

# 遺族年金ガイド

令和8年度版

遺族年金とは……………	1
遺族年金の受給要件……………	2
遺族年金の年金額……………	4
他の年金との調整……………	6
遺族年金の受給権の失権……………	8
国民年金の独自給付……………	10
遺族年金Q&A……………	12
遺族年金の請求手続き……………	13
お問い合わせ先……………	14



# 遺族年金とは

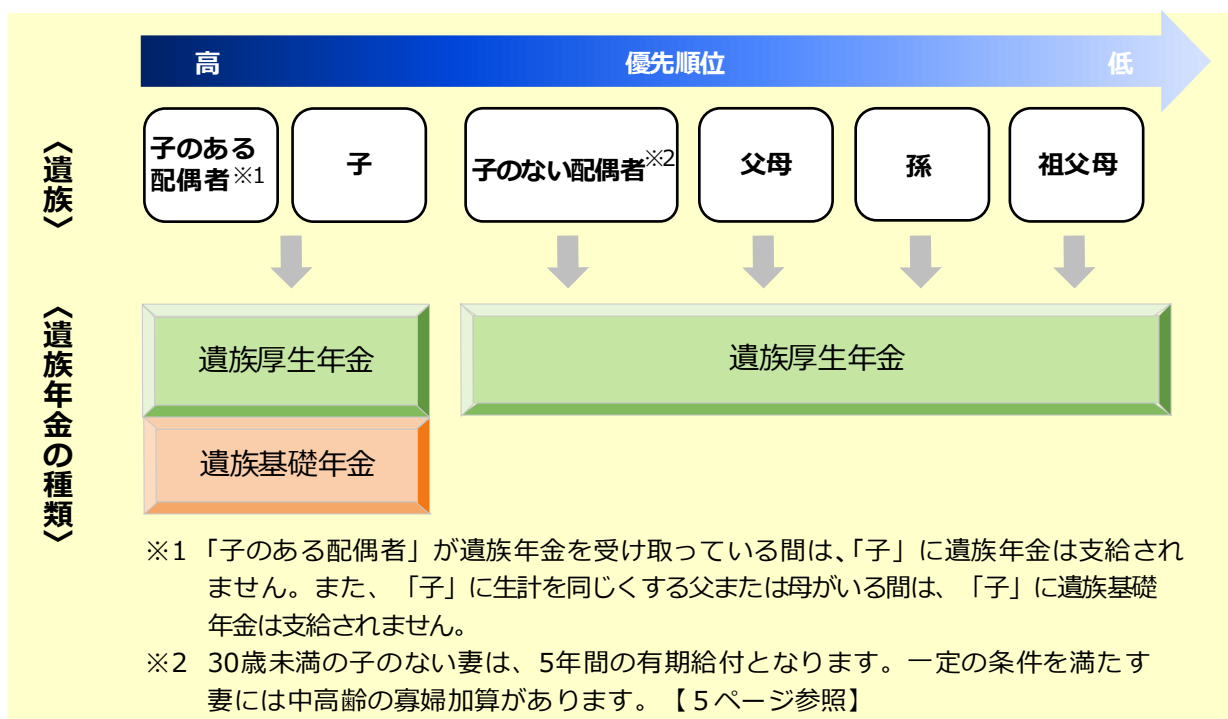
遺族年金は、一家の働き手の方や年金を受け取っている方などが亡くなられたときに、ご家族に給付される年金です。

亡くなられた方の年金の加入状況などによって、「遺族基礎年金」「遺族厚生年金」のいずれか、または両方の年金が給付されます。

亡くなられた方の年金の納付状況・遺族年金を受け取る方の年齢・優先順位などの条件をすべて満たしている場合、遺族年金を受け取ることができます。

## 遺族年金を受け取ることができる遺族と年金の種類

遺族年金を受け取ることができる遺族は、死亡当時、死亡した方によって生計を維持されていた以下の方が対象で、最も優先順位の高い方が受け取ることができます。【生計維持については、12ページ参照】



### 【遺族の年齢要件】

- 子、孫（「子のある配偶者」「子のない配偶者」などの「子」を含む）
  - ・死亡当時、18歳になった年度の3月31日までの間にあること
  - ・20歳未満で障害等級1級または2級の障害の状態にあること
  - ※婚姻していない場合に限りです。
  - ※死亡した当時、胎児であった子も出生以降に対象となります。
- 夫
  - ・遺族基礎年金：子のある配偶者である場合、年齢要件はありません。
  - ・遺族厚生年金：死亡当時、55歳以上であること。（受給開始は60歳からになります。）  
ただし、遺族基礎年金を受給中の場合に限り、60歳より前でも遺族厚生年金を合わせて受け取ることができます。
- 父母、祖父母
  - ・死亡当時、55歳以上であること。（受給開始は60歳からになります。）

# 遺族年金の受給要件

## 遺族基礎年金

遺族基礎年金は、次のいずれかの要件に当てはまる場合、死亡した方によって生計を維持されていた「子のある配偶者」または「子」が受け取ることができます。

- ① 国民年金の被保険者である間に死亡したとき。
- ② 国民年金の被保険者であった60歳以上65歳未満の方で、日本国内に住所を有していた方が死亡したとき。
- ③ 老齢基礎年金の受給権者であった方（保険料納付済期間、保険料免除期間および合算対象期間並びに65歳以降の厚生年金保険の被保険者期間を合算した期間が25年以上ある方に限る）が死亡したとき。
- ④ 保険料納付済期間、保険料免除期間および合算対象期間並びに65歳以降の厚生年金保険の被保険者期間を合算した期間が25年以上ある方が死亡したとき。

※①、②については保険料の納付要件があります。【3ページ参照】

## 遺族厚生年金

遺族厚生年金は、厚生年金保険の被保険者または被保険者であった方が、次のいずれかの要件に当てはまる場合、死亡した方によって生計を維持されていた「配偶者」、「子」、「父母」、「孫」または「祖父母」が受け取ることができます。

- ① 厚生年金保険の被保険者である間に死亡したとき。
- ② 厚生年金保険の被保険者期間に初診日がある病気やけがが原因で、初診日\*から5年以内に死亡したとき。
- ③ 1級・2級の障害厚生(共済)年金を受け取っている方が死亡したとき。
- ④ 老齢厚生年金の受給権者であった方（保険料納付済期間、保険料免除期間および合算対象期間並びに65歳以降の厚生年金保険の被保険者期間を合算した期間が25年以上ある方に限る）が死亡したとき。
- ⑤ 保険料納付済期間、保険料免除期間および合算対象期間並びに65歳以降の厚生年金保険の被保険者期間を合算した期間が25年以上ある方が死亡したとき。

\* 初診日とは、死亡の原因となった病気やけが（以下「傷病」といいます。）について、初めて医師または歯科医師（以下「医師等」といいます。）の診療を受けた日をいいます。（同一傷病で転医があった場合でも、初めて医師等の診療を受けた日が初診日となります。）

※①、②については保険料の納付要件があります。【3ページ参照】

- ・ **配偶者**については、婚姻の届出はしていないが、事実上婚姻関係と同様の事情にある者（内縁の配偶者）も含まれます。
- ・ **子**については、死亡した方の実子または養子を指します。養子縁組されていない配偶者の子は含まれません。

## 保険料の納付要件

2ページの遺族基礎年金の受給要件①、②および遺族厚生年金の受給要件①、②については、死亡日の前日において、死亡日が含まれる月の前々月までの被保険者期間に、**国民年金の保険料納付済期間（厚生年金保険の被保険者期間、共済組合の組合員期間を含む）と保険料免除期間をあわせた期間が3分の2以上あることが必要です。**

### 【例1】

- ・ 生年月日 **昭和60年4月10日**
- ・ 死亡日 **令和7年5月10日**（死亡当時40歳）
- ・ 被保険者期間（年金加入期間） **240月**（20歳から年金制度に加入）
- ・ 国民年金保険料 納付済期間 **30月** 免除期間 **12月** 未納期間 **78月**
- ・ 厚生年金保険の被保険者期間 **120月**

$$\frac{(30月 + 12月 + 120月 = 162月)}{\text{被保険者期間 } 240月} \geq \frac{160月}{240月} \left( \frac{2}{3} \right)$$

### <解説>

被保険者期間は、20歳から死亡日がある月の前々月（令和7年3月）までの240カ月です。  
このうち、保険料納付済期間、保険料免除期間および厚生年金保険の被保険者期間の合計は162カ月です。  
上記の例では、保険料納付済期間および保険料免除期間が3分の2以上（160カ月以上）あるので納付要件は満たしています。

## 保険料の納付要件の特例

死亡日が令和18年3月末日までにあるときは、次のすべての条件に該当する場合、納付要件を満たすものとされています。

- ・ 死亡日において、65歳未満であること
- ・ 死亡日の前日において、死亡日が含まれる月の前々月までの**直近1年間に保険料の未納期間がないこと**

### 【例2】

令和5年				令和6年								令和7年								
9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3	4	5
未納	未納	未納	未納	未納	未納	未納	納付	納付	納付	免除	免除	免除	免除	納付	納付	納付	納付	納付	未納	未納

死亡日 ▼

直近1年間の期間  
→ 保険料の未納期間がない

### <解説>

死亡日がある月の前々月までの直近1年間（令和6年4月から令和7年3月まで）に保険料の未納期間がないので納付要件は満たしています。

# 遺族年金の年金額

\*年金額等は、令和8年度の金額です。

遺族年金は、亡くなられた月の翌月分から受け取ることができます。  
年金額は、遺族基礎年金と遺族厚生年金で異なります。遺族基礎年金と遺族厚生年金のどちらの要件にも該当する場合は、あわせて受け取ることができます。

## 遺族基礎年金

遺族基礎年金の年金額は、一律の額となります。また、子の人数に応じて加算されます。

子のある配偶者が受け取る時

$$\text{年額}847,300\text{円}^{\ast 1} + (\text{子の加算額})^{\ast 2}$$

子が受け取る時 (次の金額を子の人数で割った額が、1人あたりの額となります。)

$$\text{年額}847,300\text{円} + (\text{2人目以降の子の加算額})^{\ast 2}$$

※1 昭和31年4月1日以前に生まれた方 …… 年額844,900円

※2 1人目および2人目の子の加算額 …… 各243,800円  
3人目以降の子の加算額 …… 各81,300円

## 遺族厚生年金

遺族厚生年金の年金額は、亡くなられた方の厚生年金の加入期間や報酬の額を基に計算されます。

$$\text{亡くなられた方の老齢厚生年金の報酬比例部分の} \frac{3}{4} = (A+B) \times \frac{3}{4}$$

A：平成15年3月以前の加入期間

$$\text{平均標準報酬月額}^{\ast 1} \times \frac{7.125}{1000}^{\ast 3} \times \text{平成15年3月までの加入期間の月数}^{\ast 4}$$

B：平成15年4月以降の加入期間

$$\text{平均標準報酬額}^{\ast 2} \times \frac{5.481}{1000}^{\ast 3} \times \text{平成15年4月以降の加入期間の月数}^{\ast 4}$$

※1 平均標準報酬月額 …… 平成15年3月以前の加入期間について、計算の基礎となる各月の標準報酬月額（過去の標準報酬月額に再評価率を乗じて、現在の価値に再評価している額）の総額を、平成15年3月以前の加入期間で割って得た額です。

※2 平均標準報酬額 …… 平成15年4月以降の加入期間について、計算の基礎となる各月の標準報酬月額と標準賞与額（過去の標準報酬月額と標準賞与額に再評価率を乗じて、現在の価値に再評価している額）の総額を、平成15年4月以降の加入期間で割って得た額です。

※3 【2ページ】遺族厚生年金の要件④、⑤の場合は、乗率は死亡した方の生年月日に応じて異なります。

※4 【2ページ】遺族厚生年金の要件①、②、③について、厚生年金保険の被保険者期間が300月(25年)未満の場合は、300月とみなして計算します。

### 【ご注意ください】

● 共済加入期間を有する方については、各共済加入期間とそれ以外の加入期間の報酬に応じた額をそれぞれ計算し、日本年金機構と各共済組合等からそれぞれの遺族厚生年金を受け取れます。ただし、2ページの遺族厚生年金の要件①、②、③の場合は、日本年金機構と各共済組合等のいずれか一か所から、まとめて受け取ることにあります。

## 65歳以上で老齢厚生（退職共済）年金を受ける権利がある方が、配偶者の死亡による遺族厚生年金を受け取る時

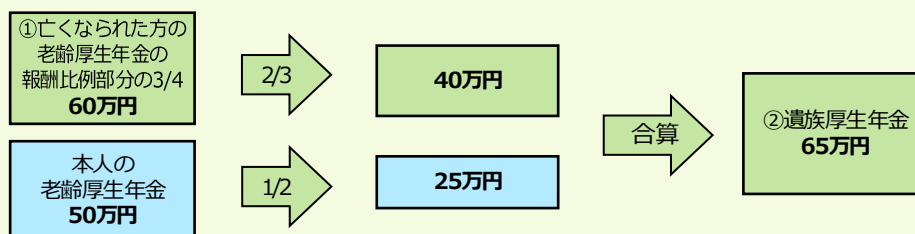
次の①と②の額を比較し、高いほうが遺族厚生年金の額となります。

- ① 亡くなられた方の老齢厚生年金の報酬比例部分の3/4の額（4ページの計算方法による額）
- ② 「上記①の額の2/3」と「ご本人の老齢厚生（退職共済）年金の額※の1/2」を合計した額

※ご本人の老齢厚生（退職共済）年金の額については、子の加給年金額を除いた額となります。

【例】4ページの計算方法による額が60万円、ご本人の老齢厚生年金の額が50万円の場合

- ①…60万円
  - ②… $(60万円 \times 2/3) + (50万円 \times 1/2) = 40万円 + 25万円 = 65万円$
- ① < ②のため、このケースでは②の額が遺族厚生年金となります。



ただし、決定した遺族厚生年金額について、ご本人の老齢厚生年金相当額が支給停止となります。【6ページ参照】  
また、平成19年4月1日に遺族厚生年金を受ける権利があり、かつ、平成19年4月1日時点ですでに65歳以上の方(昭和17年4月1日以前生まれの方)については、遺族厚生年金の額は①となります。

## 中高齢の寡婦加算額

次のいずれかに該当する妻が受け取る遺族厚生年金には、40歳から65歳になるまでの間、**635,500円**が加算されます。

- 夫が死亡したときに妻が40歳以上65歳未満で、生計を同じくする子がいない場合。
- 遺族厚生年金と遺族基礎年金を受け取っていた「子のある妻」(40歳に達した当時、子がいるため遺族基礎年金を受けていた妻に限る)が、子が18歳になった年度の3月31日に達した(障害の状態にある場合は20歳に達した)ため、遺族基礎年金を受け取ることができなくなった場合。

### 【ご注意ください】

- 2ページの遺族厚生年金の要件④、⑤の場合は、死亡した夫の厚生年金保険の加入期間が20年(中高齢の期間短縮の特例などにより20年未満の加入期間で受給資格期間を満たした方は、その期間)以上なければ、中高齢の寡婦加算額は加算されません。
- 昭和31年4月1日以前生まれの妻が、遺族厚生年金を受け取ることができるようになった当時65歳以上であったとき、または中高齢の寡婦加算額を受け取っている方が65歳になったときは、中高齢の寡婦加算額が経過的な加算額(生年月日に応じて減額)に変わります。

中高齢寡婦加算	経過的寡婦加算
遺族厚生年金	遺族厚生年金
	本人の老齢基礎年金

65歳

- 遺族基礎年金を受け取ることができるときは、中高齢寡婦加算および経過的寡婦加算を受け取ることができません。
- 障害基礎年金を受け取っている間は、経過的寡婦加算を受け取ることができません。

# 遺族厚生年金と他の年金の調整

公的年金は一人1年金が原則ですが、遺族厚生年金の受給権者が65歳以上の場合は、ご自身の老齢基礎・老齢厚生年金、障害基礎年金または旧厚生年金保険・旧国民年金の老齢年金の一部または全部をあわせて受け取ることができます。

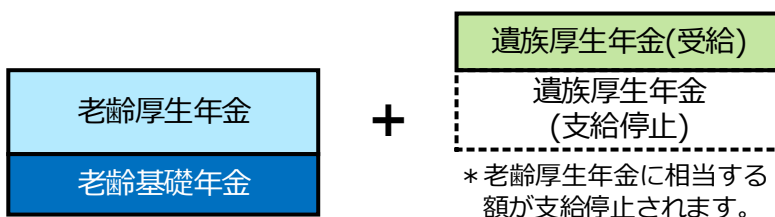
## 老齢基礎・老齢厚生年金

老齢基礎年金と遺族厚生年金の一部または全部をあわせて受け取ることができます。

### ●老齢厚生年金の受給権がある場合

65歳以上で老齢厚生年金を受け取る権利がある方は、老齢厚生年金は全額支給となり、遺族厚生年金は老齢厚生年金に相当する額が支給停止されます。

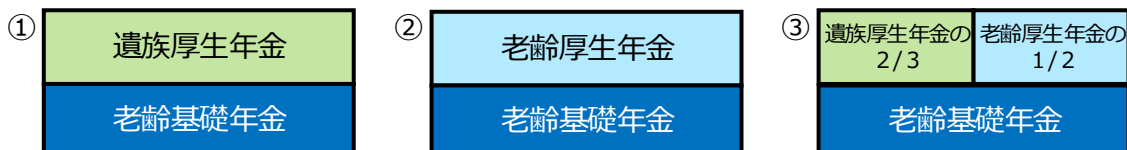
複数の遺族厚生年金の支給を受けている方については、それぞれの年金額に応じて年金額が支給停止されます。



### ●平成19年4月1日時点で、すでに65歳以上で遺族厚生年金を受け取っていた場合

平成19年4月1日前に遺族厚生年金を受け取る権利があり、かつ、平成19年4月1日時点ですでに65歳以上の方(昭和17年4月1日以前の生まれの方)は、次の①から③のうち、いずれかの組み合わせを選択することになります。

ただし、③は、遺族厚生年金の受給権者が死亡した方の配偶者である場合に限りです。

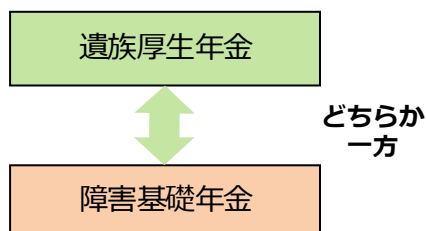


## 障害基礎年金

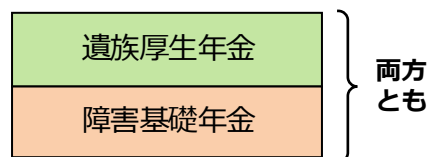
障害基礎年金をあわせて受け取ることができます。

ただし、遺族厚生年金の受給権者が65歳未満の場合は、遺族厚生年金かご自身の障害基礎年金のどちらか一方しか受け取ることができません。

### 【65歳未満】



### 【65歳以上】



\* 障害基礎年金をあわせて受け取る場合は、  
経過的寡婦加算額は支給停止されます。  
【5ページ参照】

## 旧厚生年金保険・旧国民年金の老齢年金

旧厚生年金保険の老齢年金（または通算老齢年金）の1/2をあわせて受け取ることができます。



旧国民年金の老齢年金（または通算老齢年金）をあわせて受け取ることができます。



### 【ご注意ください】

- 老齢厚生年金または退職共済年金を受け取る権利がある方は、遺族厚生年金の額の計算【5ページ上欄参照】や支給停止【6ページ参照】を行うため、老齢厚生年金または退職共済年金の請求手続きをする必要があります。
- 2つ以上の年金を受け取る権利ができたときは、年金事務所へいずれの年金を受け取るか選択の申出が必要となる場合があります。
- ご不明な点は、14ページを参照いただきお問い合わせください。

# 遺族年金の受給権の失権

遺族年金を受け取る権利がなくなった場合は、「遺族年金失権届」の届出が必要です。死亡したときは「遺族年金失権届」の届出は不要ですが、「受給権者死亡届」の届出が必要な場合があります。

## 遺族基礎年金

遺族基礎年金の受給権は、次のいずれかに該当したときに失権します。該当した日から14日以内に、年金事務所または街角の年金相談センターへ届出が必要です。

### ■ 子のある配偶者（亡くなった方の妻または夫）が受け取っている場合

#### （1）受給権者本人（亡くなった方の妻または夫）が次のいずれかに該当するとき

- ① 死亡したとき
- ② 婚姻したとき（内縁関係を含む）
- ③ 直系血族または直系姻族以外の方の養子となったとき

#### （2）遺族基礎年金の受給権を有しているすべての子が次のいずれかに該当したとき

- ① 死亡したとき
- ② 婚姻したとき（内縁関係を含む）
- ③ 受給権者（亡くなった方の妻または夫）以外の方の養子となったとき
- ④ 亡くなった方と離縁したとき
- ⑤ 受給権者（亡くなった方の妻または夫）と生計を同じくしなくなったとき
- ⑥ 18歳になった年度の3月31日に到達したとき（障害等級1級・2級に該当する障害の状態にあるときは20歳に到達したとき）
- ⑦ 18歳になった年度の3月31日後20歳未満で障害等級1級・2級の障害の状態に該当しなくなったとき

※ 上記⑥に該当した場合、「遺族年金失権届」の提出は不要です。

### ■ 亡くなった方が受け取っている場合

#### 受給権者本人（亡くなった方の子）が次のいずれかに該当するとき

- ① 死亡したとき
- ② 婚姻したとき（内縁関係を含む）
- ③ 直系血族または直系姻族以外の方の養子となったとき
- ④ 亡くなった方と離縁したとき
- ⑤ 18歳になった年度の3月31日に到達したとき（障害等級1級・2級に該当する障害の状態にあるときは20歳に到達したとき）
- ⑥ 18歳になった年度の3月31日後20歳未満で障害等級1級・2級の障害の状態に該当しなくなったとき

※ 上記⑤に該当した場合、「遺族年金失権届」の提出は不要です。

## 遺族厚生年金

遺族厚生年金の受給権は、次のいずれかに該当したときに失権します。  
該当した日から10日以内に、年金事務所または街角の年金相談センターへ届出が必要です。

### ■ 亡くなった方の妻または夫が受け取っている場合

**受給権者本人（亡くなった方の妻または夫）が次のいずれかに該当するとき**

- ① 死亡したとき
  - ② 婚姻したとき（内縁関係を含む）
  - ③ 直系血族または直系姻族以外の方の養子となったとき
  - ④ 夫が亡くなったときに30歳未満の「子のない妻」が、遺族厚生年金を受け取る権利を得てから5年を経過したとき（夫が死亡したときに胎児であった子が生まれ、遺族基礎年金を受け取ることができるようになった場合を除く）
  - ⑤ 遺族基礎年金・遺族厚生年金を受け取っていた妻が、30歳に到達する前に遺族基礎年金を受け取る権利がなくなり、その権利がなくなってから5年を経過したとき
- ※上記④、⑤は、平成19年4月1日以降に夫が死亡した妻のみが遺族厚生年金を受け取る場合に限ります。

### ■ 亡くなった方の子または孫が受け取っている場合

**受給権者本人（亡くなった方の子または孫）が次のいずれかに該当するとき**

- ① 死亡したとき
  - ② 婚姻したとき（内縁関係を含む）
  - ③ 直系血族または直系姻族以外の方の養子となったとき
  - ④ 亡くなった方と離縁したとき（子が受け取っている場合）
  - ⑤ 離縁によって亡くなった方との親族関係が終了したとき（孫が受け取っている場合）
  - ⑥ 18歳になった年度の3月31日に到達したとき（障害等級1級・2級に該当する障害の状態にあるときは20歳に到達したとき）
  - ⑦ 18歳になった年度の3月31日後20歳未満で障害等級1級・2級の障害の状態に該当しなくなったとき
  - ⑧ 亡くなった方の死亡当時、胎児であった子が生まれたとき（孫が受け取っている場合）
- ※ 上記⑥に該当した場合、「遺族年金失権届」の提出は不要です。

### ■ 亡くなった方の父母または祖父母が受け取っている場合

**受給権者本人（亡くなった方の父母または祖父母）が次のいずれかに該当するとき**

- ① 死亡したとき
- ② 婚姻したとき（内縁関係を含む）
- ③ 直系血族または直系姻族以外の方の養子となったとき
- ④ 亡くなった方と離縁したとき（父母が受け取っている場合）
- ⑤ 離縁によって亡くなった方との親族関係が終了したとき（祖父母が受け取っている場合）
- ⑥ 亡くなった方の死亡当時、胎児であった子が生まれたとき

# 国民年金の独自給付

国民年金の独自給付として「寡婦年金」と「死亡一時金」があります。  
どちらも国民年金のみの給付制度で、厚生年金保険にはありません。

## 寡婦年金

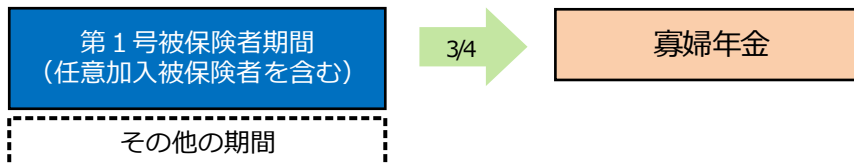
**寡婦年金**は、死亡日の前日において、国民年金第1号被保険者<sup>※1</sup>（任意加入被保険者を含む）の保険料納付済期間と保険料免除期間が合わせて10年以上<sup>※2</sup>ある夫が死亡したときに、夫によって生計を維持され、かつ、夫との婚姻関係（事実婚を含む）が10年以上継続している妻が、60歳から65歳になるまで受け取ることができます。

※1 国民年金には、日本国内に住む20歳以上60歳未満のすべての方が加入します。  
会社員（厚生年金保険に加入）や公務員（共済組合に加入）とその被扶養配偶者を除く、自営業者や学生などの加入者を「国民年金第1号被保険者」といいます。

※2 平成29年8月1日より前の死亡の場合、25年以上の期間が必要です。

### 寡婦年金の金額

夫の死亡日前日までの第1号被保険者（任意加入被保険者を含む）期間から、老齢基礎年金の計算方法により算出した額の3/4になります。



### <寡婦年金を請求する際の注意事項>

- ①夫が老齢基礎年金または障害基礎年金を受け取ったことがある場合は、請求することができません。  
※夫の死亡日が令和3年3月31日以前のときは、以下に該当する方となります。
  - ・夫が老齢基礎年金を受け取ったことがある場合
  - ・夫が障害基礎年金の受給権を有していた場合
- ②妻が繰上げ受給の老齢基礎年金を受け取っている場合は、請求することができません。
- ③妻が他の年金を受け取っている場合は、選択になります。
- ④寡婦年金と死亡一時金の両方を受け取ることができる場合は、どちらか一方を選択して受け取ることとなります。

## 死亡一時金

**死亡一時金**は、死亡日の前日において、国民年金第1号被保険者(任意加入被保険者を含む)の保険料納付済期間※が**36月(3年)以上**ある方が死亡したときに遺族が受け取ることができます。

※1/4納付期間は1/4に相当する月数、半額納付期間は1/2に相当する月数、3/4納付期間は3/4に相当する月数となります。

### 死亡一時金の金額

【保険料納付月数】	【金額】
36月以上180月未満 ……………	120,000円
180月以上240月未満 ……………	145,000円
240月以上300月未満 ……………	170,000円
300月以上360月未満 ……………	220,000円
360月以上420月未満……………	270,000円
420月以上 ……………	320,000円

- 死亡した月の前月までに付加保険料納付済期間が36月以上ある場合は、上記の金額に**8,500円**が加算されます。

#### <死亡一時金を請求する際の注意事項>

- ①死亡一時金を受け取ることができる遺族は、死亡した方の配偶者、子、父母、孫、祖父母、兄弟姉妹の順番で、死亡したときに生計を同一にしていた方が対象になります。
- ②死亡した方が老齢基礎年金、障害基礎年金のいずれかを受け取っていたとき、または遺族基礎年金を受け取ることができる方がいる場合には、死亡一時金を受け取ることができません。
- ③死亡一時金は、死亡日の翌日から2年を経過した場合、請求することができなくなりますのでご注意ください。
- ④死亡一時金は遺族基礎年金の受給権がある場合は受け取ることができません。ただし、子に遺族基礎年金が発生する場合であって、その子と生計を同じくする遺族基礎年金の受給権を有しない父または母がいることにより子の遺族基礎年金の支給が停止される場合は、その父または母は死亡一時金を受け取ることができます。

#### 【令和7年の法律改正による留意事項】

令和10年4月1日以後は生計を同じくする父または母がいる場合であっても、子は遺族基礎年金の支給を受けることができるようになります。ただし、令和8年4月1日から令和10年3月31日までに権利が発生した死亡一時金を父または母が受け取った場合、生計を同じくする子の遺族基礎年金は引き続き支給停止されますのでご注意ください。

寡婦年金および死亡一時金の請求手続き先は、お住まいの市(区)役所または町村役場です。添付書類については、事前にねんきんダイヤル【14ページ参照】などへお問い合わせください。

# 遺族年金 Q & A

## 生計維持とは

**Q1** 遺族基礎年金・遺族厚生年金を受け取るための条件の一つに、「死亡当時、死亡した方によって生計を維持されていた方」とありますが、具体的にどのような場合をいうのですか？

**A1** 「死亡した方によって生計を維持されていた方」には、死亡当時、死亡した方と生計を同一にしていた方（同居していること、または別居していても仕送りを受けていたり、健康保険の被扶養者である等の場合に認められます。）で、原則として、年収850万円未満の方が該当します。

なお、死亡当時に年収850万円以上であっても、おおむね5年以内に年収が850万円未満となると認められる事由(退職または廃業など)がある方は遺族年金を受け取ることができます。

## 児童扶養手当について

**Q2** 児童扶養手当を受給しているのですが、遺族年金をあわせて受給できますか？

**A2** 児童扶養手当の受給者の方やその配偶者が、公的年金制度から年金を受けるようになったり、年金額が改定された場合は、市区町村から支給されている児童扶養手当が支給停止または一部支給停止される可能性があります。

詳しくは、お住まいの市区町村の児童扶養手当担当窓口にお問い合わせください。

## 老齢年金の繰下げ受給について

**Q3** 遺族年金を受け取りながら老齢年金を繰下げすることはできますか？

**A3** 原則として※、66歳に到達した日以前に遺族年金等を受け取る権利を有した場合は、老齢年金を繰り下げて受給することができません。

また、66歳に到達した日後の繰下げ待機期間中に遺族年金等を受け取る権利を有した場合は、その時点で増額率が固定され、老齢年金の請求の手続きを遅らせても増額率は増えません。

※65歳に到達する前に遺族年金等を受け取る権利を失権していた場合は、老齢年金を繰り下げて受給することができます。

令和7年の法律改正により、令和10年3月31日時点において、遺族厚生年金を受け取る権利を有しており、かつ、65歳に到達していない方（昭和38年4月2日以降生まれ）は、以下のとおりとなります。

- ・老齢厚生年金は、遺族厚生年金の請求を行っていない場合に限り、繰下げ請求することができるようになります。
- ・老齢基礎年金は、遺族厚生年金の請求の有無にかかわらず、繰下げ請求することができるようになります。

# 遺族年金の請求手続き

遺族基礎年金・遺族厚生年金を受け取るためには、年金の請求手続きが必要です。

## 請求書類などの提出先

提出先は以下のとおりです。

### お近くの年金事務所、街角の年金相談センター

- 遺族基礎年金のみを請求する場合は、お住まいの市（区）役所または町村役場
- 共済組合等の加入期間がある方についても、年金事務所に年金請求書を提出することで共済組合等に加入していた期間の年金を請求することが可能です。

## 手続きの流れ

「年金請求書」を年金事務所や市（区）役所または町村役場に提出します。

- 必要事項を記入し、提出します。
  - ・日本年金機構ホームページでは、年金の請求手続きについて記入方法などを掲載しています。  
<https://www.nenkin.go.jp/tokusetsu/izokunenkinseiky.html>
- 老齢基礎年金・老齢厚生年金、退職共済年金を受け取る権利がある方で、これらの年金が未請求のときは、あわせて請求します。



\*年金請求書には、戸籍謄本や死亡診断書等の添付書類が必要となります。  
添付書類は、個人番号（マイナンバー）の登録状況、死亡原因や子の有無等により異なりますので事前に年金事務所や街角の年金相談センター、ねんきんダイヤル【14ページ参照】にお問い合わせください。

「年金証書」「年金決定通知書」「年金証書・年金決定通知書の見方 今後の手続きのご案内」（リーフレット）が日本年金機構からご自宅に届きます。

- ご自宅に届くのは、年金請求書の提出から1カ月程度（加入状況の確認を要する場合は2カ月程度）※ です。
  - ※共済組合等から年金を受け取る権利のある方については、2カ月以上の期間を要する場合があります。
- リーフレットには、必要な届出などを記載しています。  
年金証書と一緒に大切に保管し、必要なときに読み返してお役立てください。

年金証書がご自宅に届いてから約1～2カ月後に、年金の振り込みが始まります。

- 年金請求時に指定された口座へ、偶数月に2カ月分振り込まれます。

# お問い合わせ先

お問い合わせの際は、**基礎年金番号**、**照会番号**または**個人番号**がわかるものをご用意ください

年金の一般的なお問い合わせは「ねんきんダイヤル」へ

ねんきん  
ダイヤル



## 0570-05-1165

全国一律の通話料金でご利用いただけます。  
通話料金定額プランの対象外です。

050から始まる電話番号からおかけになる場合は（東京）**03-6700-1165**

受付時間

月曜日<sup>※1</sup> 8:30～19:00  
火～金曜日 8:30～17:15  
第2土曜日<sup>※2</sup> 9:30～16:00

※1 月曜日が祝日の場合は、翌日以降の平日の初日に19:00まで受け付けます。  
※2 第2土曜日以外の土・日・祝日、12/29～1/3はご利用いただけません。

年金事務所等での対面の相談をご希望の方は、「予約相談」をご利用ください

予約相談

- マイナンバーカードを利用して予約  
① マイナポータルにログイン  
② 「ねんきんネットTOP」を選択し「年金相談のご案内」より予約
- マイナンバーカードを利用しないで予約  
年金相談予約専用サイトより必要事項を入力し予約

日本年金機構 予約相談 検索

<https://www.nenkin.go.jp/section/guidance/yoyaku.html>

- インターネット予約の受付時間  
土日祝日も含め毎日 8:00～23:30 ※システムメンテナンスによる停止を行うことがあります。

マイナポータル



<https://myna.go.jp/>

電話での予約



## 0570-05-4890

全国一律の通話料金でご利用いただけます。  
通話料金定額プランの対象外です。

【受付時間】

月～金曜日 8:30～17:15  
土・日・祝日、12/29～1/3はご利用  
いただけません。

おかけ間違いに  
ご注意ください

以下のような操作によるおかけ間違いが発生しています。

- 「0570」の最初の「0」は省略しないでください。
- 「0570」の前に市外局番をつけないでください。

代理の方が  
おかけになる場合

- 二親等以内の方は代理人として、通知の内容についてのみお問い合わせいただけます。
- お電話の際はご本人の基礎年金番号または照会番号に加え、代理人の方の基礎年金番号も必要です。
- 個人番号でのお問い合わせはご本人または法定代理人からの場合のみとなります。

○ お電話がつながりやすい時期

- ▶ 週の後半 ▶ 月の後半
- ▶ 第2土曜日（ねんきんダイヤル）

△ お電話がつながりにくい時期

- ▶ 月曜日など休日明け
- ▶ お手元に通知書等が届いた直後から5日間程度

**日本年金機構のホームページもご利用ください。**

- 年金の基礎知識、全国の年金事務所の所在地と電話番号などがご覧いただけます。
- “ねんきんネット”では、24時間いつでもどこでも、パソコンやスマートフォンからご自身の年金情報を確認することができます。また、ご自身やご家族（亡くなられた方も含みます）の氏名などを入力すると、持ち主不明記録の中に一致する記録があるかどうか調べることができます。マイナンバーカードをお持ちの方は、マイナポータルからのご利用登録が便利です。

日本年金機構

検索

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