

## 在職老齢年金制度について

老齢厚生年金の受給をしながら厚生年金保険の適用事業所に勤務し社会保険加入要件を満たしている場合には、老齢厚生年金の額と給与や賞与の額に応じて、年金額の一部または全額が支給停止となる場合があります。これを在職老齢年金制度といいます。令和8年4月より、大幅に支給停止基準額が引き上げられました。

### [1] 令和8年4月から支給停止基準額は「65万円」に

これまで高齢者において「働くとなりがカットされる」という不安から就労時間を抑えるケースが多く見られましたが、政府は「働く人の就業意欲、働き控えを緩和し、人手不足を解消すること」を目的として、支給停止が始まる基準額（支給停止調整額）を従来の51万円から「65万円」へと引き上げました。

### [2] 70歳まで年金の加入が必要（在職定時改定）

老齢厚生年金を受給していても、社会保険への加入要件を満たす場合には、70歳までは厚生年金に加入し保険料を納めなければなりません。保険料を納めながら年金を受給することになるため、納めた保険料分は毎年9月に年金額が再計算され、10月から年金額に反映される「在職定時改定」が行われます。また、70歳以降は厚生年金の加入義務がなくなります。加入要件を満たすような働き方を継続している場合、年齢の上限なく在職老齢年金制度による支給調整は行われることになります。

### [3] 65歳になれば年金が受給できる、とは限らない

「年金（老齢厚生年金）の受給が始まれば、満額受給できる」と思っていないですか？ 在職老齢年金制度により、報酬額が一定額を超えると厚生年金の一部または全額が支給停止されてしまいます。さらに注意すべき点は、支給停止された年金は遡及して給付を受けることはできません。繰り下げ受給を選択しても、支給停止期間中の年金額は増額されず、そのまま消滅してしまいます。

※繰り下げ受給：最大75歳まで年金の受給開始を遅らせることが可能です（0.7%×月数、受給額増）

### [4] 老齢基礎年金には在職老齢年金の調整がされない

「総報酬月額相当額が高いと年金は一切受給できない」訳ではありません。公的年金は老齢基礎年金、老齢厚生年金の2階建てになっていて、支給停止がかかるのは、老齢厚生年金だけです（経過的加算は支給停止がかからず、加給年金は厚生年金が全額停止とならない限り支給停止がかかりません）。基礎年金は給付が受けられるにもかかわらず、「年金をもらえない」と勘違いして受け取りの申請をしないでいると、基礎年金も受給することができません。

※経過的加算：20歳未満や60歳以降に老齢厚生年金に加入していた場合に上乗せして支払われます

※加給年金：生計を維持する配偶者や子への上乗せ給付

### [5] 老齢厚生年金の一部または全額支給停止の計算方法

在職老齢年金制度においては、年金との調整は、①月例給与②賞与のみを使用しますので、それ以外の収入（不動産収入）等は調整の対象外です。

#### 【用語の説明】

基本月額…老齢厚生年金月額（加給年金額を除く）  
総報酬月額相当額…（その月の標準報酬月額※）＋（その月以前1年間の標準賞与額※の合計）÷12

※標準報酬月額…健康保険や厚生年金保険の保険料や給付金などを算出する際に用いられる報酬の基準です。

※標準賞与額…賞与額から千円以下を切り捨てた額

令和8年4月以降の計算式：在職老齢年金による調整後の年金支給月額 = 基本月額 - (基本月額 + 総報酬月額相当額 - 65万円) ÷ 2

合計額が65万円以下の場合は、全額支給されます。

2026年3月まで **51万円/月** → 2026年4月から **65万円/月**

※1 老齢基礎年金は減額されません。  
※2 基準額とは賃金と老齢厚生年金を合わせた金額です。上記の金額は毎年度、賃金の変動に応じて改定されます。



在職老齢年金は個人の年金額や、就業状況によって判断は様々です。以下の窓口にてご自身の状況を確認することが可能です。

・ねんきんネット（24時間確認可能）

[https://www.nenkin.go.jp/denshibenri\\_kojin/n\\_net/index.html](https://www.nenkin.go.jp/denshibenri_kojin/n_net/index.html)

・ねんきんダイヤル（電話相談）

TEL : 0570-05-1165 (03-6700-1165)

・お近くの年金事務所（窓口相談予約電話）

TEL : 0570-05-4890 (03-6631-7521)

その他、制度の解釈等お困りごとがございましたら古田土人事労務へお気軽にご相談ください。