

# ねんきん・ふくし 年金・福祉

## 1

### ねんきん 年金

- 年金とは、みんなからお金を集めて、

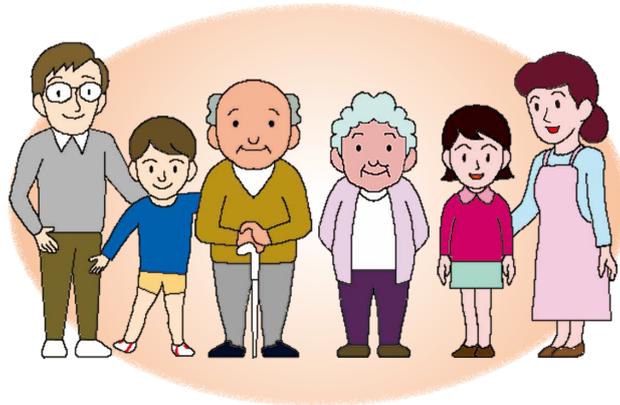
- ① 年をとった人
- ② 病気やけがで体などに障害が出た人
- ③ 年金に入っていた人が亡くなったときの家族

を助ける制度です。

- 年金に入ってお金を払った人は、年をとったときや、病気やけがで体などに障害が出たときなどに、生活のためのお金をもらうことができます。年金に入っていた人が亡くなったとき、家族がお金をもらうこともあります。

- 国の年金は2つあります。国民年金 → P.84 と 厚生年金保険 → P.88

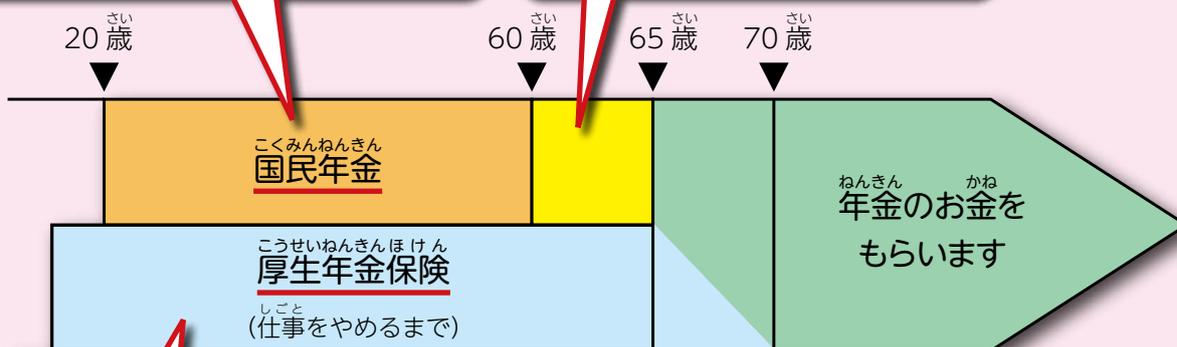
です。



【年をとったときにお金をもらう場合のイメージ】

日本に住んでいる20歳から59歳の方は、みんな国民年金に入ります。

年金のお金を払った期間が足りない人などが入ることができます。



会社などで働いている人は厚生年金保険にも入ります。将来もらうお金が多くなります。

年金に入った人は基礎年金番号通知書をもらいます。

- 通知書には、あなたの基礎年金番号などが書いてあります。
- 年金のお金をもらうときに通知書が必要です。
- なくしたときは、**住んでいるまちの役所**（市役所、区役所、町役場、村役場）や年金事務所で、もう一度作ることができます。

## 1-1 国民年金

日本に住んでいる20歳から59歳の人にはみんな国民年金に入ります。  
国民年金は、国の年金です。

国民年金に入る人は？

次の①～③のグループに分けられます。

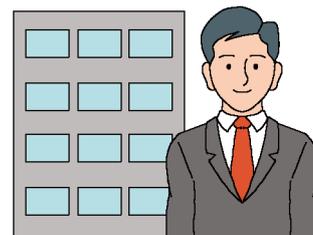
### ① 『第1号被保険者』の人

- 国民年金だけに入っています
- 会社に入らないで自分の店を持っている人、  
学校に通っている人、働いていない人など
- ②と③のグループではない人みんな



### ② 『第2号被保険者』の人

- 国民年金と厚生年金保険 → P.88 に入っています
- 会社や工場、店などで働いている人  
(厚生年金保険に入るかどうかかわからない人は会社の人などに聞いてください)



### ③ 『第3号被保険者』の人

- 国民年金だけに入っています
- 自分の夫や妻が厚生年金保険に入っている人  
(②のグループの人)
- 自分の夫や妻が65歳になる前の人
- 自分の1年の給料などが130万円より少ない人



にんいかにゆうひほけんしゃ  
**任意加入被保険者**

①～③までのグループに入らない人でも、日本に住んでいる60歳から69歳の人、国民年金に入ることができることがあります。入りたい人は、住んでいるまちの役所に行きます。

こくみんねんきん はい かた かね はら かた  
**国民年金の入り方・お金の払い方は？**

① 第1号被保険者 → P.84 ・ 任意加入被保険者

- 住んでいるまちの役所に行って、入るために必要な手続きをします。
- いくら払うか書いた手紙が家に来ます。銀行や郵便局、コンビニなどで払います。
- 払う金額は、2024年4月～2025年3月は、1か月16,980円です。手続きをして16,980円に400円を足して払うと、老齢基礎年金 → P.86 を増やすことができます。



- 6か月のお金、1年のお金、2年のお金を先に全部払う人は、少し安くなります。
- 生活のお金が足りなくて年金のお金を払うことができない人は、払わなくてもいいこともあります。住んでいるまちの役所、年金事務所などに相談してください。

② 第2号被保険者 → P.84

- 入るために必要な手続きは、会社などがします。
- 毎月、会社などが年金のお金を払います。
- 払うお金の半分はあなたの給料、半分は会社のお金から出します。

3 第3号被保険者 → P.84

- 夫や妻の会社などに連絡します。
- 自分で年金のお金を払う必要はありません。

※ お金を払わないと、もらえる年金のお金が少なくなったり、お金がもらえなくなることもあります。

国民年金でもらうことができるお金は？

次の①～⑤のお金があります。

もらうことができるかどうか、住んでいるまちの役所、年金事務所などに聞いてください。

1 65歳からもらう『老齢基礎年金』

- 年金のお金を払った期間と払わなくてもよかった期間が、全部で10年以上ある人がもらうことができます。
- もらうお金は、何年お金を払ったかななどで決まります。

2 体などに障害がある人がもらう『障害基礎年金』

- 国民年金に入っていて、病気やけがで体などに障害が出た人がもらいます。
- その病気やけがを初めて医者に見てもらった日が、65歳になる前だった人がもらうことができます。
- もらうお金は、どんな障害があるか、子どもがいるかなどで決まります。

③ 年金に入っていた人が亡くなったとき、家族がもらう『遺族基礎年金』

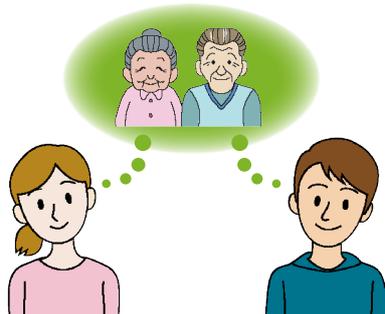
- 亡くなった人の夫か妻か子どもがもらいます。
- 夫か妻は、18歳までの子どもがいる場合か、体などに障害があつて20歳になっていない子どもがいる場合、もらうことができます。
- 亡くなった人が家族の生活に必要なお金のほとんどを出していた場合にもらうことができます。

④ 年金に入っていた人が亡くなったとき、家族がもらう『死亡一時金』

- 亡くなった人が第1号被保険者 →P.84 で年金のお金を36か月以上払つた場合、家族がもらうことができます。
- ① 老齢基礎年金や② 障害基礎年金をもらっていない場合にももらうことができます。
- ③ 遺族基礎年金と④ 死亡一時金を両方もらうことはできません。

⑤ 年金に入っていた夫が亡くなったとき、妻がもらう『寡婦年金』

- 夫が亡くなったとき、10年以上結婚が続いていた妻がもらいます。
- 亡くなった夫が家族の生活に必要なお金のほとんどを出していた場合にもらうことができます。
- 夫が第1号被保険者 →P.84 で、年金のお金を払った期間と払わなくてもよかった期間が、全部で10年以上ある場合にももらうことができます。
- 妻は60歳から65歳までもらうことができます。



## 1-2 厚生年金保険

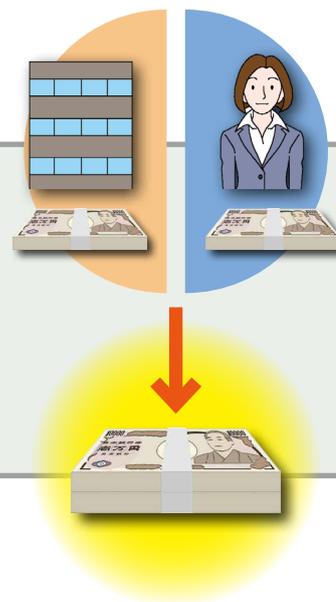
会社や工場、店などで働いている人は厚生年金保険に入ります。厚生年金保険は、国の年金です。

だれが、どうやって入りますか？

- 会社や工場、店などで、決まった時間以上働いていて、70歳になっていない人が入ります。
- 70歳以上の人も、老齢年金をもらうことができないときは、入ることができる場合もあります。
- 入るときに必要な手続は、会社などがします。

いくら、どうやって払いますか？

- 払うお金は、毎月の給料などがいくらかで決まります。
- 毎月、会社などが払います。払うお金の半分はあなたの給料、半分は会社のお金から出します。



こうせいねんきんほけん  
**厚生年金保険**でもらうことができるお金<sup>かね</sup>は？

つぎ 次の①～③のお金<sup>かね</sup>があります。

もらうことができるかどうか、<sup>す</sup>住んでいるまちの役所<sup>やくしよ</sup>、年金事務所<sup>ねんきんじむしよ</sup>などに聞<sup>き</sup>いてください。

① とし 年をとったときにもらう 『老齡厚生年金』<sup>ろうれいこうせいねんきん</sup>

- ろうれいきそねんきん<sup>ろうれいきそねんきん</sup>をもらえる人<sup>ひと</sup>のうち、厚生年金保険<sup>こうせいねんきんほけん</sup>に1か月以上入<sup>げつじようはい</sup>っている人が**65歳**<sup>さい</sup>からもらうことができます。
- 65歳<sup>さい</sup>より前<sup>まえ</sup>からもらうことができる場合<sup>ばあい</sup>もあります。
- もらうお金<sup>かね</sup>は、厚生年金保険<sup>こうせいねんきんほけん</sup>のお金<sup>かね</sup>を何年<sup>なんねん</sup>払<sup>はら</sup>ったか、いくら払<sup>はら</sup>ったかなどで決<sup>き</sup>まります。



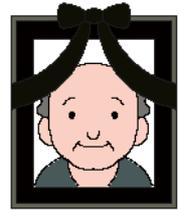
② からだ 体などに障害<sup>しょうがい</sup>がある人<sup>ひと</sup>がもらう 『障害厚生年金』<sup>しょうがいこうせいねんきん</sup>

- 厚生年金保険<sup>こうせいねんきんほけん</sup>に入<sup>はい</sup>っていて病<sup>びようき</sup>気やけがで体<sup>からだ</sup>などに障<sup>しょうがい</sup>害が出<sup>で</sup>た人<sup>ひと</sup>がもらいます。
- もらうお金<sup>かね</sup>は、どんな障<sup>しょうがい</sup>害があるか、夫<sup>おっと</sup>や妻<sup>つま</sup>がいるかどうか<sup>き</sup>などで決<sup>き</sup>まります。



③ 年金に入っていた人が亡くなったとき、家族がもらう『遺族厚生年金』

- 厚生年金保険に入っていたことがある人が亡くなったとき、夫か妻、子どもがもらいます。
- 夫か妻、子どもがもらわない場合には、亡くなった人の父か母、孫、祖父か祖母がもらうこともできます。
- 夫、父、母、祖父、祖母は60歳からもらうことができます。(遺族基礎年金 → P.87 をもらうことができる夫は55歳から)
- 妻は何歳からでももらうことができます。
- 子どもと孫は18歳まで、体などに障害がある子どもと孫は20歳になっていない場合、もらうことができます。
- 亡くなった人が家族の生活に必要なお金のほとんどを出していた場合、もらうことができます。



## 1-3 脱退一時金 (日本から離れるときにもらうことができるお金)

日本の年金をやめて、日本を離れ別の国で生活することにした人は、  
脱退一時金というお金をもらうことができます。

お金をもらうことができる人は？



次の①～⑦の全部が必要です。

- ① 国籍が日本ではない。
- ② 国民年金や厚生年金保険のお金を6か月以上払った。
- ③ 年金のお金を払った期間と払わなくてもよかった期間が全部で10年より少ない。
- ④ 引っ越すときの紙(転出届) →P.22 を住んでいたまちの役所に出していて、日本に住所がない。
- ⑤ 自分や会社などが国民年金や厚生年金保険をやめるための手続きをすでにした。
- ⑥ 障害基礎年金 →P.86 や障害厚生年金 →P.89 のお金をもらったことがない。
- ⑦ 日本の住所がなくなった日から2年以内。

脱退一時金をもらった人は、日本にいる間に入っていた国民年金や厚生年金保険の記録が全部なくなります。脱退一時金をもらうか、年をとったときに日本の年金をもらうかどうかよく考えてください。

どうやって申し込めますか？

- 日本の住所がなくなった日から2年以内に、申し込みの紙『脱退一時金請求書』を日本年金機構に送ります。

申し込みの紙、紙を送る住所、このお金についての説明は↓にあります。

日本年金機構 Japan Pension Service

【日本語】

<https://www.nenkin.go.jp/service/jukyu/todokesho/sonota-kyufu/20150406.html>



【英語】

<https://www.nenkin.go.jp/international/japanese-system/withdrawalpayment/payment.html>



## 2 介護保険 (年をとって介護が必要になったときのお金)

介護保険は、40歳以上の人からお金を集めて、介護<=年をとったり、特別な病気になったりして、毎日の生活（食べること、お風呂に入ることなど）をすることがむずかしい人を手伝えることが必要になった人を助ける制度です。  
 介護保険に入ってお金を払った人は、介護が必要になったとき、サービスを利用することができます。



だれが、どうやって入りますか？

- 3か月より長く日本に住む人で、医療保険 → P.78 に入っている人は、40歳以上になったら、介護保険に入ります。入るために必要な手続きは、会社などがします。
- 3か月より長く日本に住む人が65歳以上になったら、みんな介護保険に入ります。入るために必要な手続きはありません。

いくら、どうやって払いますか？

- 払うお金は、前の年にももらった給料などで決まります。
- 40歳から64歳の方は、医療保険 → P.78 のお金と一緒に払います。詳しくは、↓を見てください。  
[https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage\\_10548.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_10548.html)
- 65歳以上の方は、あなたがもらう年金 → P.82 のお金から介護保険のお金を引きます。



年金でもらうお金 - (介護保険で払うお金) = あなたがもらうお金

サービスの利用のしかたは？

① 介護が必要だと思ったら、まず**住んでいるまちの役所**に行き、どのくらい介護が必要か調べてもらいます。

② そのあと、どんな介護サービスを利用するかを専門の人（ケアマネジャーなど）に相談します。

③ サービスが決まったら、利用を始めます。



3

児童福祉 (子どものためのお金)

3-1 児童手当



児童手当とは、子どもが15歳になって中学校を卒業するまで、日本で子どもを育てている人がもらうことができるお金です。→児童手当 P.57 を読んでください。

3-2 児童扶養手当

離婚などが理由で、1人で、次の子どもを育てている人がもらうことができるお金です。

- 18歳までの子ども (18歳になった子どもの分は、次の3月31日までもらうことができます)
- 障害がある20歳になるまでの子ども



1か月にもらうお金

(2024年11月～2025年3月)

① 子どもが1人	10,740円から45,500円
② 子どもが2人以上	①のお金 + 子ども1人5,380円から10,750円

- もらうお金は、前の年にももらった給料などで決まります。
- 給料などが決まった金額より多い人は、もらうことができません。

どうやってもらいますか？

- 住んでいるまちの役所に申し込みます。



### 3-3 特別児童扶養手当

障害しょうがいがある子どもこを育てそだている人ひとが、子どもが20歳さいになるまでまでもらうことができるお金かねです。

1 か月げつにもらうお金かね (2024年ねん4月がつ～2025年ねん3月がつ)

とく おも しょうがい 特に重い障害 <small>しょうがい</small> がある子ども <small>こ</small>	こ ひとり 子ども1人 55,350 円 <small>えん</small>
おも しょうがい 重い障害 <small>しょうがい</small> がある子ども <small>こ</small>	こ ひとり 子ども1人 36,860 円 <small>えん</small>

- 給料きゅうりょうなどが決まった金額きんがくより多い人おほは、もらうことができません。

どうやってもらいますか？

- 住すんでいるまちの役所やくしょに申し込もうみます。



### 3-4 障害児福祉手当

特に重い障害しょうがいがあつて、食事しょくじや風呂ふろなど生活せいかつの手伝いてつだをしてもらう必要ひつようがある子どもこが、20歳さいになるまでまでもらうことができるお金かねです。

1 か月げつにもらうお金かね

15,690 円えん (2024年ねん4月がつ～2025年ねん3月がつ)

- 給料きゅうりょうなどが決まった金額きんがくより多い人おほは、もらうことができません。

どうやってもらいますか？

- 住すんでいるまちの役所やくしょに申し込もうみます。

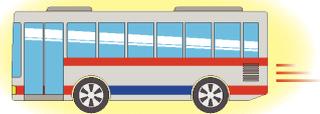


4

しょうがいふくし しょうがい おとな こ  
**障害福祉 (障害がある大人や子どものためのサービス)**

サービスを利用するときに手帳を見せます

- しょうがい ひと す やくしょ てちょう  
 障害がある人は住んでいるまちの役所で手帳をもらいます。
- てちょう ひと はら ぜいきん すく でんしゃ  
手帳がある人は、払う税金が少なくなったり、バスや電車、  
 タクシーなどの料金が安くなったりします。



てちょう なまえ  
**もらう手帳の名前**

からだ しょうがい ひと 体に障害がある人.....	しんたいしょうがいしやてちょう 『 <u>身体障害者手帳</u> 』
ちのう しょうがい ひと 知能に障害がある人.....	りょういくてちょう 『 <u>療育手帳</u> 』
こころ しょうがい 心に障害があって、毎日の生活が難しい人...	せいしんしょうがいしやほけんふくしてちょう 『 <u>精神障害者保健福祉手帳</u> 』

くわ しくは、 ↓ を見てください。 そうだん したいときは、 す 住んでいるまち  
**の役所**に聞いてください。

[https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/hukushi\\_kaigo/shougashahukushi/techou.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/hukushi_kaigo/shougashahukushi/techou.html)



ほか  
**その他のサービスは？**



- せいかつ べんきょう しごと しょうじ ふろ など  
 生活や勉強、仕事などがしやすくなるように、食事や風呂など  
 の手伝いや体を動かす練習など、いろいろなサービスがあります。
- す 住んでいるまちの役所に聞いてください。

5

生活保護 (生活のお金が足りないとき)

収入が少なく貯金などがなくて、生活のお金が足りない家族は必要なお金をもらうことができます。住んでいるまちの役所に聞いてください。

どんなお金をもらうことができますか？

- 毎日の生活に必要なお金 (食べ物、服、電気や水道、ガスなど)
- 住んでいるアパートなどの家賃
- 子どもが小学校と中学校で勉強するためのお金
- 病気やけがのとき、病院に払うお金
- 年をとった人が介護サービスを利用するためのお金
- 子どもを生むためのお金
- 仕事をするときに必要なことを勉強するためのお金
- 家族が亡くなったとき、お葬式をするためのお金



6

生活困窮者自立支援制度

(生活に困ったときの相談)

お金や仕事、住むところなど生活のことで困っている人は、**住んでいるまちの役所**に相談してください。どうすれば安心して生活できるか、一緒に考えます。

