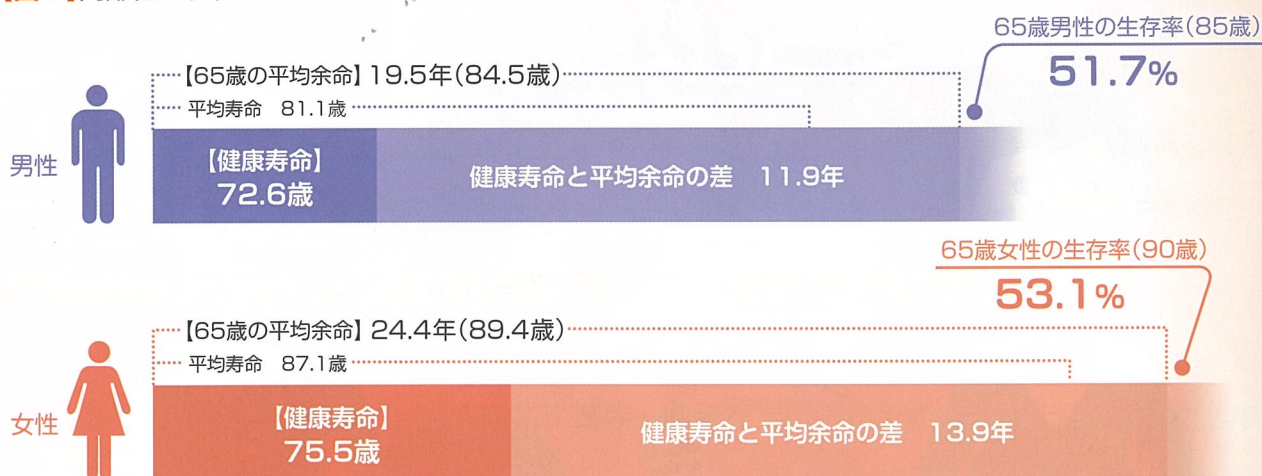
65歳を迎えた方が平均で何年生きるか(平均余命)というと、男性は約20年(84.5歳)、女性は約25年(89.4歳)です。そして、その時点で5割以上の方が生存しています【図1】。

健康寿命とは、健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間です。男性は約73歳、女性は約76歳です。その後は、医療費や介護費の増加による家計へのさらなる影響も懸念されます。

このように、老後は非常に長期化しさらに伸びることが予想されるので、収入を確保するための対策が必要です【図3】。

DATA

【図1】高齢化の現状について見てみましょう。



【図2】どのくらいの人が生きている？

	男性	女性
65歳	89.5%	94.4%
75歳	75.3%	87.9%
80歳	63.0%	81.2%
90歳	26.0%	50.1%
100歳	1.4%	6.4%

【図3】平均寿命の推移と将来推計

	男性	女性
1960年(昭和35年)	65.3歳	70.2歳
1990年(平成2年)	75.9歳	81.9歳
2023年(令和5年)	81.1歳	87.1歳
2030年	82.6歳	88.6歳
2050年	84.5歳	90.5歳

● 国民年金が発足した昭和36年当時から、男女とも寿命が15年以上伸び、今後も伸び続けると予想されます。

- ・平均寿命、平均余命、生存率「厚生労働省 簡易生命表」(令和5年)
- ・平均寿命の将来推計「内閣府 高齢社会白書」(令和6年版)
- ・健康寿命 厚生労働省「健康日本21」(第三次)推進専門委員会(令和6年12月)

VOICE

国民年金基金加入者の声

私は、自営業なので年金が足りなくても、働いて収入を確保できるのでなんとかなるだろう、85歳までは生きていないだろうと漠然と考えていました。しかし、健康でいられるのも男性は73歳です。その後は、働けないので主な収入は年金

です。今後も寿命が伸びるので、いくらあれば足りるのか予測ができません。国民年金基金は、終身年金なのでどんなに長生きしても生きている限りは年金を受け取れるので安心です。



老後は、こんなにもお金がかかるの!?

POINT

- ①貯蓄が約3,453万円あったとしても底をつくことが予想されます。
- ②予想よりも5年長生きすると、不足する生活費はさらに約863万円も増えます。
- ③寿命の予測はできないので、生涯もらえる年金収入を増やすことが有効です。

総務省の家計調査によると、高齢夫婦世帯に必要な平均的な生活費は月282,497円です【図1】。65歳男性の平均余命は約20年ですので、生活費は約6,780万円必要になります。

国民年金に加入していたご夫婦の場合、年金収入は月138,616円(一人69,308円)なので、20年間の年金収入は約3,327万円です。国民年金は年金額が少なく批判されることも多いですが、こうしてみると非常に大きな収入源です。しかし、必要な生活費に対して約3,453万円も不足しています。

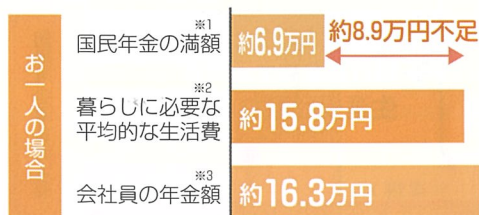
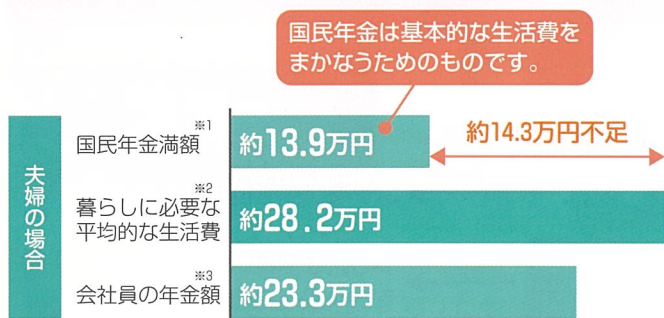
では、約3,453万円の貯蓄があれば安心でしょうか。65歳男性の平均余命時点(約85歳)では5割以上の方が生存していますので、5割以上の方は貯蓄では底をつくことが予想できます。もし寿命の予測が5年ぶれた場合には生活費は約863万円も増えてしまいます。

節約しても限度がありますので、寿命の予測ができないため、長い老後に備えるには生涯もらえる年金収入を増やすことが有効です。

安定した収入を得るための保険、長生きリスクに備える保険が「年金」です。

DATA

【図1】老後に必要とする生活費(月額)



※1: 20~60歳のすべての期間保険料を納めた新規裁定者の方の場合(令和7年度)

※2: 総務省統計局「家計調査」(令和5年)

※3: 厚生労働省「令和7年度の年金額改定について」

●65歳の夫婦の老後の生活費予測(国民年金世帯)

	85歳のとき	90歳のとき
年金収入	3,327万円	年金収入 4,159万円
生活費	6,780万円	生活費 8,475万円
不足分	3,453万円	不足分 4,316万円

予測できないブレが「長生きリスク」です。

●毎月お支払いする保険料の比較

国民年金

一律月額 17,510円(令和7年度)

厚生年金

標準報酬月額×18.3%

参考: 月収20万円、月額36,600円

※令和2年9月分からの厚生年金保険料額表(除く 子ども・子育て拠出金率)

VOICE

国民年金基金加入者の声

長い老後のために、お金を貯めていましたが、いくら預貯金があってもいつかは底をついてしまうので不安でした。生きていれば必ずお金はかかります。寿命は予測できないので、長い老後

に備えるには生涯もらえる年金収入を増やす方法以外はないので、終身年金の国民年金基金に加入しました。



国民年金基金で老後の対策をすることが長生きリスク対策の一步です。

POINT

- ①生涯受け取ることができる終身年金制度であること。
- ②決まった年金額を受け取ることができる確定給付であること。
- ③信頼性の高い主体が実施する年金であること。

(国民年金法に基づき設立された公的な個人年金制度)

長期化する老後には、具体的にはどのように準備をしたらよいでしょうか。最初に考えなければならないのは、食費や光熱費といった毎月の生活費を確保することです。それも貯蓄を取り崩すのではなく、年金などの「収入」として受け取れると安心です。

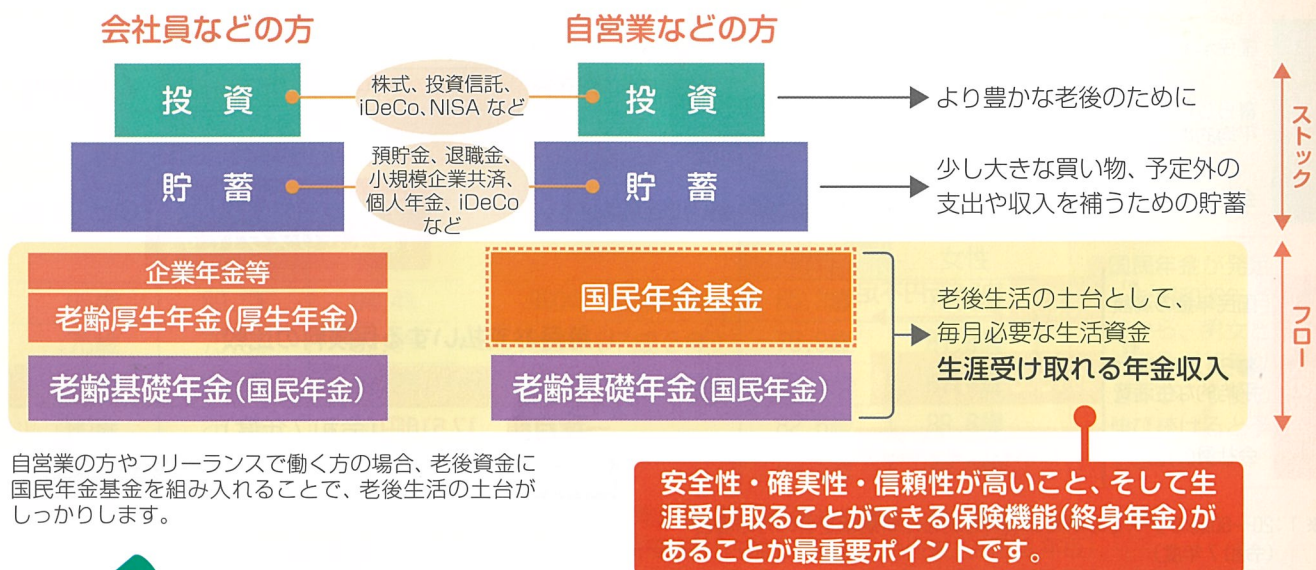
会社員や公務員の方は、国民年金 + 厚生年金 + 企業年金などで、老後生活に必要な生活資金の多くは確保されているので、比較的高いリスクを負って投資をしても安心です。一方で、自営業の方などは「生涯受け取れる年金収入」が不足していることは明かです【図1】。

では、どのようにして年金収入の不足を補えばよいでしょうか。

年金は老後資金の土台ですから、「生涯受け取れること」「決まった年金額を受け取れること」「信頼性の高い主体が実施する年金であること」などが考えられます。このように整理すると、自営業の方がはじめにとるべき対策は、国民年金基金です。まずは『国民年金基金』で老後の対策をすることが長生きリスク対策の一步です。

DATA

【図1】国民年金基金を活用した老後資金の組み立ての一例



自営業の方やフリーランスで働く方の場合、老後資金に国民年金基金を組み入れることで、老後生活の土台がしっかりします。

VOICE

国民年金基金加入者の声

老後の生活費は、生涯受け取れる年金収入(国民年金+国民年金基金)でまかなうことができるのでどんなに長生きしても安心です。国民年金基金に加入する前は、いくら貯蓄をしても老後の生活費として足りるのか不安でした。

毎月の生活費は年金収入(国民年金+国民

年金基金)、それ以外は貯蓄などを利用することで、万が一貯蓄がなくなったとしても老後の生活は確保することができます。いま思うと、もっと早く国民年金基金に加入して、年金を増やしておけばよかったと後悔しています。



こんなに所得税と住民税が軽減できるの!?

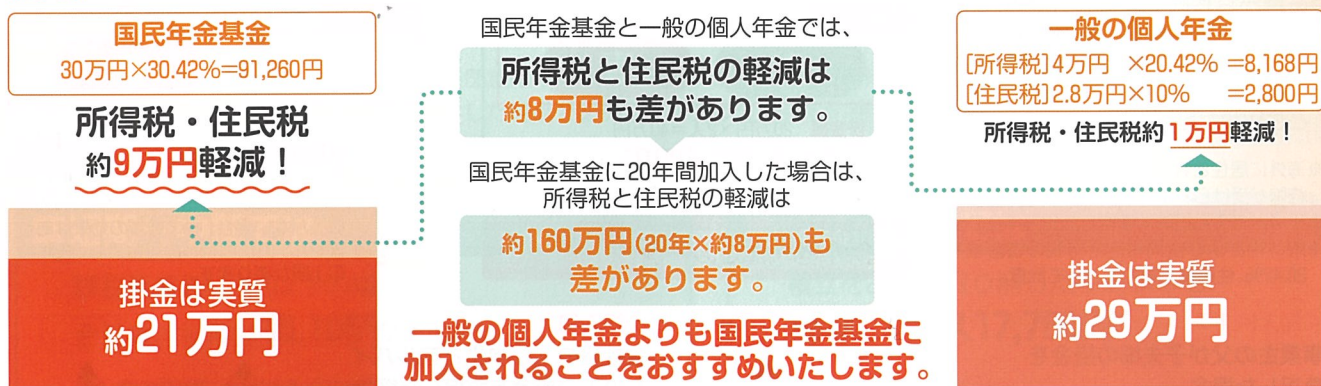
POINT

- ①国民年金基金と一般の個人年金の**所得税と住民税の軽減の差は年間約8万円もあります。【図1】**
- ②国民年金基金と一般の個人年金に20年間加入した場合は、**所得税と住民税の軽減の差は総額約160万円もあります。**
- ③課税される所得金額が195万円以下でも所得税と住民税あわせて15.105%はかかりますので、**約4.5万円も軽減できます。【図2】**

国民年金基金は、公的な個人年金なので、掛金全額を社会保険料控除として課税所得額から控除できます。一般の個人年金の場合、所得税で最高年額4万円(住民税で最高年額2.8万円)の控除とされているので、この税制措置は国民年金基金のメリットのひとつです。下記の例【図1】で見ると、所得税と住民税が毎年約9万円軽減されることになります。約21万円の支出で、掛金30万円分の年金を受け取ることができます。

DATA

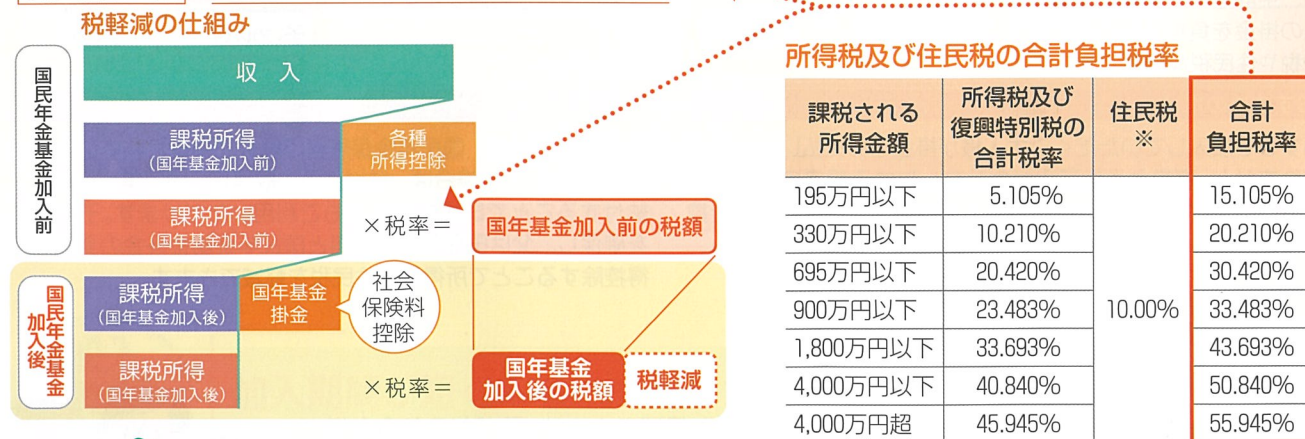
【図1】課税所得額がおおよそ400万円の場合で、掛金の年間合計額が30万円の場合



※平成24年1月以降に締結した個人年金の場合。

【図2】どれくらい所得税と住民税が軽減されるか見込額を計算できます。

税軽減見込額 = 掛金額(年額) × あなたの合計負担税率



※住民税の税率は自治体によって異なる場合があります。

VOICE

国民年金基金加入者の声(課税所得額195万円以下、掛金の年間合計額30万円)

課税所得が195万円以下ですが、国民年金基金に加入して、所得税と住民税が年間約4.5万円も軽減できました。早く加入して、長く加入するこ

とで所得税と住民税の軽減の総額の金額も増えます。私は20年間加入していたので、所得税と住民税を総額約90万円も軽減できました。



家族で加入されると さらに所得税と住民税が軽減できる!?

POINT

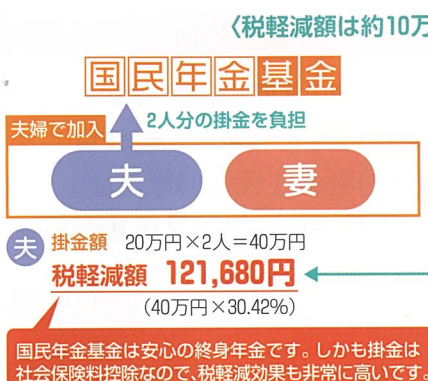
- ① 国民年金基金の掛金は社会保険料控除の対象です。生計を一にする親族の掛金を負担した場合、あわせて所得から控除できます。
- ② 国民年金基金と一般の個人年金との**所得税と住民税の軽減の差は10万円以上もあります。**【図1】
- ③ 国民年金にご加入されている方は、自営業の方だけでなく、アルバイトや学生の方なども国民年金基金にご加入いただけます。

DATA

【図1】夫婦で加入した場合の税軽減シミュレーション(夫の課税所得400万円、妻の課税所得0万円、掛金額一人あたり20万円)

国民年金基金の掛金は、社会保険料控除の対象です。生計を一にする親族の掛金を負担した場合、あわせて所得から控除することができます。夫と妻が加入して、妻の掛金を夫が負担した場合、夫の所得から控除することができますのでさらに所得税と住民税が軽減できます。

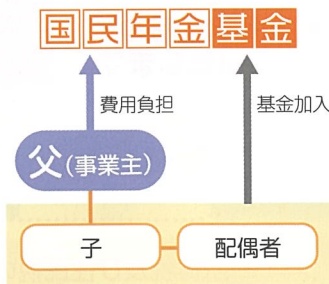
※海外に居住されている方は、原則として所得控除が受けられません。
※平成24年1月以降に締結した個人年金の場合。
※所得税および復興特別所得税の合計税率を20.42%、住民税率を10%として計算。



<加入例1>

事業主の父が子夫婦の掛金を負担した場合

事業主の父(60代)はすでに年金を受給しているため国民年金基金に加入できない場合でも、生計を一にする子夫婦や孫の掛金を負担することで所得税や住民税が軽減できます。

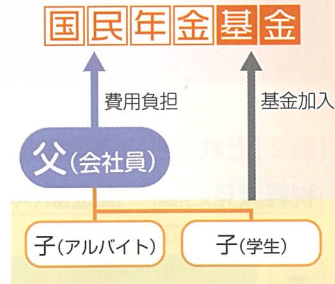


おすすめのポイント!

必ずしも加入していただくご本人様が掛金をお支払いするとは限りません。事業主や世帯主が生計を一にする親族の掛金をお支払いいただくことで、支払った方の所得から掛金の全額を控除できるため、税軽減効果は非常に高くなる場合もあります。

<加入例2>

社員の父が学生とアルバイトの子の掛金を負担した場合
社員の父が生計を一にする子(アルバイトや学生など)の掛金を負担することで、所得税や住民税が軽減できます。



おすすめのポイント!

子が学生の場合、国民年金保険料の納付を猶予されている場合があります。この場合は、納付猶予を取消し、国民年金保険料を納付することで国民年金基金もご利用いただけます。子の年金を確保し、父は国民年金保険料と国民年金基金掛金の全額を所得控除することで所得税や住民税を軽減できます。

VOICE

加入者の親族の声

私は年金を受け取っていて、年金が少ないと感じていました。子どもには同じ思いをさせたくないの、国民年金基金に加入させて、私が掛金を支払っています。国民年金基金の掛金は社会保険料控除なので、生計を一にする親族の掛金を支払った場合は、支払った親族が控除できるので、所得税と

住民税を軽減できます。子どもの年金を増やして、私は所得税と住民税を軽減できることを知り、すぐに加入しました。

子どもは、老後はまだまだ先のことと思っているようですが、気づけばあっという間に年金を受け取る年齢ですので、早めに参加してよかったです。



お客様のプラン設計

国民年金基金に加入した方の一般的な事例とおお客様の声をご紹介します。

加入事例 1

預貯金等よりも国民年金基金に加入したほうがメリットは大きいので加入しました。

お客様の声

老後の生活費は、老齢基礎年金（月額約6.9万円）だけでは足りません。預貯金等を取り崩すよりも、その取り崩す資金の一部でも年金化したほうがメリットは大きいので国民年金基金に加入しました。

加入時年齢50歳 0 ヶ月 女性 1 口目 A 型のみ加入、掛金月額21,300円

国民年金基金と積立との比較

■掛金月額 21,300円 × 12 ヶ月 × 10年 = お支払い総額 **2,556,000円**

■国民年金基金に加入した場合、年金額 **120,000円**

■お支払い総額を積立して25年※で取り崩した場合、（お支払総額2,556,000円 ÷ 25年）
102,240円（金利は考慮していません）

差額は、**17,760円**

※65歳の平均余命は男性約20年・女性約25年です。65歳から男性約20年・女性約25年経過した時点で50%以上の方が生存しています。（出典：厚生労働省 令和5年簡易生命表）

国民年金基金のメリットは、

■短期～中期では…

課税所得195万円以下の場合でも
合計負担税率は**15.105%**なので、

掛金総額 2,556,000円 × 15.105%
= **386,083円**の所得額と住民税が
軽減されます。

■中期～長期では…

積立を25年で取り崩した場合よりも、
毎年プラス17,760円

25年間の総額は
プラス、17,760円 × 25年
= **444,000円**

ここでの基金のメリットは、

税軽減総額 386,083円 + 年金プラス総額 444,000円 = **合計830,083円**です。

さらに超長期では、26年目以降も生きている限り**120,000円**の年金が受給できます。

加入事例 2

加入期間が短くてもメリットがあるので加入しました。

お客様の声

59歳9 ヶ月に加入しました。加入した理由は、支払った掛金の総額は18万円なので、預貯金等よりも基金に加入して所得税と住民税を約2万7千円軽減した方が効果的と考えました。

加入時年齢59歳 9 ヶ月、
掛金月額 6 万円 × 3 回

所得額・住民税18万円 × 15.105%
= **約2万7千円軽減**

国民年金基金

5つのメリットについてご紹介します。

① 終身年金が基本

- 65歳から生涯受け取る終身年金(A型・B型)が基本ですので、長い老後の生活に備えることができます。

➡ 終身年金が基本なので、**長生きリスクを軽減することができます。**

② 年金額が確定、掛金額も一定

- 掛金の支払いにより、将来受け取る年金額が確定します。
- 加入時の掛金額は払込期間終了まで変わりません。(途中で口数を変更しない場合)

➡ 運用結果で**年金額が下がってしまうようなリスクはありません。**

③ 税制上の優遇

- 掛金は全額社会保険料控除、確定申告で税金が軽減されます。
- 受け取る年金は公的年金等控除の対象となります。
- 遺族一時金は全額非課税です。

➡ 生計を一にする扶養親族の掛金を併せて控除することで**税軽減効果がさらに高くなります。**

④ 万が一のときは家族に一時金

- 万が一早期に亡くなったとき、家族に遺族一時金が支給されますので、掛け捨てになりません。(B型を除く)

➡ 万が一早期に亡くなったときでも、**家族に遺族一時金が支払われ掛け捨てになりません。**

⑤ 自由なプラン設計

- ライフプランに合わせ、年金額や受取期間を設計できます。
- 加入後も年金・掛金の額を口数単位で増減できます。
- 掛金を年度分前納すると、割引があります。(12カ月分を11.9カ月分に割引)

➡ **加入口数をいつでも増減できます。**(ただし、前納及び一括納付の場合は既に納付済の期間についての減口はできません)
どうしてもお支払いが大変なときはお休みすることもできます。

全国国民年金基金

<https://www.zenkoku-kikin.or.jp/>

全国国民年金基金

検索

携帯電話・スマートフォンで
こちらからアクセス➡



■本資料に記載している見解等は、本資料作成時におけるものであるため、経済環境の変化や年金制度、税制等の変更によって、予告なしに変更されることがあります。また、記載されている計算の結果等につきましては、前提条件の設定方法により、その結果等が異なる場合がありますので留意ください。

■本資料の使用目的を問わず、無断での引用または複製は禁止します。