

Q&A 長生き社会の 公的年金制度

少子高齢化が進み、人々が長く生きて長く働く社会になった中で、年金の給付水準の見通しと、年金の受給開始時期の選択について、Q&A方式で解説する。

日本総合研究所特任研究員（前厚生労働省年金局長） 高橋 俊之

Q1 少子高齢化が進んでも、公的年金制度が大丈夫な理由とは？

A1 年齢区分を固定せずに見れば、見え方が変わる。平均余命の伸びに応じて、働く期間が伸び、保険料の拠出期間も伸びることで、年金水準は維持できる。

【解説】

1. 平均余命の伸び

65歳の人の平均余命は、女性が24・88年（89・88歳まで生きる）で、男性が19・97年（84・97歳まで生きる）である。65歳の女性の62%、男性の37%が90歳まで生きる。

国民皆年金が発足した1961年時点の65歳の平均余命は、女性は14・10年、男性は11・88年であったから、この60年間で10年も長くなった。2070年には、女性が28・36年、男性が23・14年と、さらに3年長くなると見込まれている。

2. 人口構成の変化の見方

図表1をさらに

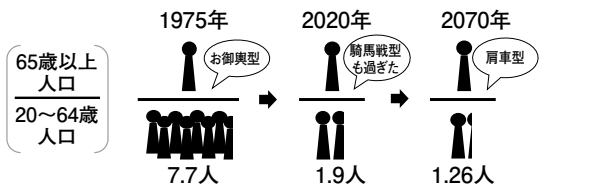
見たいただきたい。従来から良くある図は、年齢区分を65歳で固定して、65歳以上を高齢者人口、20歳～64歳を生産年齢人口として「高齢者1人を支える現役世代の人数」を表す。1975年には7・7人で1人を支える「おみこし型」だったが、2020年には1・9人、2070年には1・26人、1人を支える「肩車型」になる図だ。

しかし、見方を変えて、年齢を固定せず、「非就業者1人を支える就業者の人数」で

図表1 人口構成の変化についての見方を変えれば……

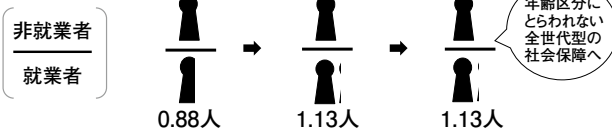
従来良くある図

65歳で固定して、「高齢者1人を支える現役世代の人数」



見方を変えた図

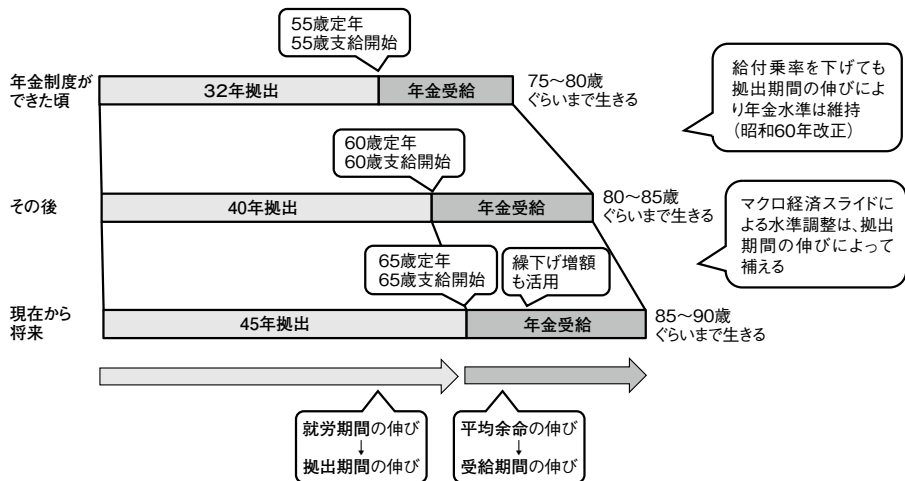
年齢を固定せず、「非就業者1人を支える就業者の人数」



※総務省「国勢調査」、社会保障・人口問題研究所「日本の将来推計人口（令和5年推計）」、総務省「労働力調査」、労働政策・研修機構「2018年度労働力需給の推計」年齢階級別就業率は、労働力需給推計のある2040年度以降一定と仮定

みると、印象が激変する。非就業者を支える就業者の人数は、1975年の0・88人から、2020年の1・13人へとむしろ若干増え、2070

図表2 平均余命の伸びと年金制度



年は1・13人で概ね同じだ。高齢者や女性の就労の増加が、分母の就業者を増やしている。

従来の年齢を固定した見方にとらわれて、不安にならないことが大切だ。

3. 拠出期間の伸びと年金

戦前から戦後にかけては、55歳定年が一般的だったが、昭和の終わり頃には、60歳定年が一般的となった。1985年の年金制度改正では、平均32年の加入期間が40年加入に伸びることから、給付水準を維持しながら、厚生年金の給付乗率を徐々に引き下げて、保険料の高騰を防いだ。平均余命の伸びに合わせ、定

年が55歳から60歳以上となり、定年の引上げ、継続雇用制度の導入等65歳までの雇用確保措置が義務化された。これと歩調を合わせて、厚生年金の支給開始年齢も、制度発足当初の55歳開始から60歳開始を経て、65歳への引上げは、男性は2025年、女性は2030年に完成する。この60年間で、平均余命が10年程度伸びたことに伴い、定年も年金の支給開始も10年延長したのは自然な流れだ。

出生率の低下により、少子高齢化が進んだことから、2004年の年金制度改正では、保険料の引上げ、基礎年金の国庫負担率の2分の1への引上げ、積立金の活用を行ったうえで、マクロ経済スライドが導入された。

マクロ経済スライドは、保険料の高騰を防ぐため、被保険者の減少率と、平均余命の伸び分による調整率を、年金

額の賃金と物価による改定率から差し引くことで、名目額は下げずに、少しずつ、給付水準を調整する仕組みである。マクロ経済スライドにより、概ね2割程度の給付水準の引下げが緩やかに進む。しかしこれは、40年で拠出期間を固定したモデル年金で比較した場合である。

実際は、平均余命の伸びに伴い、就労期間が伸び、保険料の拠出期間も伸びるため、マクロ経済スライドによる給付水準の低下を補うことができる。2019年財政検証では、66歳9月まで就労し、繰下げ受給を選択すれば、マクロ経済スライドの調整後でも、現在と同じ所得代替率が確保できると試算されている。

公的年金制度は、「45年拠出」の視点でみることで、少子高齢化でも年金水準を確保できる道筋が理解できる(図表2参照)。

Q2 2024年4月の年金

額改定では、年金支給額が増えたが、物価上昇と比べれば、実質的に目減りではないか？

A2 マクロ経済スライド調整期間中は、賃金や物価の上昇に年金額改定が追いつかないので、あらかじめそれを見込んだ老後の生活設計が大切。

【解説】

1. 賃金や物価に応じた年金額改定

公的年金の特徴は、賃金や物価に応じた年金額改定があることだ。67歳までの年金の年金額は、賃金スライドで、現役の賃金水準とのバランスを維持し、68歳からの年金額は、物価スライドで、実質価値（購買力）の維持が基本ルールだ。賃金スライドが3年度平均の賃金変動率を使っているのので、65歳に到達する直前までの賃金変動を年金額に

反映するため、67歳まで賃金スライドが適用される。

ただし、賃金変動率が物価変動率より低い実質賃金がマイナスの場合は、支え手である現役世代の負担能力に応じた給付とするため、68歳以降の年金も賃金スライドとなる。

2. マクロ経済スライド調整

年金額の改定では、賃金と物価による改定率から、マクロ経済スライド調整率が差し引かれる。この調整率は、公的年金全体の被保険者数の減少率と、平均余命の伸び分を合計したものである。

マクロ経済スライドは、保険料、国庫負担と積立金による財源に見合うよう給付水準を調整するもので、100年間の財政計算でバランスする時点で、調整が終了する。2019年の財政検証（ケースⅢ）では、2047年度まで調整が続くと試算されている。賃金・物価による改定率が

ゼロかマイナスのときは調整を行わず、未調整分は翌年度以降に繰越され、賃金や物価が上昇したときに反映される。

3. 2024年度年金額改定

2024年度の年金額改定は、前年の2023年の物価変動率が3・2%の大幅上昇となり、直近3年度平均の賃金変動率も3・1%の上昇となった。賃金変動が物価変動を下回ったので、年金額は賃金変動率で改定される。

マクロ経済スライド調整率は、被保険者数の変化率▲0・1%と、平均余命の伸び率を勘案した一定率▲0・3%を合わせて、▲0・4%の調整であり、その結果、年金額改定率は、プラス2・7%となった。

マクロ経済スライド調整を行っている途上であるので、物価上昇に年金額改定が少し追いつかないが、保険料の過度の上昇を避けるためには、

やむを得ない。将来の給付水準の低下をあらかじめ見込んで、老後の生活設計をしておくことが大切だ。

Q3 これまで60歳から70歳までであった受給開始年齢の選択の範囲が75歳まで広がられたが、どのように活用すれば良いか？

A3 平均余命の伸びに伴い、高齢になっても長く働く社会になった。受給開始を遅

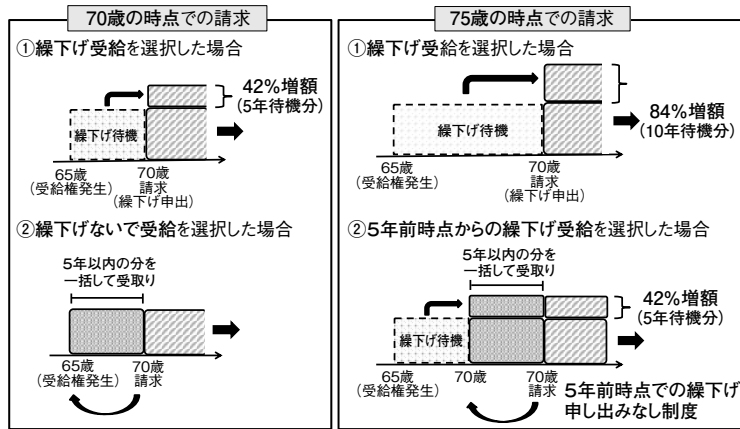
らせ、後で65歳からの分を一括受給するか、繰下げ増額での受給とするかを選べるので、まずは数年待ってみることをお勧めしたい。

【解説】

1. 受給開始時期の選択

年金の支給開始年齢は65歳であるが、受給開始の時期は、60歳から75歳までの範囲で、自分で選べる。繰下げ受給で受給開始を1か月遅らせるごとに、毎年の年金額が0・7

図表3 受給開始時期の選択 (例)



65歳からの年金の受給を開始せずに待っている繰下げ待機の状態であれば、繰下げ受給

2. 繰下げ待機後の選択
65歳からの年金の受給を開始せずに待っている繰下げ待機の状態であれば、繰下げ受給

3. 繰下げ増額のメリット
累積受給額を計算すると、80歳の時点で、65歳受給開始が60歳受給開始を上回る。また、81歳の時点で、70歳受給開始が65歳受給開始を上回る。65歳時点における平均余命の年齢は、男84・97歳、女89・88歳なので、平均余命の年齢よりも早く、累積受給額が上

る。70歳までの時点であれば、その時点からの繰下げ受給か、65歳に遡った受給開始か、選ぶことができる。70歳以降の時点の場合は、5年の時効にかからないよう、その時点からの繰下げ受給か、5年前の時点で繰下げ申し出をしたとみなした受給開始かを、選択できる。65歳の時点で、繰下げ受給を利用しようか迷っている場合には、一旦待って、後で選択する使い方が便利だ(図表3参照)。

年金制度は、人が何歳まで生きるか分からない中で、終身の年金給付による所得保障を行う「保険」制度であるから、本来、何歳まで生きれば損か得か、といった議論にはなじまない。元気なうちはできるだけ長く働き、繰下げ受給を活用することで、増額した年金を生涯受給できる安心を得られるメリットは大きい。

回る計算だ。しかも、例えば70歳で請求する場合は、70歳からの繰下げ受給と、65歳受給開始を選べるため、70歳まで生きた人の平均余命の年齢は、男86・09歳、女90・45歳であることも考えると、70歳ぐらいまでの繰下げ受給を検討することをお勧めしたい。今後、マクロ経済スライドで2割程度の年金水準の調整がされるので、2〜3年程度の繰下げ受給をすると、これを打ち消せる計算となる。

%増額する。70歳受給開始であれば42%も増額する。2020年の年金制度改正で、繰下げ受給の範囲が75歳まで拡大された。75歳受給開始であれば、84%増額する。

老齢基礎年金と老齢厚生年金の両方を繰下げることもでき、どちらか一方を繰下げることもできる。2022年度末の70歳時点での繰下げ受給の利用状況は、老齢基礎年金で2・8%、老齢厚生年金で2・1%であり、まだ少ないが、年々増えている。

逆に、65歳より早く受給開始する繰上げ受給をする

と、1か月につき0・4%減額し、これが生涯続くと、慎重にしたい。利用者は8・3%であり、年々減っている。