

保存版



東京海上日動

# iDeCo<sup>イデコ</sup>ガイド

個人型確定拠出年金・愛称「iDeCo(イデコ)」

今  
は  
じ  
め  
よ  
う  
未  
来  
へ  
の  
贈  
り  
も  
の



iDeCo普及推進キャラクター  
「イデコちゃん」

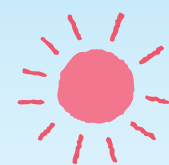
## iDeCoのいいトコ活用術

• 公的年金+iDeCoのススメ • 3つの税制優遇でおトク • iDeCoご利用の流れ • もっと知りたい! iDeCoのこと





iDeCo は、「おトク」と「ふやす」で、「未来のゆとり」をつくるしくみです。



## 公的年金 だけでは ゆとりある未来は 望めない?



ゆとりある未来(老後)には、例えばご夫婦おふたりで月額37.9万円の生活資金が必要\*といわれています。私たちは、国民年金や厚生年金などの公的年金に加入していますが、これだけでは、ゆとりある生活は難しいとのデータもあります。

\*生命保険文化センター「2022年度 生活保障に関する調査」

月額5,000円から始められて **お手軽!**

iDeCoは、月額5,000円から始められます。ご自身のライフスタイルに合わせて、掛金額や積立スケジュールを設定できるので、未来を見据えた資産形成に最適です。

➡ **3ページ**

## iDeCoは さまざまな 「おトク」で あなたの年金づくり をサポートします!



iDeCoには、**3つの税制優遇**があります。使わないなんてもったいない…

**税制優遇**が3つもあって **おトク!**



➡ **4ページ**

## iDeCoには 資産を着実に 運用する “コツ”が 詰まっています!



iDeCoの資産運用には、“コツ”があります。賢く運用するためのノウハウは、「**iDeCo運用商品ナビ**」をご覧ください。



➡ 同封の「**iDeCo運用商品ナビ**」

## 充実した シニアライフ のために 豊かなGOALが ここにあります。



iDeCoで積み立てた資産は、60歳以降に年金か一時金として、または年金と一時金を併用して受け取ることができます。**あなたにピッタリの受取方法をご選択**いただけます。

**60歳まで引き出せないで貯まる!**

iDeCoで積み立てた資産の受取りは、60歳以降になります。60歳まで引き出せませんが、だからこそ確実に年金資産を貯めることができるのです。

➡ **8ページ**

人生100年時代





# 公的年金 + iDeCo のススメ

公的年金は「世代間扶養」の考え方をもとに運営されており、現在は現役世代約2人で高齢者を1人支えています。このまま少子高齢化が進むと2070年には、現役世代1.3人で高齢者1人を支えなければいけない状況になると予測されています。そのため公的年金で受け取れる額もゆるやかにダウンしていく見通しです。

ご夫婦おふたり、ゆとりある老後のためには月額約37.9万円が必要といわれています。公的年金だけだと、どのくらい不足するのでしょうか？

## 個人事業主の方等の場合 ※1956年4月2日以降生まれの方の場合

### ご夫婦の場合

ご夫婦ともに20歳～60歳までの40年間、国民年金に加入していた場合の2024年度の国民年金受給額は、ご夫婦おふたりで月額約13.6万円(月額約6.8万円/人)です。



ご夫婦おふたりのゆとりある生活には、月額約24.3万円も不足します。

### 単身者の方の場合



月額約6.8万円

日々の生活費も不足するケースがあり、ゆとりある生活を送るのは難しい状況といえます。

## 会社員の方の場合

### ご夫婦の場合

厚生年金加入年数40年間、配偶者が家事専従者というご夫婦の2024年度の厚生年金受給額は、ご夫婦おふたりで月額約23万円です。



ご夫婦おふたりのゆとりある生活には、月額約14.9万円も不足します。

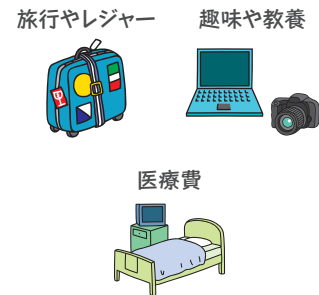
### 単身者の方の場合



男性(平均)月額約16.4万円  
女性(平均)月額約10.5万円

日々の生活費も不足するケースがあり、ゆとりある生活を送るのは難しい状況といえます。

### 「ゆとり」にあたる資金の使いみち



その他、「身内との付き合い」や「子供や孫への資金援助」をあげる方も多くいます。

- <出典>  
 ・内閣府令和5年版高齢社会白書  
 ・厚生労働省「令和4年度 厚生年金保険・国民年金事業の概況」  
 ・厚生労働省「令和6年度の年金額改定についてお知らせします」  
 ・生命保険文化センター「2022年度 生活保障に関する調査」

平均的な収入(平均標準報酬(賞与含む月額換算)43.9万円)で40年間就業した場合に受け取り始める年金(老齢厚生年金と2人分の老齢基礎年金(満額))の給付水準です。

この不足分を補うために、iDeCoを活用した資産形成をおススメします。

「公的年金だけでは将来が不安」そんな方にご提案する方程式

公的年金

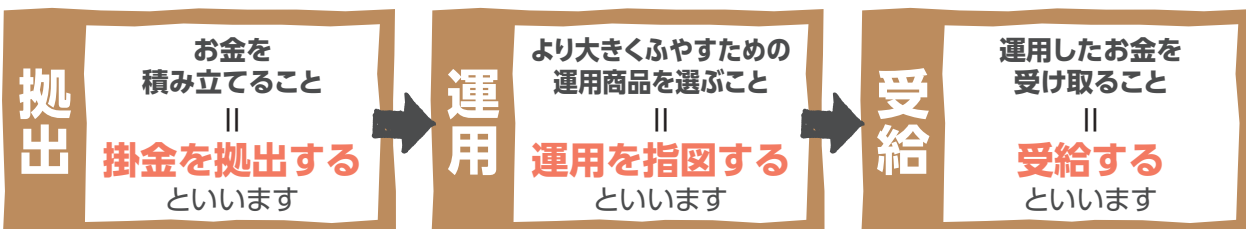
+

iDeCo

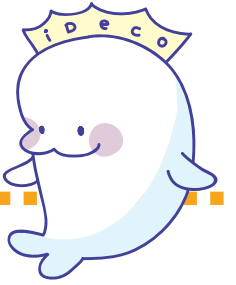
=

ゆとりある老後

iDeCoでできること。



# 3つの税制優遇でおトク



法律に定められた公的年金を補完する制度だからこそ、他の年金商品にはない税制優遇措置など、おトクがたくさん詰まっています。「積み立てるとき」「運用するとき」「受け取るとき」の3つのタイミングで、税制優遇があります。

## 積み立てるとき

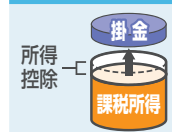
### 加入者掛金全額が所得控除となります。

iDeCoの加入者掛金は、全額が所得控除の対象となり、課税されません。例えば、給与年収500万円の方が毎月23,000円をiDeCoで積み立てた場合、年間55,200円も節税できます。

本来の課税所得に対して



毎月拠出する掛金が全額所得控除の対象となるため課税所得が減り



節税できます



たとえば、給与年収500万円の方が月々23,000円を積み立てた場合(税率20%で計算)

掛金全額が所得控除されます。年間で**55,200円**

20年間続けると…**1,104,000円**の税制メリットがあります。

※復興特別所得税は考慮しておりません。

- 所定の手続きをすることで、個人年金保険料や生命保険料等とは別枠で、掛金全額を所得控除することができます。
- あくまでも仮定に基づく試算ですので、将来の結果を保証するものではありません。

## 運用するとき

### 運用でふえた分には税金がかかりません。

一般的な金融商品では、運用益に課税されますが(20.315%)、iDeCoの運用益には税金がかかりません。

一般的な金融商品では運用益に対して、

原則**20.315%**税金がかかります。

※2013年から25年間は、所得税に併せて復興特別所得税(所得税×2.1%)が課税されます。  
 ※退職金等(確定拠出年金)の積立金は特別法人税等の対象となりますが、現在課税停止中です。

## 受け取るとき

### 受取り方で控除の種類が変わります。

年金として受け取る場合は、公的年金等控除、一時金で受け取る場合は、退職所得控除の対象となります。

60歳以降に

**年金**として定期的に受け取る(5年以上20年以下の範囲で選択できます)

公的年金等控除が適用され、雑所得として課税されます。

**一時金**として一括して受け取る(年金と一時金の併用も可能)

退職所得控除が適用され、退職所得として課税されます。

# iDeCoご利用の流れ



<用語の説明>

企業年金等：以下の企業型 DC、DB 等の他制度の総称

企業型 DC：企業型確定拠出年金

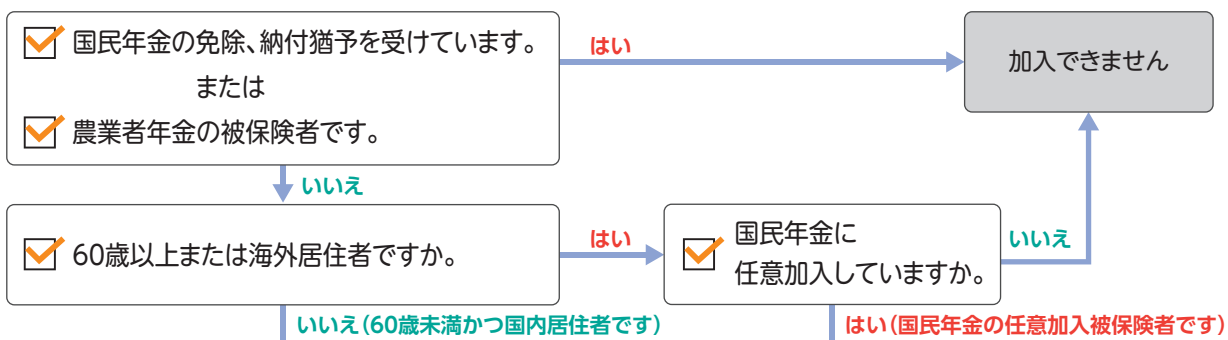
DB 等の他制度：確定給付企業年金、厚生年金基金、石炭鉱業年金基金、国家公務員共済組合、地方公務員共済組合、私立学校教職員共済制度

## STEP 1 掛金額を決める

## iDeCoの加入診断を行い、いくら拠出できるのかを確認しましょう

iDeCoは、原則、国民年金被保険者であればご加入いただける制度ですが、掛金額には上限(「拠出限度額」といいます)があります。また、職業や加入されている公的年金の種類により拠出限度額が異なります。まずは、以下のチェックシートで加入診断を行い、加入可否と拠出限度額を確認してみましょう。

### (1) 個人事業主・学生等または、会社員等に扶養されている家事専従者の方



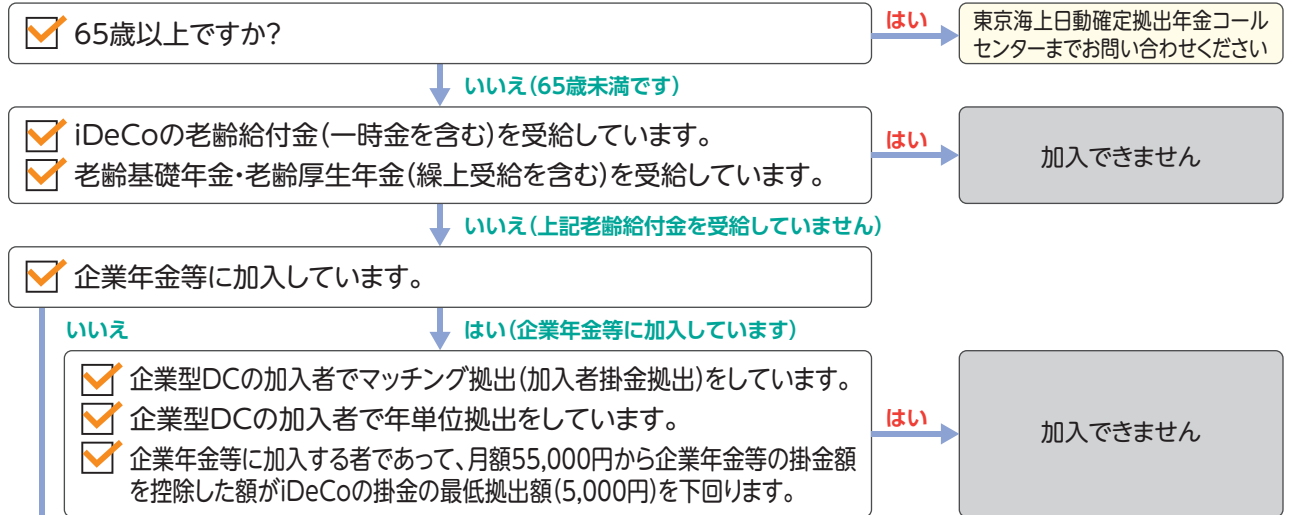
第1号被保険者 (20歳以上60歳未満) (個人事業主等)	第3号被保険者 (20歳以上60歳未満) (家事専従者)	任意加入被保険者
年額816,000円 (月額68,000円)	年額276,000円 (月額23,000円)	年額816,000円 (月額68,000円)

国民年金の任意加入被保険者とは、20歳以上65歳未満の海外居住者または60歳以上65歳未満の国内居住者で、老齢基礎年金等の受給資格を満たしていない方です。

※iDeCoの老齢給付金(一時金を含む) または老齢基礎年金・老齢厚生年金(繰上受給を含む)を受給している場合は、加入できません。

### (2) 会社の役員・従業員または、公務員・私立学校の教職員の方

※企業年金等の加入状況により拠出限度額が異なります



企業年金等に加入していない	企業型DCにのみ加入している*1	DB等の他制度にのみ加入している*2	企業型DCとDB等の他制度に加入している*1*2
年額276,000円 (月額23,000円)	月額55,000円から各月の企業年金等の掛金額を控除した額 ただし、右記金額が上限		年額240,000円 (月額20,000円)

### 第2号被保険者

厚生年金に加入している方は、原則65歳までiDeCoにご加入いただけます。

\*1 企業型DCまたは企業型DCとDB等の他制度と同時にiDeCoに加入する場合は、企業型DCの加入者Webサイトで企業型の掛金額とご自身の登録情報(基礎年金番号、性別、生年月日)をご確認ください。登録情報が年金手帳または基礎年金番号通知書の内容と不一致の場合は、iDeCoの加入が正しく行われない可能性がありますので、事業主に訂正を依頼してください。

\*2 DB等の他制度に加入する方は、掛金額の周知方法が事業主によって異なりますので、お勤め先にご確認ください。

## STEP 2

### 運用商品を選ぶ

## ご自分にあった運用商品を選択しましょう。

iDeCoには、安全性を重視した商品から収益性が期待できる商品まで、様々な運用商品がラインアップされています。同封の「iDeCo運用商品ナビ」の表紙に掲載の二次元コードをご活用いただき、ご自分にあった運用商品を選択しましょう。

- 運用商品の詳細(「運用商品ガイド」)と最新の運用実績等(「実績推移表」)をご確認ください。
- 運用商品をどのように選べばよいかわからない場合は、iDeCoの商品選択をお手伝いする資産配分シミュレーションツール「なっとく運用サポート」をご利用ください。

## STEP 3

### 加入手続きをする

## iDeCo Web手続きまたは「個人型年金加入申出書」を提出します。

書類手続きの場合は、「個人型年金加入申出書」をご提出ください。ご提出が必要な書類は下表をご確認ください。

	第1号被保険者	第2号被保険者		第3号被保険者	任意加入被保険者
		会社員	共済組合員		
個人型年金加入申出書	○	○	○	○	○
任意加入被保険者用別紙*1	—	—	—	—	○
事業主払込(登録・納付方法変更等)に関する証明書*2	—	○	—	—	—
事業主払込(登録・納付方法変更等)に関する証明書(共済組合員用)*2	—	—	○	—	—

\*1 別途添付書類のご提出が必要な場合があります。

\*2 事業主払込をご希望の場合のみ、提出が必要です。

● 納付月と金額を指定する方法での拠出を希望する場合は、「加入者月別掛金額登録・変更届」を弊社ホームページからダウンロードし添付してください(企業年金等と同時にiDeCoに加入する場合は、納付月と金額を指定する方法は選択できません)。



STEP 4

通知書等を  
確認する

## 通知書や残高のお知らせを確認します。

iDeCoとの長い付き合いがはじまります。ご加入後に**個人型年金規約**や**ユーザーID等**が郵送されますので大切に保管してください。「個人型年金加入確認通知書」には、**掛金引落開始年月日**や**初回引落金額等**が記載されていますので必ずご確認ください。

加入後1回のみ

### 個人型年金規約・ユーザーID等

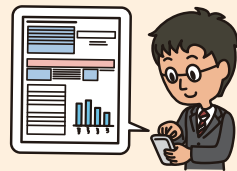
- **個人型年金加入確認通知書**  
国民年金基金連合会から届きます。個人型年金規約・加入者の手引きが同封されています。  
※納付月と金額を指定した場合は「加入者引落予定のお知らせ」が併せて送付されます。
- **ユーザーID・商品登録完了のお知らせ**  
日本レコード・キーピング・ネットワーク<sup>\*1</sup>から届きます。  
ホームページ利用時に必要となるID・パスワードが記載されていますので、大切に保管してください。



毎年1回

### 「確定拠出年金・残高のお知らせ」

5月頃に日本レコード・キーピング・ネットワーク<sup>\*1</sup>から電子版または書面で届きます (Web手続きの方は原則、電子版で届きます)。  
運用商品ごとの残高・取引履歴等が記載されますので、運用状況の確認にご活用ください。



毎年1回

### 「小規模企業共済等掛金払込証明書」

原則10月下旬 (加入月や納付方法によっては11月以降) に国民年金基金連合会から届きます。  
年末調整や確定申告 (所得控除) のお手続きに必要ですので、大切に保管してください。



くわしくは  
コチラ



### ホームページ・コールセンター

資産残高や運用商品ごとの運用状況等は、ホームページやコールセンターで確認できます。

\*1 記録関連業務を行う運営管理機関です。

## 高度障害・死亡の場合は、拠出した資産を受け取ることができます。

### 障害給付金

以下に該当する場合、60歳になる前に受け取れます。

#### 高度障害となった場合

- 障害給付金の受給要件は以下の通りです。
- 障害基礎年金 1級・2級を受給している方
  - 身体障害者手帳 1級から3級をお持ちの方
  - 精神障害者手帳 1級・2級をお持ちの方
  - 療育手帳 (重度に限る) をお持ちの方

### 死亡一時金

死亡した場合、ご遺族が受け取れます。

配偶者、子、父母、孫、祖父母または兄弟姉妹のうちから**死亡一時金を受け取る者を指定できます**。  
受取人を指定する場合は、ご加入後に「死亡一時金受取人 指定・変更通知書」の提出が必要になります。コールセンターへご請求ください。

くわしくは  
コチラ



STEP 5

資産を  
受け取る

## ライフプランにあわせて受取方法が選べます。

### 老齢給付金

積み立てた資産は60歳以降<sup>\*2</sup>、お一人おひとりのライフプランにあわせて**受取方法を選べ**ます。60歳以降<sup>\*2</sup>受け取る資産を**老齢給付金**といいます。老齢給付金の受給資格を取得した際には、手続き方法などについてご案内を送付いたします。受取手続きはWEBで簡単に行うことができます。

一時金として一括で受け取る



年金として定期的に受け取る



(受取期間は5年以上20年以下の範囲から選べます)

年金と一時金を併用して受け取ることもできます。

- iDeCoとは別に会社から退職手当等を受け取っている場合、老齢給付金の受取り手続きの際に「**退職所得の源泉徴収票・特別徴収票**」が必要になることがあります。この書類は会社からの退職手当等を受け取ったときに発行されます。**大切に保管しておきましょう。**



- 給付金の受取り時、および60歳以降運用指図者である期間は所定の手数料がかかります。
- 手続きから受取りまで約2~3か月程度がかかります。
- iDeCoの老齢給付金を受給すると、iDeCoへの再加入はできなくなります。



### 受取開始可能年齢もチェックしましょう。

60歳から受け取るためには、10年間の加入期間 (通算加入者等期間) が必要です<sup>\*2</sup>。10年に満たない場合は、段階的に最高65歳まで受取りを開始できる年齢が繰り下がります。なお、受取りは75歳までには開始する必要があります。

60歳時点の通算加入者等期間	60歳	受取りを開始できる年齢	75歳
10年以上		60歳~75歳の間で受取りを開始できます	
8年以上10年未満		運用指図のみを行う期間 61歳~75歳の間で受取りを開始できます	
6年以上8年未満		運用指図のみを行う期間 62歳~75歳の間で受取りを開始できます	
4年以上6年未満		運用指図のみを行う期間 63歳~75歳の間で受取りを開始できます	
2年以上4年未満		運用指図のみを行う期間 64歳~75歳の間で受取りを開始できます	
1か月以上2年未満		運用指図のみを行う期間 65歳~75歳の間で受取りを開始できます	

\*2 第2号被保険者・任意加入被保険者は65歳まで拠出が続きます。60歳時点で通算加入者等期間が10年あり、65歳までに受取りを開始したい場合は、ご自身で資格喪失 (拠出を停止する) 手続きが必要です。

通算加入者等期間には以下の期間が算入されます。

- 企業型DC・iDeCo間で資産を移換した場合、加入者・運用指図者としてのそれぞれの期間
  - 確定給付企業年金・存続厚生年金基金・中小企業退職金共済・適格退職年金・退職一時金から制度移換金があった場合の旧制度の加入期間
  - 確定給付企業年金・存続厚生年金基金・企業年金連合会から脱退一時金相当額の移換金があった場合の旧制度の加入期間
- ※ 企業型DCとiDeCoの両方に同時に加入した場合、重複期間は一方のみ算入されます。

60歳以降で新規加入者となった方 (通算加入者等期間なし) は加入後、5年経過した日から請求することができます。



# もっと知りたい! iDeCoのこと

iDeCoについて、よくあるご質問にお答えします。



## Q1 加入後にはどんな手続きが必要ですか?

**A** 氏名・住所が変わったとき、転職したとき、退職したときなど、ご自身の状況に変更があった場合には、変更のお手続きが必要になります。ご加入後に国民年金基金連合会から送付される「加入者の手引き」をご確認ください。

## Q2 掛金の変更や停止はできますか?

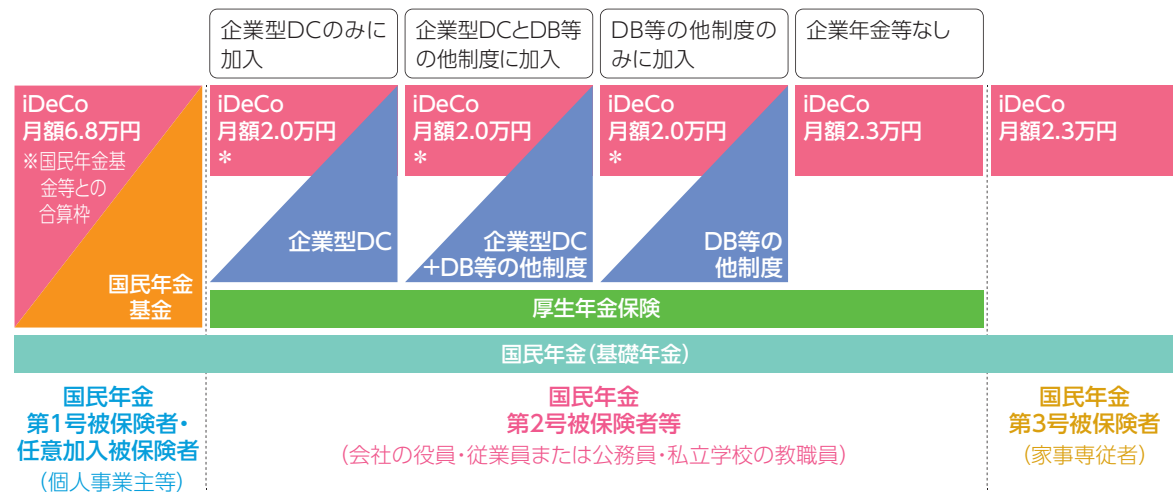
**A** 掛金額の変更は原則として、12月から翌年11月までの1年間で1回だけ変更できます。「加入者掛金額変更届」を弊社ホームページから印刷し、必要事項をご記入のうえ、加入後の変更手続き画面に記載の送付先へお送りください。引出の停止には「加入者資格喪失届」、再開には再度加入申出書のご提出が必要です。

## Q3 途中で解約することはできますか?

**A** 原則途中で解約(脱退)や一部の引出しはできません。以下の方は脱退できる場合がありますので、コールセンターへお問い合わせください。  
 ①国民年金の保険料免除を受けているの方  
 ②外国籍で海外居住の方  
 ③20歳未満の方(第2号被保険者を除く)

## Q4 公的年金制度とiDeCoの関係は?

**A** 日本の公的年金制度は全ての方が加入する国民年金の上に、会社員等(第2号被保険者)が加入する厚生年金があります。さらに企業によっては、企業年金等を実施しています。iDeCoは、その上乗せとして自分で作る自分のための年金制度です。税の公平性の観点から拠出限度額が法律で決められています。



\*拠出限度額は月額5.5万円から各月の企業年金等の掛金額を差し引いた後の金額で、上限は月額2.0万円です。(iDeCoと企業年金等に加入する場合は拠出限度額が合算管理されます。)差し引いた後の月額が5,000円未満となる場合は、iDeCoにご加入いただけません。

さらによく知りたい方は、弊社ホームページをご覧ください。

### 「iDeCoの達人」

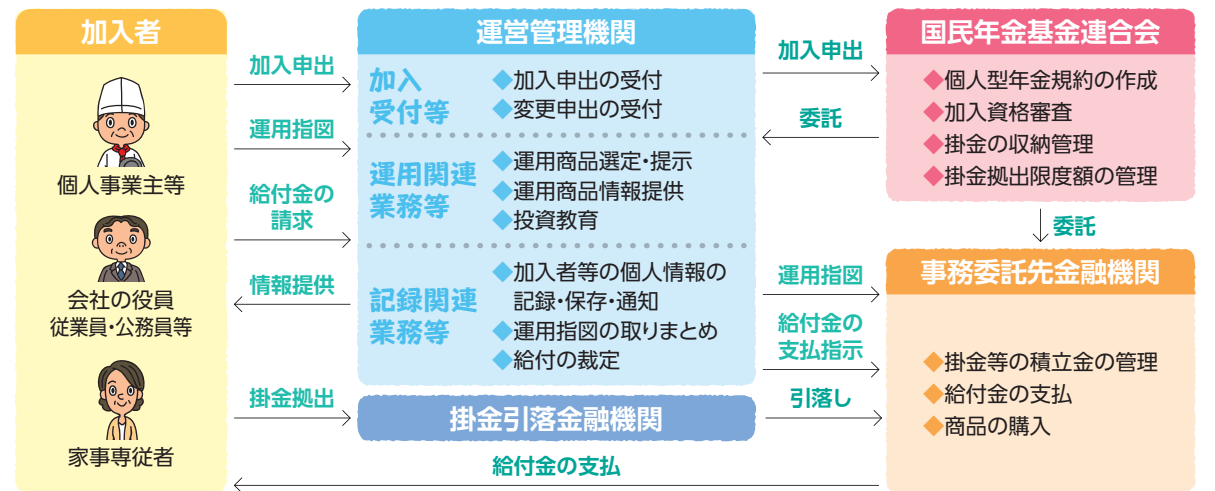
iDeCoの仕組みやメリット、東京海上日動のiDeCoの特徴などをご説明しています。

くわしくはコチラ



## Q5 東京海上日動とiDeCoの関係は?

**A** iDeCoに加入できるかどうかの審査等は、実施主体である国民年金基金連合会が行います。一方、運用商品の選定や、加入申出や移換依頼等の受付は運営管理機関が行います。東京海上日動は、運営管理機関の役割を担います。



※万一、運営管理機関が破綻した場合は、一時的に業務停止となる場合がありますが、皆様の資産に影響することはありません。  
 ※事務委託先金融機関(信託銀行)が破綻した場合も、事務委託先金融機関が信託財産として分別管理を行っているため、資産に影響はありません。

## 知っておきたいiDeCoのご留意事項

iDeCoにご加入される前に、以下をご一読ください。

### 第1号被保険者・第3号被保険者の方

●60歳になると自動的に加入者資格が喪失されます。60歳以降に国民年金の任意加入被保険者としてiDeCoを継続する場合は、種別変更等の手続きが必要です。詳しくはコールセンターへお問い合わせください。

### 第2号被保険者の方

●65歳になると自動的に加入者資格が喪失されます。65歳までに拠出を停止したい場合や、通算加入者等期間の要件を満たす方で、65歳までに老齢給付金の受取りを開始したい場合は、ご自身で資格喪失手続きが必要です。

### 企業年金等とiDeCoに同時加入される方

●企業型DCでマッチング拠出または年単位拠出をすると、iDeCoの拠出が停止される場合があります。  
 ●企業年金等に加入される方は、iDeCo掛金、企業型DC掛金の事業主掛金とDB等の他制度掛金額を合算し、月額5.5万円を超えることはできません(新規に加入をご希望の方で限度額を超過する場合は、加入不該当となります。すでにご加入中の場合は、iDeCo掛金が自動減額または一時停止となります)。

### 任意加入被保険者の方

●国民年金の任意加入をやめると、自動的にiDeCoの加入者資格が喪失されます。

### すべての方

●ご加入中に公的老齢年金またはiDeCo老齢給付金を受け取ると、自動的にiDeCoの加入者資格が喪失されます。

### 変更キットの請求

- 氏名・住所等変更
- プランコース変更
- 運営管理機関変更

くわしくはコチラ



### ご加入後の手続き等

- 加入者掛金額の変更
- 転職や被保険者種別の変更

くわしくはコチラ





# ご加入前に必ずご確認ください

- ✓ 原則60歳まで途中の引出し・脱退はできません。
- ✓ 加入から受取りが終了するまでの間、所定の手数料がかかります。
- ✓ 掛金を拠出できる年齢は被保険者種別により異なります。掛金を停止したい場合はご自身で資格喪失手続きが必要です。
- ✓ 老齢給付金の受取りが開始できる年齢は「被保険者種別」「通算加入者等期間」「掛金の拠出有無」により異なります。
- ✓ 現在他の運営管理機関でiDeCoにご加入の方は、運営管理機関変更手続きが必要です。

## 運営管理機関の行為準則

- 確定拠出年金運営管理機関は法令、法令に基づいてする主務大臣の処分及び運営管理契約を遵守し、加入者等のため忠実にその業務を遂行しなければならない。
- 確定拠出年金運営管理機関は、企業型年金又は個人型年金の実施に係る業務に関し、加入者等の氏名、住所、生年月日、個人別管理資産額その他の加入者等の個人に関する情報を保管し、又は使用するに当たっては、その業務の遂行に必要な範囲内で当該個人に関する情報を保管し、及び使用しなければならない。ただし、本人の同意がある場合その他正当な事由がある場合は、この限りではない。

### (以下 禁止行為)

- 運営管理契約を締結するに際し、その相手方に対して、加入者等の損失の全部又は一部を負担することを約すること。
- 運営管理契約を締結するに際し、その相手方に対して、加入者等又は当該相手方に特別の利益を提供することを約すること。
- 運用関連業務に関し生じた加入者等の損失の全部若しくは一部を補てんし、又は当該業務に関し生じた加入者等の利益に追加するため、当該加入者等又は第三者に対し、財産上の利益を提供し、又は第三者をして提供させること（自己の責めに帰すべき事故による損失の全部又は一部を補てんする場合を除く）。
- 運営管理契約の締結について勧誘をするに際し、又はその解除を妨げるため、運営管理業務に関する事項であって、運営管理契約の相手方の判断に影響を及ぼすこととなる重要なものとして政令で定めるものにつき、故意に事実を告げず、又は不実のことを告げること。
- 自己又は加入者等以外の第三者の利益を図る目的をもって、特定の運用の方法を加入者等に対し提示すること。
- 加入者等に対して、提示した運用の方法のうち特定のものについて指図を行うこと、又は指図を行わないことを勧めること（当該確定拠出年金運営管理機関が金融商品取引法（昭和二十三年法律第二十五号）第二条第九項に規定する金融商品取引業者その他確定拠出年金運営管理業以外の事業を営む者として行うことを明示して行う場合を除く）。
- 前各号に掲げるもののほか、加入者等の保護に欠け、若しくは確定拠出年金運営管理業の公正を害し、又は確定拠出年金運営管理業の信用を失墜させるおそれのあるものとして主務省令で定める行為。

このパンフレットは2024年12月時点の税制・制度をもとに作成しています。

確定拠出年金に関するお問い合わせ・ご相談は

東京海上日動確定拠出年金コールセンター

 **0120-719-401**

オペレーターによる受付：平日 午前9時～午後8時 土曜日 午前9時～午後5時  
自動音声ガイダンス：24時間365日

※システムメンテナンス等で一時休止させていただく場合がございます

東京海上日動火災保険株式会社

www.tokiomarine-nichido.co.jp