

健康保険・厚生年金保険

子育て支援のための制度



子育て支援のための制度

1. 産休や育休を取得したとき

事業主の申し出により保険料が免除されます

2. 職場復帰後に報酬が下がったとき

被保険者の申し出により標準報酬月額の変更ができます

3. 3歳未満の子を養育しているとき

被保険者の申し出により養育開始前の標準報酬月額で年金額を計算する特例措置を受けられます

子育て支援のための制度

1. 産休や育休を取得したとき

事業主の申し出により保険料が免除されます

2. 職場復帰後に報酬が下がったとき

被保険者の申し出により標準報酬月額の変更ができます

3. 3歳未満の子を養育しているとき

被保険者の申し出により養育開始前の標準報酬月額で年金額を計算する特例措置を受けられます

保険料の免除

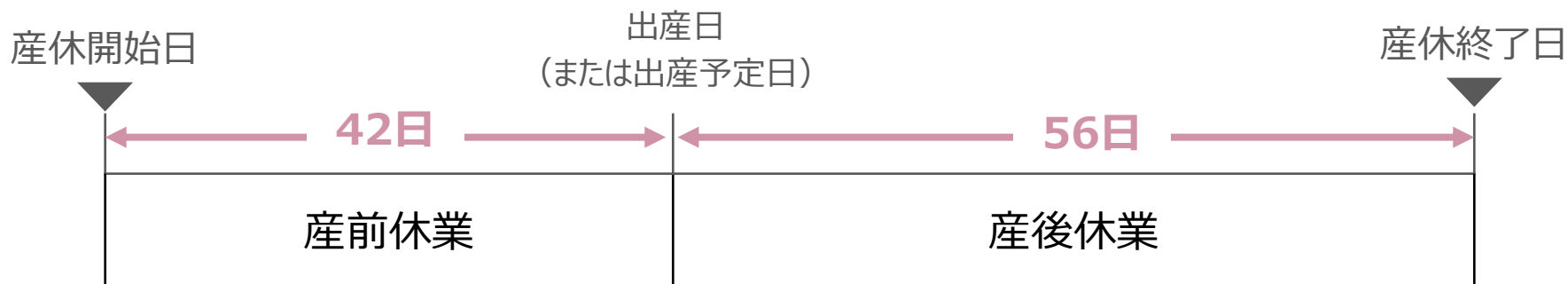
産前産後休業期間や育児休業等期間は、事業主の申し出により、被保険者と事業主の健康保険・厚生年金保険の**保険料が免除**されます

年金額を計算する際、免除期間は保険料を納めた期間として扱われます

産前産後休業

保険料が免除される期間とは？

産前42日（多胎妊娠の場合は98日）から産後56日目までの間で、妊娠または出産を理由として労務に従事しない期間で、産休開始日が含まれる月から終了した日の翌日が含まれる月の前月までの保険料が免除されます



産前産後休業

保険料免除の手続き

被保険者から事業主に産前産後休業の申し出があった



事業主は「産前産後休業取得者申出書」を日本年金機構に提出する

* 提出期限 産休中または産休終了日から起算して1か月以内

Point

事業主などの役員は、被保険者であれば産前産後休業の保険料免除の対象となります

産前産後休業

保険料免除の手続き

申出書の提出後に産休期間が変更となった

- ・出産予定日より前に出産したとき
- ・出産予定日より遅れて出産したとき
- ・産休終了予定日より前に産休を終了したとき

事業主は「産前産後休業取得者変更（終了）届」を
日本年金機構に提出する

育児休業

保険料が免除される期間とは？

育児・介護休業法に基づく育児休業制度を取得する場合は、3歳未満の子を養育する期間について、保険料が免除されます

育児・介護休業法に基づく育児休業制度

- 子の出生後8週間以内に4週間まで取得する休業（出生時育児休業）
- 1歳未満の子を養育するための育児休業
- 保育所待機等の特別な事情がある場合の1歳から1歳6か月に達するまでの育児休業
- 保育所待機等の特別な事情がある場合の1歳6か月から2歳に達するまでの育児休業
- 1歳から3歳に達するまでの子を養育するための育児休業に準ずる休業

* 育児・介護休業法…育児休業、介護休業等育児又は家族介護を行う労働者の福祉に関する法律

育児休業

保険料ごとに免除される期間が異なります

月額保険料

賞与保険料

育児休業

月額保険料が免除される期間は？

育児開始月から終了日の翌日が含まれる月の前月までの月額保険料が免除されます

(例)



2月分から9月分までの月額保険料が免除されます

育児休業

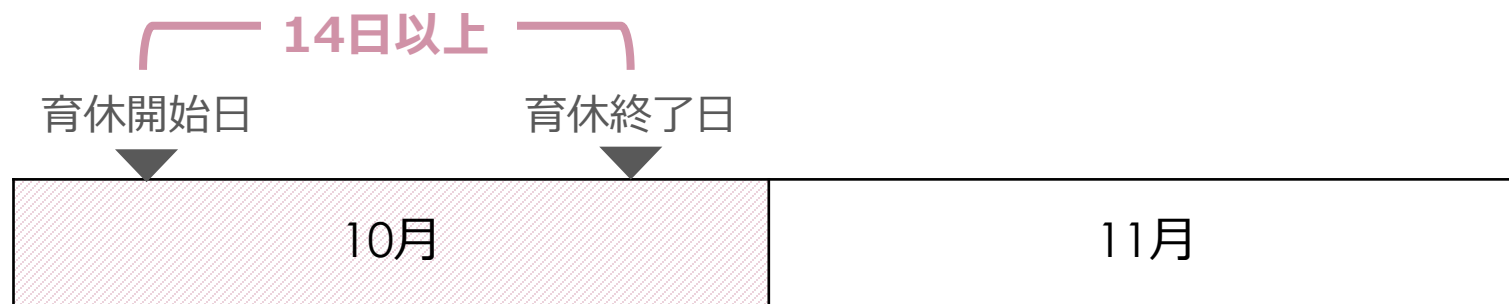
月額保険料が免除される期間は？

さらに

2022年10月から、短期間の育休も月額保険料の免除対象に！

育休開始月と終了日の翌日が含まれる月が同じ月の場合でも、育休開始月に**14日以上**育休を取得したときは、育休開始月の月額保険料が免除されます

(例)



10月分の月額保険料が免除されます

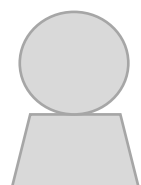
育児休業

賞与保険料が免除される期間は？

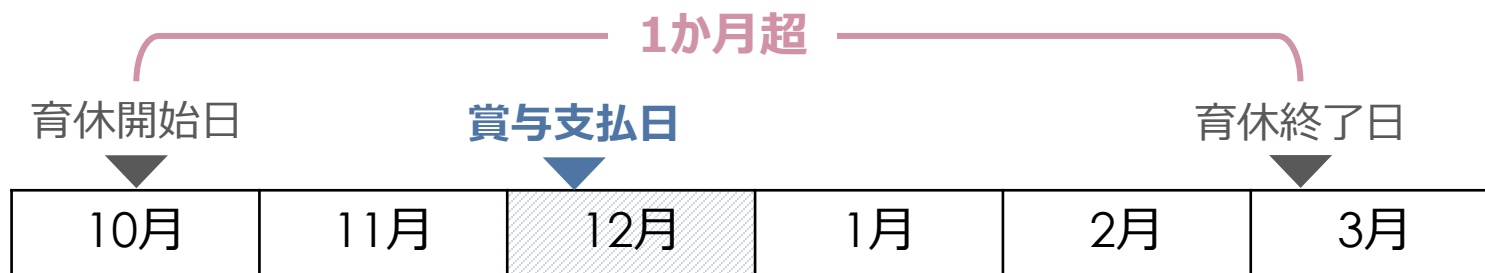
2022年
10月から

連続した**1か月を超える**育休を取得したときに、育休開始月から終了日の翌日が含まれる月の前月までの賞与保険料が免除されます

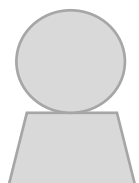
(例)



Aさん



12月分の賞与保険料が免除されます



Bさん



12月分の賞与保険料は免除されません

育児休業

保険料免除の手続き

被保険者から事業主に育児休業等の申し出があった



事業主は「育児休業等取得者申出書（新規）」を日本年金機構に提出する

* 提出期限 育休中または育休終了日から起算して1か月以内

Point

事業主や労働者ではない役員は、育児・介護休業法に基づく育児休業等が取得できないため、保険料免除の対象とはなりません。

育児休業

保険料免除の手続き

次のような場合も事業主からの届出が必要です

育児休業終了予定日を延長したとき

「育児休業等取得者申出書（延長）」

育児休業終了予定日より前に
育児休業を終了したとき

「育児休業等取得者終了届」

予定日どおりに育児休業を終了したときは、終了届の提出は必要ありません

子育て支援のための制度

1. 産休や育休を取得したとき

事業主の申し出により保険料が免除されます

2. 職場復帰後に報酬が下がったとき

被保険者の申し出により標準報酬月額の設定ができます

3. 3歳未満の子を養育しているとき

被保険者の申し出により養育開始前の標準報酬月額で年金額を計算する特例措置を受けられます

標準報酬月額の変更

産休や育休終了後に、報酬が下がったときは、被保険者の申し出により、終了日の翌日が含まれる月以後**4か月目**から、**標準報酬月額が改定**できます

固定的賃金の変動がない場合でも改定の対象になります

職場復帰後に報酬が下がったとき

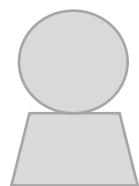
標準報酬月額とは？

被保険者が受け取る給与（基本給のほか残業手当や通勤手当などを含めた税引き前の給与）を一定の幅で区分した報酬月額に当てはめて決定したものの標準報酬月額は、保険料額や年金額の計算に用います

厚生年金保険の標準報酬月額

88,000円（1等級）から650,000円（32等級）に分かれています

(例)



Aさん

受け取る給与	
基本給	170,000円
通勤手当	10,000円
家族手当	5,000円
残業手当	12,500円

合計	197,500円



標準報酬月額
200,000円（14等級）

厚生年金保険の等級表

等級	標準報酬	
	月額	報酬月額
		円以上 円未満
1	88,000	93,000 ~ 93,000
2	98,000	101,000 ~ 101,000
3	104,000	107,000 ~ 107,000
4	110,000	114,000 ~ 114,000
5	118,000	122,000 ~ 122,000
6	126,000	130,000 ~ 130,000
7	134,000	138,000 ~ 138,000
8	142,000	146,000 ~ 146,000
9	150,000	155,000 ~ 155,000
10	160,000	165,000 ~ 165,000
11	170,000	175,000 ~ 175,000
12	180,000	185,000 ~ 185,000
13	190,000	195,000 ~ 195,000
14	200,000	210,000 ~ 210,000
15	220,000	230,000 ~ 230,000
16	240,000	250,000 ~ 250,000
17	260,000	270,000 ~ 270,000
18	280,000	290,000 ~ 290,000
19	300,000	310,000 ~ 310,000
20	320,000	330,000 ~ 330,000
21	340,000	350,000 ~ 350,000
22	360,000	370,000 ~ 370,000
23	380,000	395,000 ~ 395,000
24	410,000	425,000 ~ 425,000
25	440,000	455,000 ~ 455,000
26	470,000	485,000 ~ 485,000
27	500,000	515,000 ~ 515,000
28	530,000	545,000 ~ 545,000
29	560,000	575,000 ~ 575,000
30	590,000	605,000 ~ 605,000
31	620,000	635,000 ~ 635,000
32	650,000	635,000 ~ 635,000

職場復帰後に報酬が下がったとき

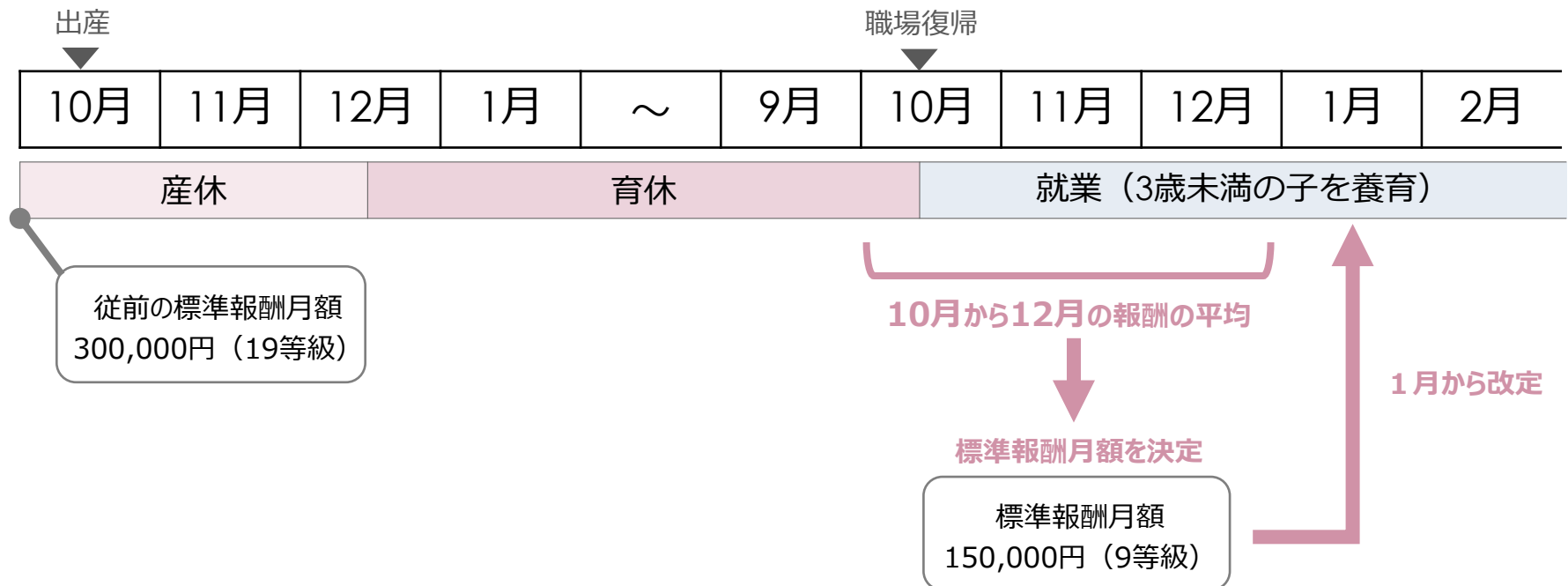
産休や育休終了後の標準報酬月額を改定するための条件は？



産休または育休終了日の翌日が含まれる月以後3か月間に受けた報酬（支払基礎日数17日※未満の月は除く）の平均により決定した標準報酬月額と、従前の標準報酬月額に**1等級以上の差**があること

※ 短時間労働者の場合は11日

(例)



産休や育休終了後の標準報酬月額を改定するための手続き

被保険者から事業主に申し出があった

産休終了のとき

事業主は「**産前産後休業終了時報酬月額変更届**」を日本年金機構に提出する

育休終了のとき

事業主は「**育児休業等終了時報酬月額変更届**」を日本年金機構に提出する

子育て支援のための制度

1. 産休や育休を取得したとき

事業主の申し出により保険料が免除されます

2. 職場復帰後に報酬が下がったとき

被保険者の申し出により標準報酬月額の変更ができます

3. 3歳未満の子を養育しているとき

被保険者の申し出により養育開始前の標準報酬月額で年金額を計算する特例措置を受けられます

標準報酬月額の特例

将来受け取る年金額は、厚生金保険に加入していた時の報酬額や加入期間等に応じて計算されます

3歳未満の子を養育する期間中の報酬が下がった場合、将来の**年金額**に影響しないようにするために、本人からの申し出により、**標準報酬月額の特例**が受けられます

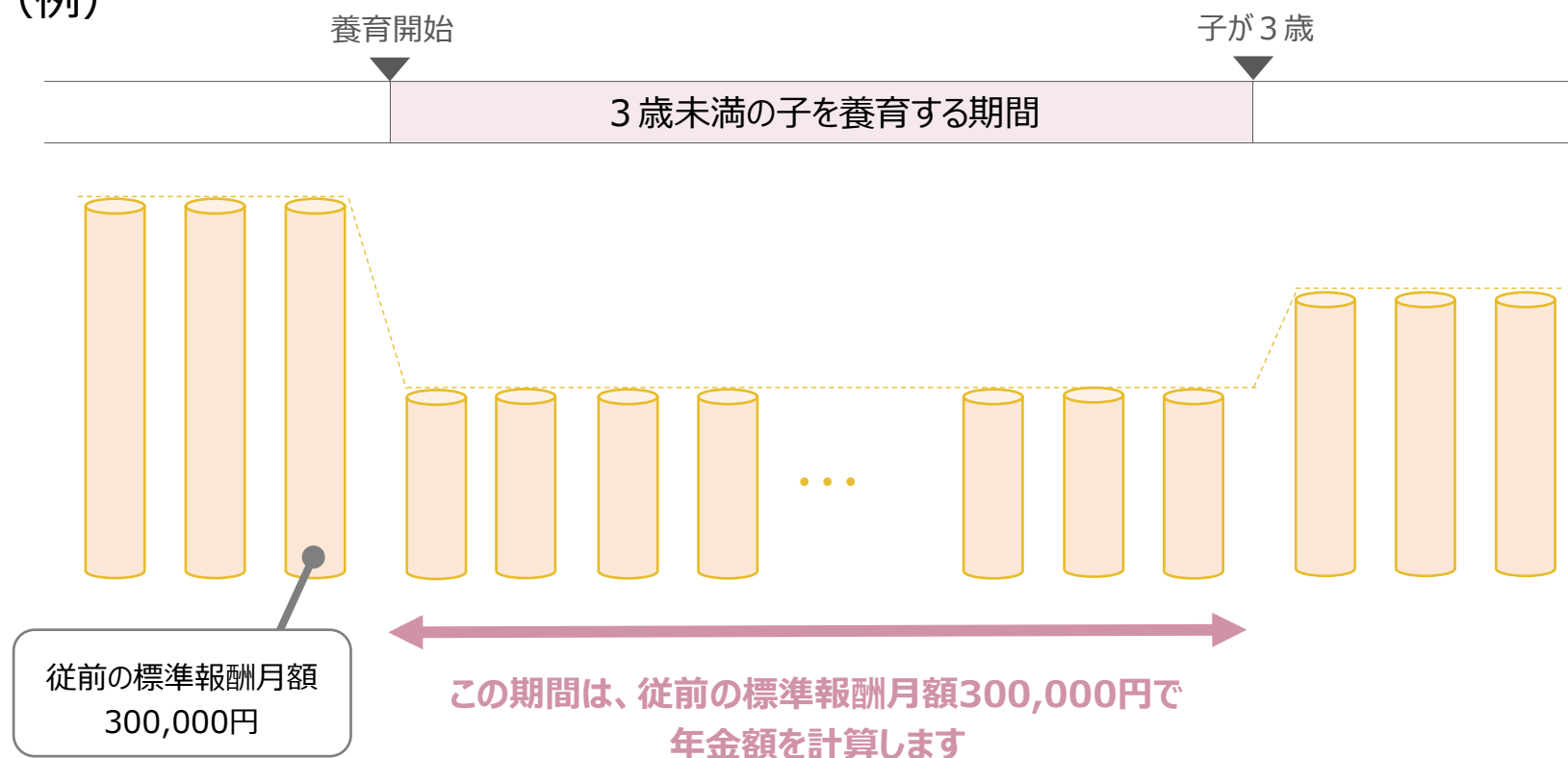
3歳未満の子を養育しているとき

3歳未満の子を養育する期間中の標準報酬月額の特例とは？

3歳未満の子を養育する期間中に標準報酬月額が下がった場合、養育開始月の前月の標準報酬月額（従前標準報酬月額）をその期間の標準報酬月額とみなして年金額を計算します

なお、保険料額は、実際の標準報酬月額で計算します

(例)



養育特例

標準報酬月額の特例を受けるための手続き

被保険者から事業主に申し出があった

事業主は「厚生年金保険 養育期間標準報酬月額特例申出書」を
日本年金機構に提出する

* 添付書類は日本年金機構のホームページをご覧ください

3歳未満の子を養育していた期間に勤めていた事業所をすでに退職している場合は、被保険者であった本人が提出することができます

申出日より前の期間は、申出日の前月までの2年間で特例措置の対象となります

【参考】公的年金の普及・啓発動画

公的年金制度の普及・啓発を図るため、厚生労働省や日本年金機構では様々な動画を作成しています。その一部をご紹介します。

知っておきたい年金のはなし

知っておきたい年金のはなし（冊子）の内容をわかりやすく解説した動画です。



（冊子）



【約24分】

【外国語版11言語（それぞれ15分前後）】

大家須知的 养老保险小故事

주요한세요! 年金은 수확을 할수있을 때만 수령할 수 있습니다.

O sistema de Previdência Pública beneficia um "evento inesperado"

Mọi người từ 20 tuổi trở lên đến dưới 60 tuổi trở tham gia

英語、中国語、韓国語、ポルトガル語、ベトナム語、タガログ語
インドネシア語、スペイン語、タイ語、ネパール語、ミャンマー語

公的年金はみんなの強い味方

公的年金制度のメリットや国民年金保険料の納付方法および免除・猶予制度について説明した全3話のアニメーション動画です。主人公ショウ君と家族の会話を通じて、公的年金制度を気軽に知ることができますので、ぜひご覧ください。

【第1話 老後の暮らしに安心を】



【第2話 若い皆さんのものものに安心を】



【第3話 初めての国民年金】



QuizKnockによる年金クイズ動画

厚生労働省とQuizKnockで年金について学べる動画を作成しました。年金の種類、物価の変動に関する問題等、年金についてクイズ方式で楽しく学ぶことができます。



【第1弾（約15分）】



【第2弾（約18分）】



【第3弾（約24分）】



【第4弾（約24分）】

ここでご紹介した動画は、機構HPに掲載しています。
右の二次元コードまたは以下のURLからご覧ください。
「年金について学ぼう」

<https://www.nenkin.go.jp/service/learn/index.html>



【参考】「わたしと年金」エッセイ

「わたしと年金」エッセイの募集

日本年金機構は、厚生労働省と協力して、11月を「ねんきん月間」、11月30日（いいみらい）を「年金の日」とし、皆さまに年金制度に対する理解を深めていただくため、公的年金制度の普及や啓発活動を展開しています。

この取り組みの一環として、広く皆さまから公的年金をテーマにしたエッセイを募集※しています。

※毎年度6月1日～9月上旬の間募集しています。

これまでの受賞作品を機構HPに掲載しています。
それぞれ以下の二次元コードまたは以下のURLからご覧ください。

<https://www.nenkin.go.jp/tokusetsu/essay.html>



「わたしと年金」エッセイアニメーション動画

「わたしと年金」エッセイの受賞作品をアニメーション化し、日本年金機構ホームページに掲載しています。年金について学生の方や現役世代の方の体験談のエッセイを動画としていますので、ぜひご覧ください。

以下の二次元コードまたはURLからご覧ください。

<https://www.nenkin.go.jp/tokusetsu/animation.html>



「わたしと年金」エッセイアニメーション動画特設案内ページ

【令和6年度 厚生労働大臣賞】



【令和6年度 日本年金機構理事長賞】



【参考】「わたしと年金」エッセイ

年金のお問い合わせ窓口のご案内

日本年金機構には、年金記録の確認や年金見込み額の試算ができる「ねんきんネット」や、よくあるお問い合わせについてチャット形式で24時間相談できる「ねんきんチャットボット」等のオンラインサービスのほか、「ねんきんダイヤル」や「ねんきん加入者ダイヤル」等の電話での相談窓口や、「年金事務所」等の対面での相談窓口があります。

日本年金機構ホームページには、これらのサービスを一覧にした「年金のお問い合わせ窓口一覧」をご用意しています。

年金に関する手続きや相談を行う際に、ぜひご利用ください。

<https://www.nenkin.go.jp/tokusetu/madoguchi-ichiran.html>

年金のお問い合わせ窓口一覧特設案内ページ



日本年金機構公式SNSのご案内

日本年金機構では、X（旧Twitter）及びFacebookを活用して、公的年金に関する制度周知、各種手続き、お送りする通知書の情報など、お客様のお役に立つ様々な情報を発信しています。ぜひフォローしてご活用ください！



日本年金機構公式X
(@Nenkin_Kikou)

年金制度全般に関する発信

https://x.com/Nenkin_Kikou



日本年金機構公式
Facebookページ

年金制度全般に関する発信

<https://www.facebook.com/profile.php?id=61575964302278>

英語・やさしい
日本語での発信

<https://www.facebook.com/profile.php?id=61576205463510>



年金のお問い合わせ窓口一覧

年金のお問い合わせ窓口をご案内します。

オンラインサービス

年金について知りたい方



ねんきんネット
ご自身の年金記録の確認や将来受け取る年金見込み額の試算ができます



年金Q&A
年金に関する質問の回答をキーワード検索で探せます



ねんきんチャットボット
よくあるお問い合わせについてチャット（対話）形式で相談できます（24時間対応）



動画 (YouTube)
年金の制度や届出方法について動画で確認できます



外国語ページ / Language
年金に関する説明やお知らせをいろいろな国の言葉やわかりやすい日本語で確認できます

上記のほか、機構公式XやFacebookで各種制度や通知書の情報などを発信しています。ぜひ、フォローいただき、ご活用ください。

手続きをしたい方



個人向けサービス
国民年金や年金の受け取りに関する手続きができます
また、源泉徴収票などの通知書を電子データで受け取れます



事業所向けサービス
健康保険・厚生年金保険の手続きができます
また、社会保険料額などの情報を電子データで受け取れます

電話



電話での相談窓口
電話での相談は、相談内容に応じた各種ダイヤル（ねんきんダイヤル、ねんきん加入者ダイヤル等）で受け付けています

対面



対面での相談・手続き窓口
対面での相談は、全国の年金事務所・街角の年金相談センターで受け付けています

【参考】公的年金シミュレーターについて

厚生労働省では、働き方の変化に応じて、将来受給可能な年金額を簡単に試算できるツール「公的年金シミュレーター」を提供しています。ねんきんネットを利用できない20歳未満の方でも利用することができますので、ぜひご利用ください。

簡単でスムーズな操作性

▼ID・パスワードの取得不要です。

▼「ねんきん定期便」の二次元コードを読み込むことで、過去の加入記録の入力が不要で手軽に試算できます。

▼個人情報記録されず、画面を閉じると、データは消去されるため、安心して利用できます。

▼税・社会保険料額の試算機能を搭載済です。

ねんきん定期便のイメージ



税・社会保険料額試算の画面イメージ

税・社会保険料額の試算

所得税	0万円
介護保険料	9万円
国民健康保険料(税)	13万円
住民税	4万円
合計	26万円

老齢年金受給開始時点の税・社会保険料額の試算です。

税・社会保険料額の試算結果は、老齢年金収入のみに基づいて算定した「概算」であり、実際とは異なります。

税・社会保険料率等は市区町村で異なるため、加入先の市区町村へお問い合わせ下さい。

老齢年金・障害年金・iDeCoの試算機能

公的年金シミュレーターでは、以下3つの試算ができます。

・老齢年金では、就職・転職、老齢年金を受給しながら働く等、働き方の変化にあわせた将来の見込額

・障害年金では、加入制度や期間に応じた等級ごとの見込額

・iDeCoでは、設定した積み立て期間・掛金額・運用利回り・受け取り開始年齢による将来の受け取り見込額

試算結果画面では、スライドバーを動かすことで、年金額の変化が一目で確認できます。

※試算結果画面はイメージです。



公的年金シミュレーターについては、こちらの二次元コードからアクセスください。⇒

(<https://nenkin-shisan.mhlw.go.jp/>)

試算ページ



制度や手続きの詳細は、
日本年金機構ホームページをご覧ください

日本年金機構

検索

<https://www.nenkin.go.jp>

