



生涯サポートコスモ

Vol.28

令和 8 年
(2026. 1)

何が・いつ 変わる？ 2025 年 年金制度改革を確認しよう！

理事・副会長 山本 奈央

1. 始めに

日本の年金制度は、社会経済の変化に対応するため、おおむね 5 年に 1 度、財政検証と見直しが行われています。2025 年はこの見直しの年にあたり、これから紹介する改革（法改正）がすでに決まっています。国は、今回の改革のポイントを次の通り挙げています。

【2025 年 年金制度改革のポイント】

- 働き方や男女の差等に中立的で、ライフスタイルや家族構成の多様化を踏まえた年金制度を構築する
- 所得再配分の強化や私的年金制度の拡充等により、高齢期の生活安定を図る

この記事では、主な改革内容を確認し、何が、いつから変わるのか、できるだけ専門用語を使わずに解説します。



2. 社会保険の加入対象者の拡大

【何が変わる？】

- ① これまで個人事業では、5人以上の社員がいても特定の業種は社会保険加入が義務ではありませんでした。今回、常時5人以上を使用する「全業種の個人事業所」が適用対象に。ただし、施行時点で既に存在する事業所は当分の間対象外です（＝施行後に新設の事業所から適用）。
- ② パート社員（短時間労働者）が社会保険（健康保険・厚生年金保険）に入るための条件が変わり、さらに多くの人々が加入するようになります。具体的には以下の通りです。

	変更前の加入条件	変更後の加入条件
給与月額(年収)	賞与含め 8.8 万円(年収 106 万円)以上	条件撤廃
週の所定労働時間	20 時間以上	20 時間以上
学生	加入しない	加入しない
勤務先の社員数	51 人以上	段階的に条件撤廃



【いつ変わる？】

- ① 2029年10月から
- ② 右表の通り、段階的に会社規模を小さくしていき、10年後には、株式会社などの法人会社では社員数に関わらず週 20 時間以勤務するパート社員は、社会保険に入ることになります。

2027 年 10 月～ 社員 36 人以上で加入
2029 年 10 月～ 社員 21 人以上で加入
2032 年 10 月～ 社員 11 人以上で加入
2035 年 10 月～ 社員 1 人以上で加入

編集
発行

一般社団法人
年金トータルサポート・コスモ
〒176-0025
東京都練馬区中村南1丁目22番8-605号 恒陽鷺宮マンション



HP: <https://www.ntscosmo.com/> E-mail: jimu-kyoku@ntscosmo.com

3. 働きながら年金を受け取る人（在職者齢年金制度）への見直し

【何が変わる？】

年金を受給する人が厚生年金に加入して働く場合に、月の年金＋給与＋（直近1年の賞与÷1.2）が基準額を超えると年金が減る仕組みがあります。今年度の停止基準額は「51万円」ですが、これが「62万円」をベースに変わります（賞金の変動に応じて毎年基準額は変更されます）。つまり、働きながら年金を受給している人の年金は、減りにくくなります。

【いつ変わる？】

2026年4月分の年金から停止基準額が「62万円」をベースに変更されます。

4. 厚生年金保険料の上限引き上げ

【何が変わる？】

厚生年金の保険料は給与に応じた等級によって決まり、この等級により将来の年金額が計算されます。現在の等級の上限は「65万円」で、給与が635,000円以上の方は全員等級が「65万円」でしたが、段階的に上限等級が拡大されます。等級が上がると保険料は高くなりますが、その分将来受け取る年金は増えます。

【いつ変わる？】

次の通り、3回に分けて上限等級が拡大されます。

2027年9月…「68万円」

2028年9月…「71万円」

2029年9月…「75万円」

5. 遺族年金制度の見直し

【何が変わる？】

- ① 遺族年金には、遺族「基礎」年金と遺族「厚生」年金がありますが、このうち遺族「厚生」年金が、次のように変わります。

現行：遺族「厚生」年金には男女格差がありました。女性（妻）は配偶者死亡時30歳以上であれば、再婚するなど一定の条件に当てはまらない限り、生涯遺族厚生年金を受け取れますが、男性（夫）は子（※18歳年度末までの子、または障害がある20歳未満の子）がいなければ、配偶者死亡当時55歳以上でない限り受け取れません。

見直し後：性別にかかわらず、配偶者死亡時60歳未満の人で子（上記※と同じ）がいない人は、期間限定（原則5年間。配慮が必要な人には最長65歳までの延長あり）の遺族厚生年金を受け取ることに変わります（子（※）がいる人への給付は変更ありません）。また、現在遺族厚生年金を受け取る側の配偶者には年収の条件（850万円未満）がありますが、見直し後には、有期の遺族厚生年金を受け取る場合、この条件は撤廃されることになりました。さらに、5年有期の遺族厚生年金を受け取っていた人には、亡くなった配偶者の厚生年金の記録を、65歳以降に分割して自分の年金に上乗せできる、いわゆる「死亡分割」の制度も導入されます。

- ② 遺族「基礎」年金も変わります。現在は、子への遺族基礎年金は、「生計を共にする父母がいる」ときは支給が止まることになっています。しかし、離婚の増加など家族の形の変化や、子どもが自分で選んだわけではない事情によって年金が止まることのないようにとの意図から、次のような場合にも、子へ遺族基礎年金が支給されるようになります。

(1) 両親が離婚、離婚後に一緒に暮らしていた父が死亡した場合、離婚した母に引き取られた子にも遺族基礎年金が支給されるようになります。

(2) 父が死亡し、母が遺族基礎年金を受け取るようになったが、その後母が再婚。再婚した母に引き取られた場合、母へ遺族基礎年金は支給されなくなっても子には遺族基礎年金が支給されるようになります。

(3) 父が死亡したが、母は年収850万円以上のため遺族基礎年金を受け取れない。しかし母と同居する子には遺族基礎年金が支給されるようになります。

【いつ変わる？】

- ①②ともに2028年4月1日から。ただし①の変更は、60歳以上で死別した人、子（上記※と同）を養育する間の給付、すでに遺族厚生年金を受け取っている人、2028年度に40歳以上の女性には適用されません。

6. その他の見直し（障害年金の「子の加算」の変更）

子の加算は障害基礎年金1・2級を受給している人にだけありましたが、障害厚生年金1・2級の人にも加算が付くようになります（ただし、障害基礎と障害厚生、両方受給している人には障害厚生年金の加算が優先されます）。金額も変更され、2025年度は第2子まで239,300円、第3子以降79,800円ですが、すべての子について各269,600円に引き上げられます（額は毎年変動します）。すでに受給中の人も額変更の対象です。ただし、子は国内在住であることが条件です。変更は2028年4月からです。

これ以外にも重要な改革があります。ぜひご厚生労働省のHPなどをチェックしてみてください。

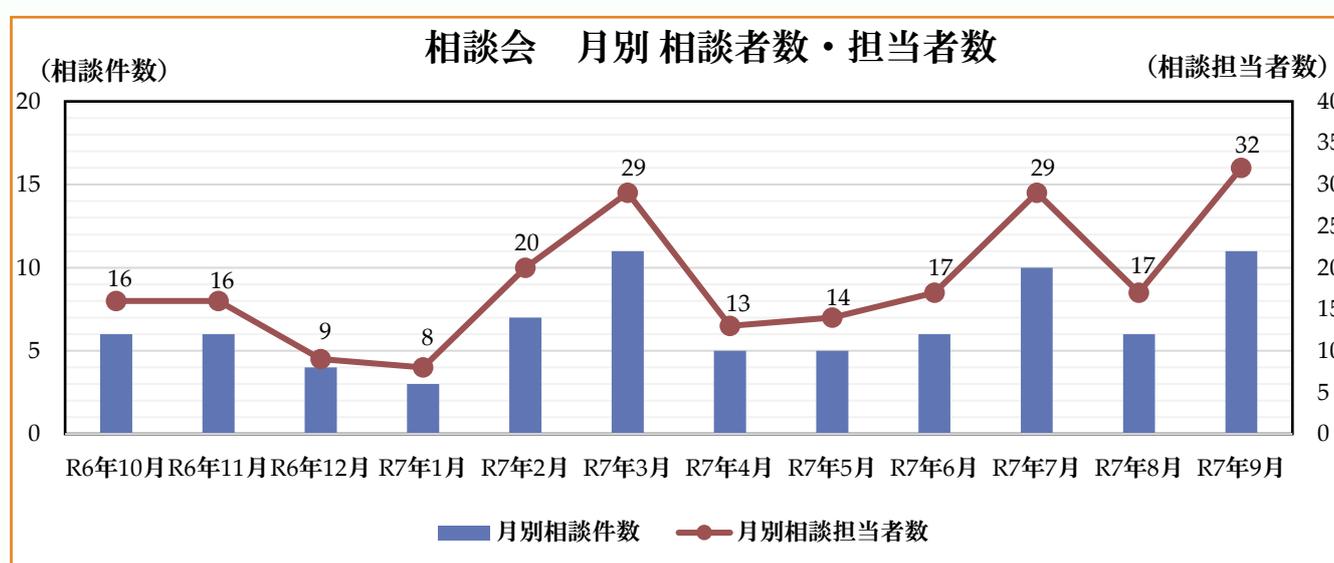
なお、この記事は、厚労省HP「年金制度改正法が成立しました」等を参照しました。

コスモ相談会だより

理事 後藤 勝

年金トータルサポート・コスモの無料年金相談会は4会場あり、そのうち「きらら」、「ういんぐ」、「勤労福祉会館」の3会場は当社団が共催で、区民産業プラザ（ココネリ）は当社団が主催で開催しております。開催月はきらら、ういんぐが隔月の交互での開催、ココネリと勤労福祉会館は毎月の開催となっております。

この1年間（2024年(令和6年)10月～2025年(令和7年)9月）の月別相談件数および月別の相談担当者数は、次のグラフの通りです。なお、相談担当は当社団会員の社会保険労務士が行っております。



新型コロナが5類に移行した2023年(令和5年)5月8日以降、人の交流が復活したことに伴い相談会への申し込み者も大幅に増加しました。

ここ1年間（2024年(令和6年)10月～2025年(令和7年)9月）における4会場の相談者数は延80人となり、これらのご相談に対応いたしました会員数も延220人となりました。障害年金を中心とした無料年金相談会を2011年(平成23年)1月から毎月開催しておりますが、これほど多くご相談を頂いたことはございませんでした。

この場をお借りして、当社団の相談会に多大なるご理解を頂いております行政機関、社会福祉協議会、障害者福祉推進機構、就労支援、支援施設、病院関係等の皆様に、またご相談頂いた皆様へ深くお礼を申し上げます。

今後も皆様のご期待に応えられるよう、相談体制のより一層の整備、相談担当者の更なる資質向上に努める所存です。「年金を申請する資格があるかがわからない」「年金の手続きが難しい」「専門家のアドバイスが欲しい」等々でお悩みの方は、一人で悩まず、ぜひ相談にお越しいただければと思います。

◎お申込み方法は、4ページの「無料相談会のご案内（予約制）」をご覧ください。

◆NTS コスモ（一般社団法人 年金トータルサポート・コスモの略称）の活動

精神障がい者の方をサポートさせていただきたいという思いからスタートし、現在は障害・老齢・遺族年金、成年後見、ライフプランなど生涯にわたるサポートを目指しています。

◆広報紙『生涯サポートコスモ』

紙名は、NTS コスモが目指す活動の意味を重ねております。紙面では、年金相談会・成年後見活動・てだすけ手帳（特別支援学校に通学するお子さまに将来の障害年金の手続きをご案内する手帳）を中心に、NTS コスモの活動をご紹介します。

◆「輝いて生きる未来へのてだすけ手帳」（てだすけ手帳）

20 歳前傷病による障害年金の手続きを行うに際し、実際の受給に結びつけるためのポイントをまとめた冊子です。

◆困ったときのご相談は、NTS コスモにお任せください！

①障害年金をはじめとした老齢・遺族を含む年金全般 ②成年後見 ③ライフプラン に関するご相談は、下段の「無料相談会のご案内」をご覧ください。

無料相談会のご案内（予約制）

1. 開催場所・開催日

開催場所		開催日（原則）	申し込み方法
きらら	練馬区豊玉北5丁目15番19号 豊玉すこやかセンター6階 （練馬駅中央口 徒歩5分）	偶数月 第1日曜午後	申込書によりFAXまたは、 コスモHPの問い合わせフォーム https://ntscosmo.com/ からお申込みください
ういんぐ	練馬区石神井町7丁目3番28号 石神井保健相談所内 （石神井公園駅南口 徒歩8分）	奇数月 第1日曜午後	
ココネリ	練馬区練馬1丁目17-1 区民・産業プラザ （練馬駅北口直結）	毎月 第3土曜午後	
勤労福祉会館	練馬区東大泉5丁目40 練馬区立勤労福祉会館1階 （大泉学園駅南口 徒歩3分）	毎月 第2土曜午後	

2. 今後の開催予定

◆きらら・ういんぐ

2026年 1月 4日（日） ういんぐ
2月 1日（日） きらら
3月 1日（日） ういんぐ
4月 5日（日） きらら

◆ココネリ

2026年 1月 17日（土）
2月 21日（土）
3月 28日（土）
4月 25日（土）

◆勤労福祉会館

2026年 1月 10日（土）
2月 14日（土）
3月 14日（土）
4月 11日（土）

ご相談は、経験豊富な社会保険労務士が2人1組でお話を伺います。社会保険労務士は、国家資格を持つ者として個人情報の秘密保持が法律で義務付けられていますので安心してご相談ください。

（編集委員：萩原一郎、小倉健二、久保田詩織、園田真一郎、山口裕美）