



令和8年度
企業における「年収の壁突破」総合対策促進事業

「年収の壁」を知る

第2回 女性が活躍するための 「年収の壁」普及啓発セミナー

8月26日（水） 13:30～15:30

<講師>

羽石 乃理子（特定社会保険労務士）

羽田 リラ（税理士）



～講義の内容～

- 1 年収の壁とは？
 - ・年収の壁の概要
 - ・年収の壁における6つの壁
- 2 税金と社会保険の壁
 - ・税金の壁
 - 所得税について
「178万円の壁」
 - 住民税について
「119万円の壁」
 - 配偶者特別控除
「169万円・207万円の壁」
 - ・社会保険の壁
 - 106万円の壁
 - 130万円の壁
 - 扶養判定方法の変更について

～質疑応答①～
- 3 知っておきたい税金のこと
 - ・そもそも所得税・住民税って？
 - ・誤解しやすい基礎用語
 - ・自分で計算してみよう！

～質疑応答②～
- 4 「壁を超える」という選択肢
- 5 今後に向けたメッセージ



ご留意点

○講義中に、質疑応答のお時間を設けています。

年収の壁に関するご質問を、画面下にある「Q&A」ボタンからご入力ください。

※この「Q&A」でのご質問はセミナーの最中、随時受け付けておりますので、いつでもお気軽にご質問ください。

※全てのご質問にはお答えできかねますこと、予めご了承ください。

○本セミナーは録画の上で、後日アーカイブとしてホームページ上で公開いたします。

※ 9 月下旬頃を予定しております。

○セミナー終了後にZoomから退出される際、アンケート回答画面に移ります。

1分間程度で終わる簡単なものになりますので、ご協力の程よろしくお願いいたします。



本日の講師紹介



羽石 乃理子

特定社会保険労務士

グロースライン社会保険労務士法人 代表



羽田 リラ

税理士

ファイナンシャル・アドバイザー

株式会社ウーマン・タックス 代表取締役



～講義の内容～

1 年収の壁とは？

- ・年収の壁の概要
- ・年収の壁における6つの壁

2 税金と社会保険の壁

- ・税金の壁
 - 所得税について
「178万円の壁」
 - 住民税について
「119万円の壁」
 - 配偶者特別控除
「169万円・207万円の壁」
 - ・社会保険の壁
 - 106万円の壁
 - 130万円の壁
 - 扶養判定方法の変更について
- ～質疑応答①～

3 知っておきたい税金のこと

- ・そもそも所得税・住民税って？
 - ・誤解しやすい基礎用語
 - ・自分で計算してみよう！
- ～質疑応答②～

4 「壁を超える」という選択肢

5 今後に向けたメッセージ



そもそも「年収の壁」とは？

1. 年収の壁とは？

所得税・住民税や社会保険料の負担が生じることにより、手取り額が減少したり、扶養から外れたりする可能性がある年収額のボーダーラインが「年収の壁」と呼ばれています。

元々は「夫は外で働き、妻は専業主婦」を前提とした制度設計のため、専業主婦世帯を優遇するしくみが残っています。近年は女性の働き方が多様化し、制度の見直しが進んでいます。



年収の壁を
超えちゃいそうだな・・・

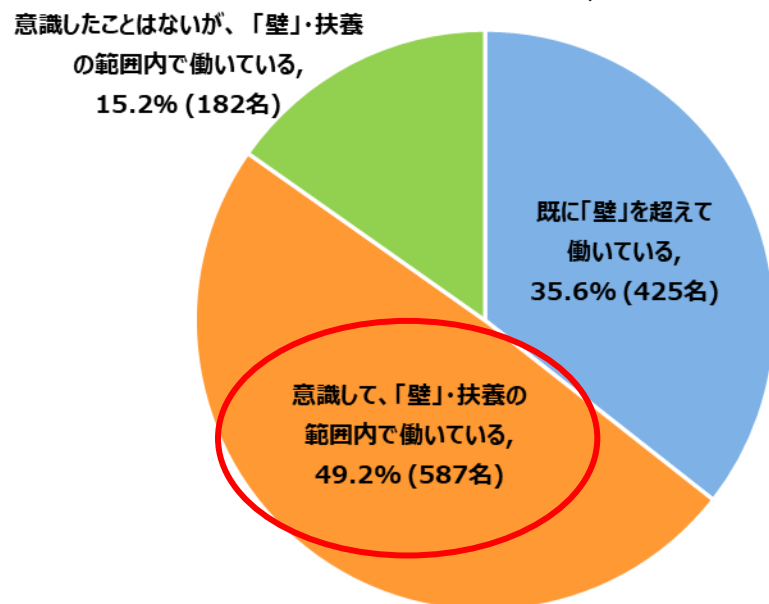
そのせいで、「年収の壁」を超えないよう、働く時間を抑える「就業調整」をされる方が多くいらっしゃるようです。



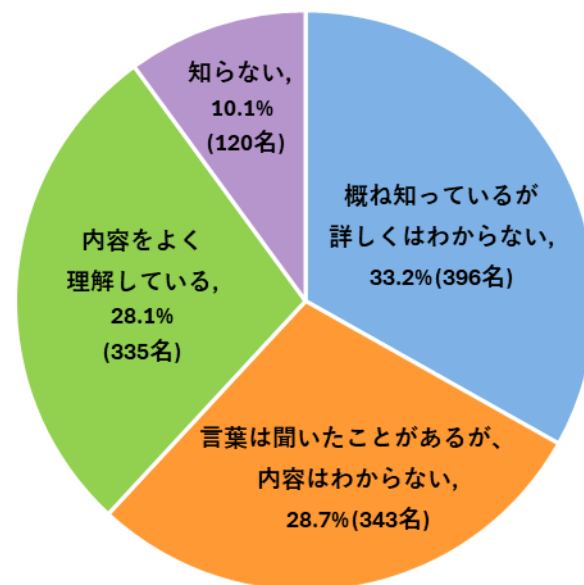
女性パートタイム労働者の**49.2%**は、税制、社会保障制度、配偶者の勤務先で支給される「配偶者手当」などを意識し、その年収を一定額以下に抑えるために就労時間を調整する「就業調整」を行っています。

また、壁の種類が多く、複雑な「年収の壁」を正しく理解している方は少なく、分からないと感じている女性パートタイム労働者が多数を占める状況となっています。

Q19：「年収の壁」、扶養の範囲を意識して働いていますか？
(回答数：1,194)



Q18：いわゆる「年収の壁」という考え方について、どの程度知っていますか？
(回答数：1,194)



出典：令和6年3月 東京都産業労働局『いわゆる「年収の壁」に関する都民意識調査報告書』
調査対象：女性パートタイム労働者（既婚・都内在住）
調査期間：令和5年11月20日～令和5年12月11日

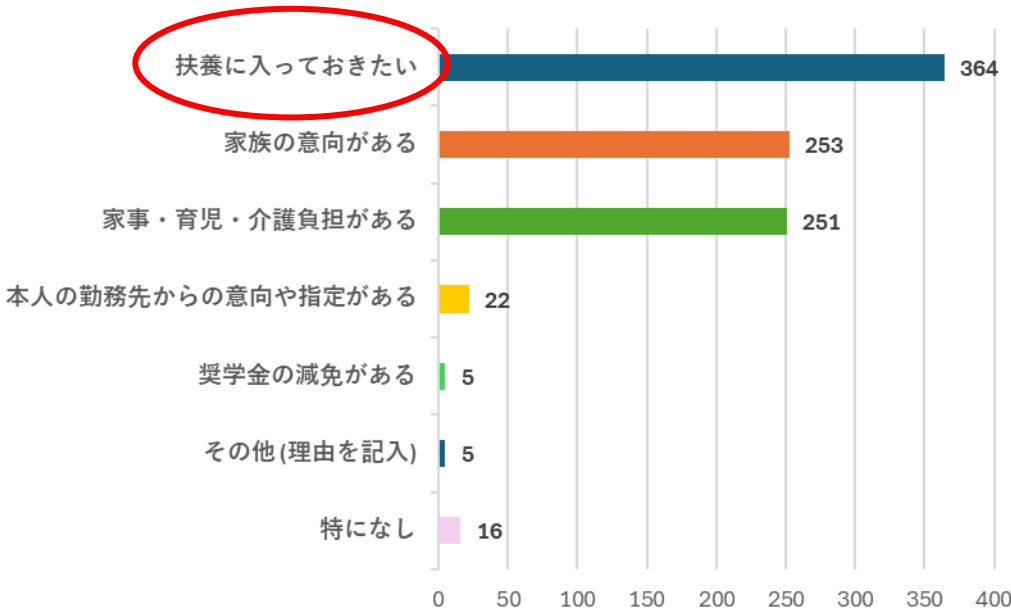


就業調整の実態

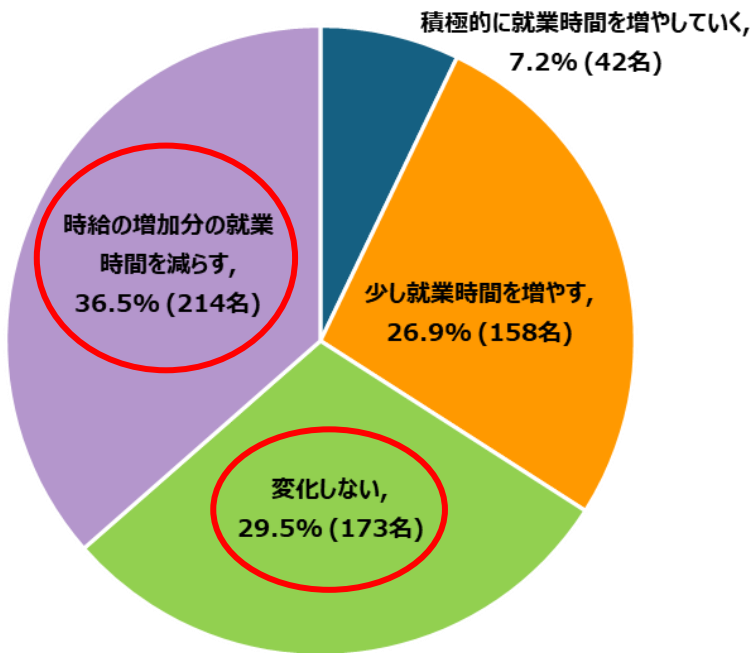
就業調整を行う理由として最も多いのは「扶養に入っておきたい」で、意識して壁の範囲内で働く方の約6割を占めています（複数回答）。

また、今後時給が上がった場合の働き方については、約3人に2人が「変化しない」または「就業時間を減らす」と回答しており、時給上昇分を労働時間の短縮で吸収する傾向が見られます。

Q22：手取り収入の減少以外に年収の壁を超えないよう意識する理由は何かありますか？（複数回答可）
 （Q19の『意識して、「壁」・扶養の範囲内で働いている』の回答者対象）
 （回答数：587）



Q20：今後時給が増加した場合、働く時間を調整することを考えていますか？
 （Q19の『意識して、「壁」・扶養の範囲内で働いている』の回答者対象）
 （回答数：587）

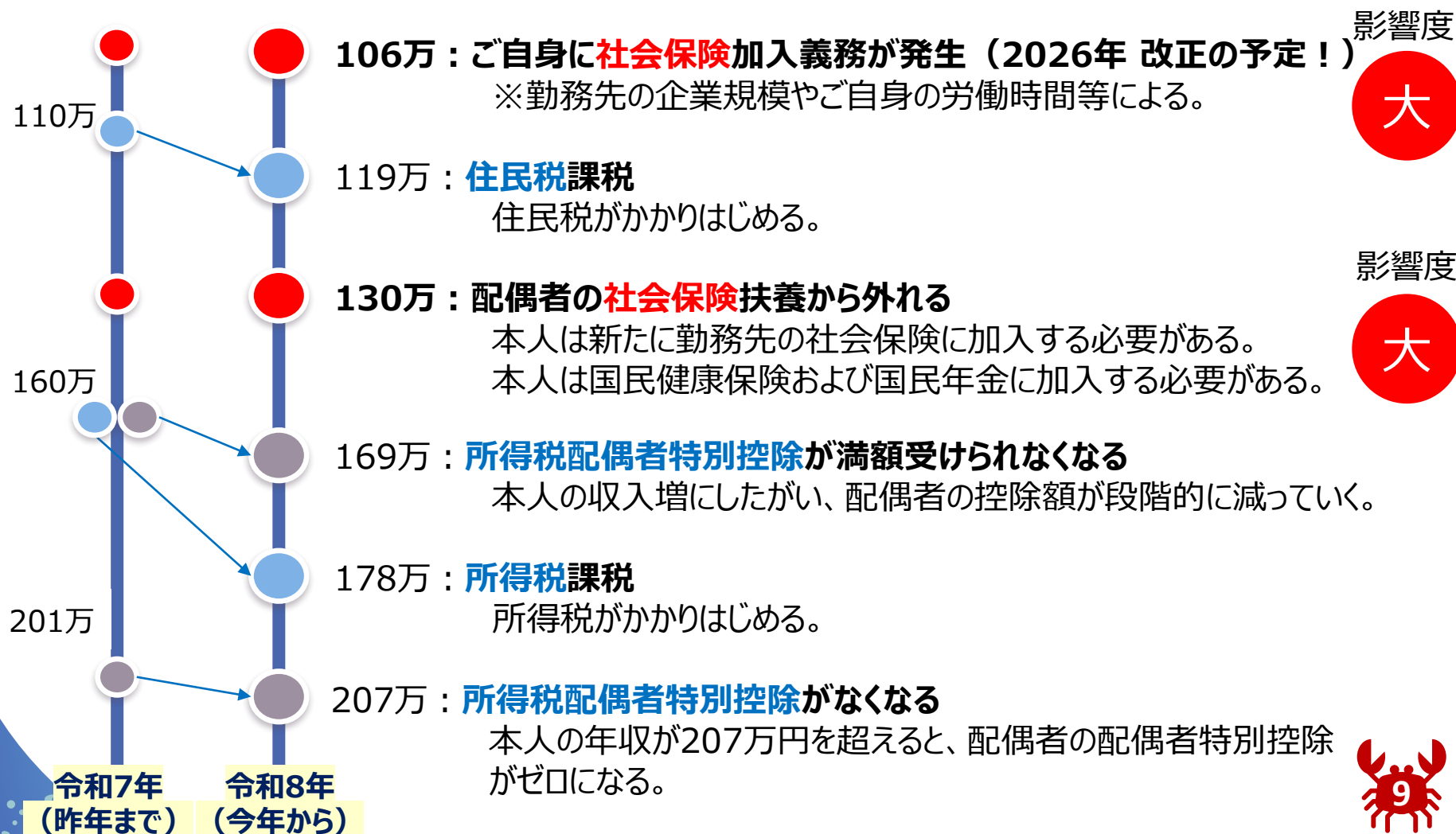


出典：令和6年3月 東京都産業労働局『いわゆる「年収の壁」に関する都民意識調査報告書』



年収の壁における6つの壁

いわゆる「年収の壁」には大きく6つの壁がありますが、手取り額や家計への影響が大きいのは、社会保険に関する106万円の壁と130万円の壁です。



～講義の内容～

1 年収の壁とは？

- ・年収の壁の概要
- ・年収の壁における6つの壁

2 税金と社会保険の壁

・税金の壁

-所得税について

「178万円の壁」

-住民税について

「119万円の壁」

-配偶者特別控除

「169万円・207万円の壁」

・社会保険の壁

-106万円の壁

-130万円の壁

-扶養判定方法の変更について

～質疑応答①～

3 知っておきたい税金のこと

- ・そもそも所得税・住民税って？
- ・誤解しやすい基礎用語
- ・自分で計算してみよう！

～質疑応答②～

4 「壁を超える」という選択肢

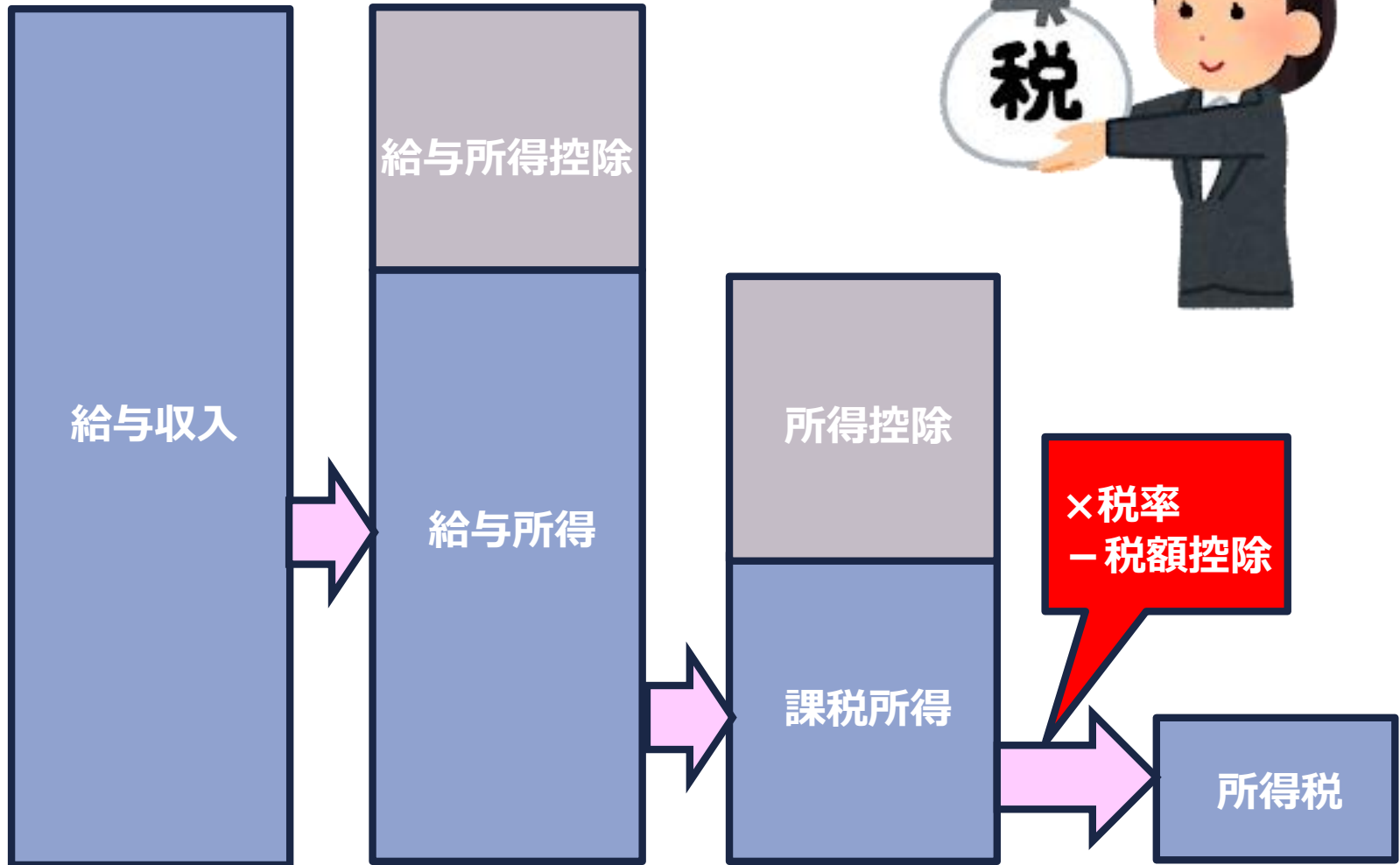
5 今後に向けたメッセージ



所得税ってどう計算するの？

2. 税金と社会保険の壁

※年収

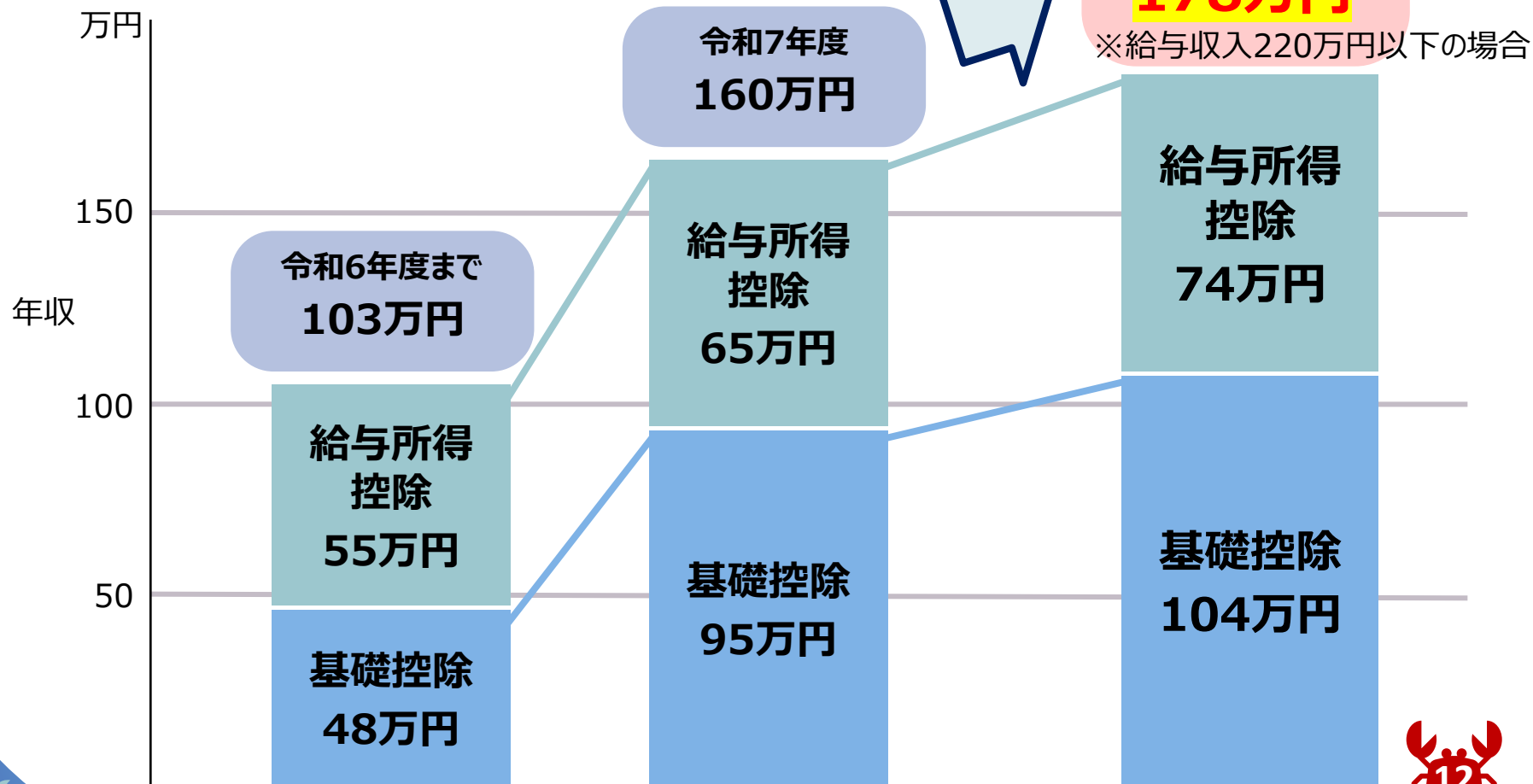


年収178万円の壁への引き上げ

2. 税金と社会保険の壁

基礎控除額・租税特別措置法の規定による加算額・給与所得控除額の最低保証額の見直しにより、所得税発生ラインが引き上げられます。

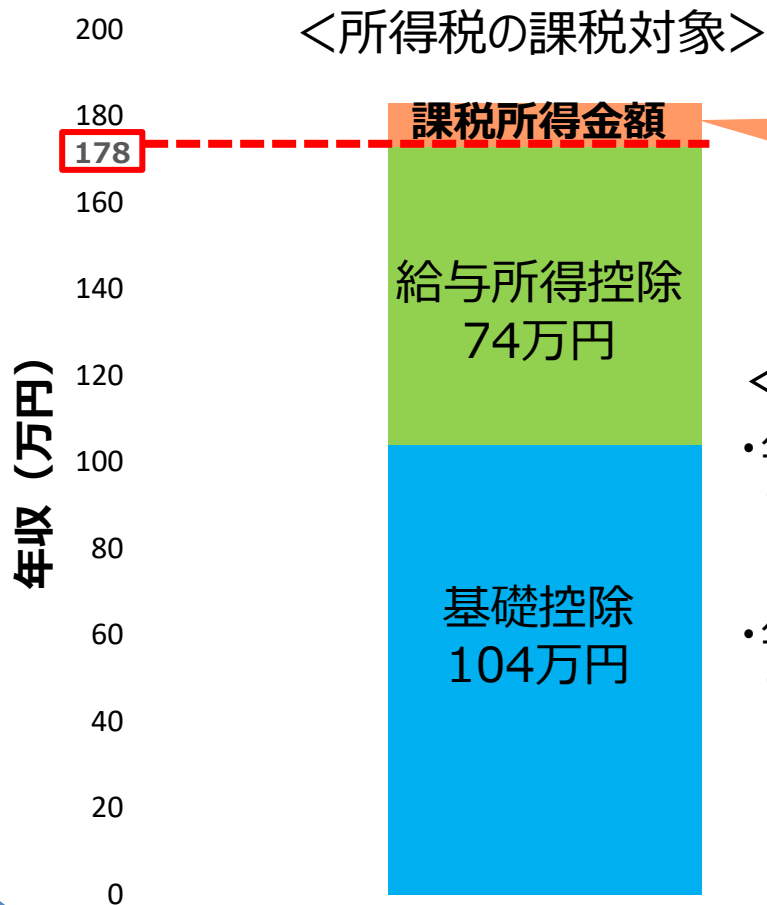
《所得税発生ラインの年収イメージ》



＜参考＞ 令和8年度からの所得税の 課税所得金額について

※給与220万円未満の場合

年収から基礎控除（104万円）と給与所得控除（74万円）の合計178万円を引いた課税対象額に、税率（5%（復興特別所得税分含まない））を掛けると所得税額となります。



$$\text{所得税額} = \text{課税対象額} \times \text{税率 (5\%)}$$

＜例＞ (税額100円未満切り捨て)

- ・年収180万円の場合
課税対象額20,000円 $\times$ 5% = 1,000円
- ・年収200万円の場合
課税対象額220,000円 $\times$ 5% = 11,200円



住民税ってどう計算するの？

住民税



所得割

(都道府県分 +
市区町村分)



均等割

(都道府県分 +
市区町村分)



○算出方法は所得税とほぼ同じだが、(単身世帯では)給与所得額が45万円以内の場合は非課税となる。

○税率は、都道府県ごと、市区町村ごとに決まっている。

例) 東京23区

- ・都分 6%
- ・区分 4%

⇒合計 **10%**

都道府県ごと、市区町村ごとに決まっている。

例) 東京23区

- ・都分 3,000円
- ・区分 1,000円
- ・国税 1,000円

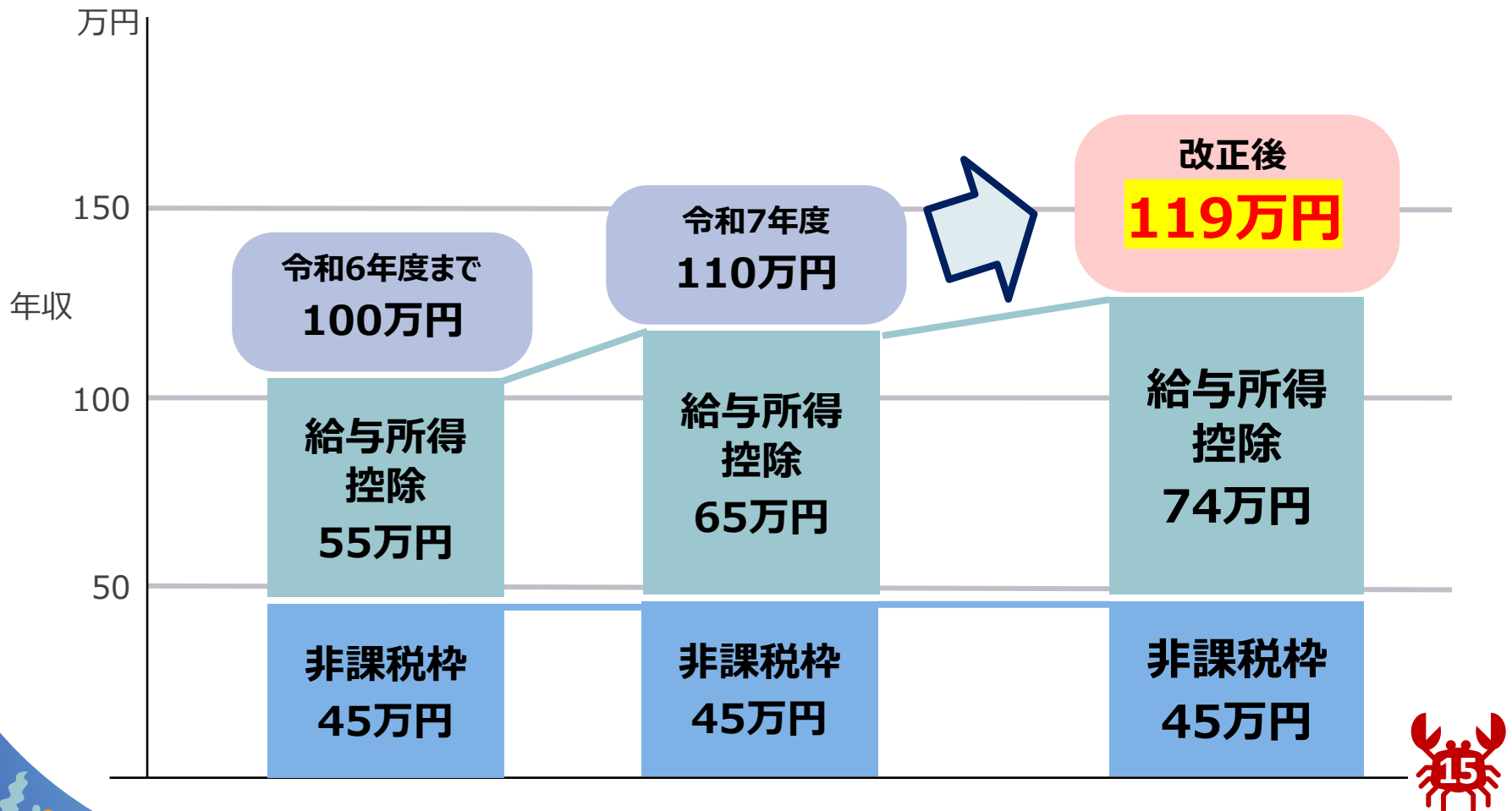
⇒合計 **5,000円**



年収119万円の壁（住民税の壁）

給与所得控除額の見直しにより、住民税発生ラインが引き上げられます。

《所得税発生ラインの年収イメージ》



[169万円（改正前：160万円）の壁／ 207万円（改正前：201万円）の壁]

2. 税金と社会保険の壁

ご自身の年収が**169万円**を超えると、配偶者の税額について、所得控除の一つである配偶者特別控除の控除額（満額38万円）が**段階的に縮小し始める**ため、配偶者の税額がそれに応じて増えていくことになります。

更に、ご自身の年収が**207万円**を超えると、配偶者の税額について、所得控除の一つである配偶者特別控除の控除額が**ゼロになる**ため、配偶者の税額が増えることになります。

ご自身の年収増加により、配偶者の税金が増えたため、「壁」と言われています。

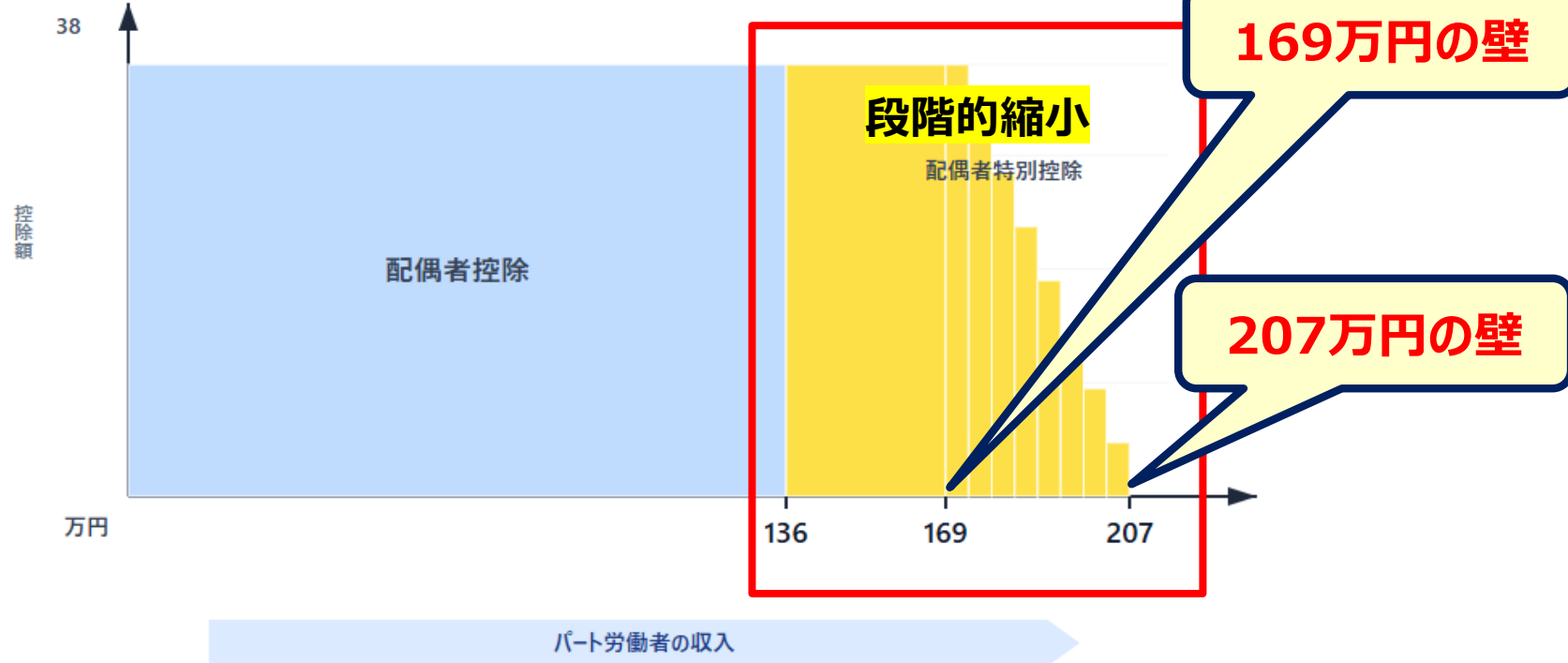


配偶者の税額が
段階的に増え始める

配偶者特別控除 控除額のイメージ

本人の年収が169万円超から、配偶者特別控除の控除額が段階的に減り、年収207万円を超えると控除額がなくなります。

《控除額のイメージ図》



配偶者控除

年収 0 ～ 136万円

最大控除額 38万円を適用

特別控除（満額）

年収 136 ～ 169万円

控除額 38万円を維持

特別控除（漸減）

年収 169 ～ 207万円

段階的に減り、207万円で0に

※配偶者控除・配偶者特別控除を受けるためには、控除を受ける側の合計所得金額が1,000万円以下（給与収入額で1,195万円以下）であることも要件です。



年収の壁～169万円の壁～

年収が169万円を超えると、配偶者の所得税・住民税の配偶者特別控除の段階的な縮小が始まりますが、本人の年収は手取り分増加します。

■本人の手取り額の変化

a. 収入（年収）	1,690,000	1,700,000	（差額）
b. 社会保険料	239,832	239,832	0
c. 雇用保険料	8,450	8,500	-50
d. 所得税	0	0	0
e. 住民税	32,100	33,100	-1,000
f. 控除合計（b+c+d+e）	280,382	281,432	-1,050
g. 手取り額（a-f）	1,409,618	1,418,568	8,950

給与所得控除
74万円

基礎控除
104万円

74万円+104万円
→178万円

所得税なし

住民税の差額

年収増加分、
収入が増えます

※社会保険料は概算です。住民税は均等割を含めて計算しております。

※住民税は、現時点での市町村のシミュレーションに基づいて計算されたもので、令和9年度に課税される税額と異なる場合があります。



年収の壁～169万円の壁～

本人の手取りは増えてますが、それに伴い配偶者の給与にかかる所得税が少しずつ上がり始めます。

■ご自身の収入が169万円→170万円になった際の配偶者の手取り額の変化

a. 配偶者の収入	5,000,000	5,000,000	(差額)	配偶者の年収は変わらないと想定
(本人の収入)	(1,690,000)	(1,700,000)		
b. 社会保険料	723,148	723,148	0	
c. 所得税	70,800	71,800	1,000	所得税が少しだけ増加
d. 住民税	212,600	212,600	0	
e. 控除合計 (b + c + d)	1,006,548	1,007,548	1,000	所得税の増加分、収入が少しだけ減ります
f. 手取り額 (a-e)	3,993,452	3,992,452	-1,000	

年収の壁～207万円の壁～

本人の年収が207万円を超えると、配偶者の収入に対する配偶者特別控除がなくなります。配偶者の給与にかかる所得税・住民税に影響があります。

■ 本人の収入が207万円→208万円になった際の配偶者の手取り額の変化

a. 配偶者の収入	5,000,000	5,000,000	(差額)	配偶者の年収は 変わらないと想定
(本人の収入)	(2,070,000)	(2,080,000)		
b. 社会保険料	723,148	723,148	0	
c. 所得税	88,300	89,800	1,500	所得税・住民税 が増加
d. 住民税	242,600	245,600	3,000	
e. 控除合計 (b + c + d)	1,054,048	1,058,548	4,500	
f. 手取り額 (a-e)	3,945,952	3,941,452	-4,500	手取り額が 減ります

※住民税は、現時点での市町村のシミュレーションに基づいて計算されたもので、令和9年度に課税される税額と異なる場合があります。



- 所得税の壁は「103万円→178万円」へ引き上げられました。
- 住民税の壁は「100万円→119万円」へ引き上げられました。
- 「169万円の壁」「207万円の壁」は超えることによる年収増加に伴い、主に配偶者特別控除の縮小によって、配偶者側の税額が増えることとなります。
- いずれの壁も、税金面では働き損は起きないようになっています。



～講義の内容～

1 年収の壁とは？

- ・年収の壁の概要
- ・年収の壁における6つの壁

2 税金と社会保険の壁

・税金の壁

- 所得税について
「178万円の壁」
- 住民税について
「119万円の壁」
- 配偶者特別控除
「169万円・207万円の壁」

・社会保険の壁

- 106万円の壁
 - 130万円の壁
 - 扶養判定方法の変更について
- ～質疑応答①～

3 知っておきたい税金のこと

- ・そもそも所得税・住民税って？
 - ・誤解しやすい基礎用語
 - ・自分で計算してみよう！
- ～質疑応答②～

4 「壁を超える」という選択肢

5 今後に向けたメッセージ



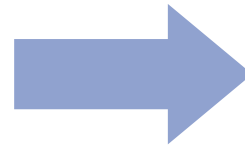
[106万円の壁]

厚生年金加入者51人以上の企業等に適用される社会保険適用基準で「月額8.8万円」は、年額にすると105万6千円です。

→106万円の壁は、厳密に言えば“105万6千円の壁”です。

この年額を超えると社会保険適用となり、
社会保険料分が自身の給与から差し引かれ、
手取り額が減ることになるため、「壁」と言われています。

※ただし、短時間労働者の4つの基準すべてを満たしていなければ、
社会保険加入義務は発生しません。

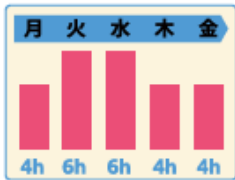


厚生年金加入者が**51人以上**の企業等にお勤めの場合

以下の基準すべてに当てはまると、社会保険に加入することになります。特に「**週20時間以上**」の要件が中心となり、これからは『**週20時間の壁**』と覚えていただくとわかりやすいです。

■ 社会保険加入要件

“106万円（＝週20時間）の壁”



週の所定労働時間が
20時間以上

原則、残業時間は含みません



学生ではない

休学中、定時制、通信制の方は、
加入対象となります

所定内賃金が**月額8.8万円以上**

残業代、賞与、通勤手当等は含みません

※4 この他、フルタイムの従業員と同じく2ヶ月を超えて雇用される見込みであることが必要です。

厚生年金加入者が51人以上の企業等にお勤めの方 週20時間以上の勤務で社会保険に加入

週20時間以上など条件を満たすとご自身も社会保険に加入することになり、社会保険料（年収の約15%）が発生します。その分、手取り額は減少します。

■ご自身の手取り額の変化（時給1,226円で計算）

労働時間	週19時間	週20時間	(差額)
a. 収入(年収)	1,211,288	1,275,040	+約6.4万円
b. 社会保険料	¥0	¥198,000	+約19.8万円
c. 雇用保険料	¥0	¥6,375	+約0.6万円
d. 所得税	¥0	¥0	—
e. 住民税	¥15,500	¥5,000	－1.0万円
f. 控除合計(b+c+d+e)	¥15,500	¥209,375	+約19.4万円
g. 手取り額(a-f)	¥1,195,788	¥1,065,665	－約13.0万円

社会保険料が発生
(年収の約15%)

手取り額が
約13万円
減少します

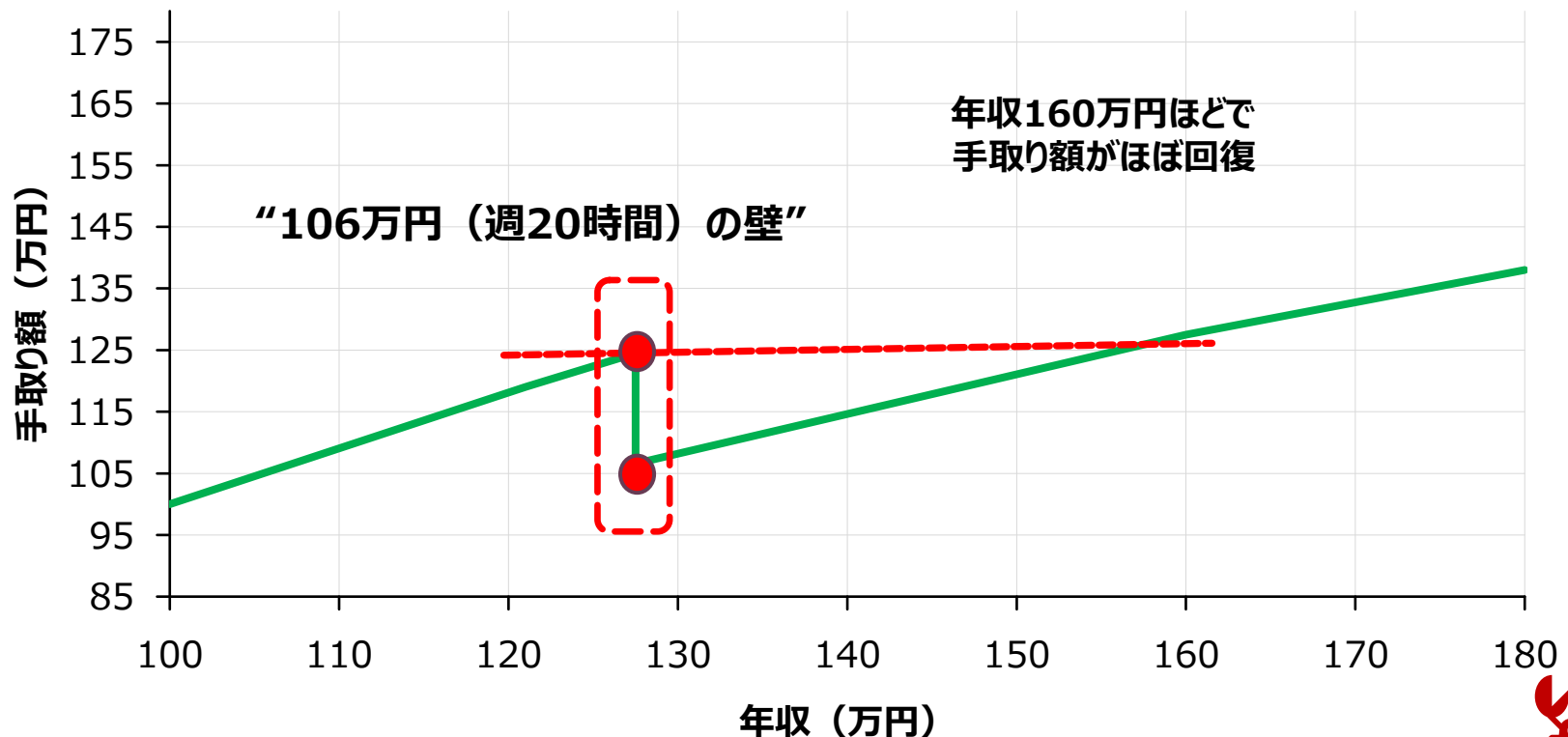


社会保険に加入した際の手取り額の変化（イメージ図）

※厚生年金加入者が**51人以上の企業等にお勤めで週20時間以上お仕事する方**

社会保険に加入すると手取り額は**約13万円減少**しますが、年収増に伴い手取り額も回復に向かいます（年収約160万円ではほぼ回復）。

＜ 手取り額変化イメージ ＞



[130万円の壁]

2. 税金と社会保険の壁

配偶者（夫または妻）が会社員・公務員の場合、
年収130万円未満であれば、配偶者の社会保険の被扶養者として、自分で保険料を負担せずに健康保険・年金の保障を受けられます。

年収130万円を超えると（※）、配偶者の社会保険の扶養から外れ、自分自身で社会保険に加入することになります。

- ・ 勤務先が社会保険適用事業所で加入要件を満たす場合
→ **厚生年金・健康保険**に加入（保険料は労使折半）
- ・ 上記に当てはまらない場合
→ **国民年金・国民健康保険**に加入（保険料は全額自己負担）

（※）

- 認定対象者が60歳以上の場合、または障害年金を受給している場合は、180万円が基準額
- 被保険者の配偶者を除く19歳から22歳の者については、150万円が基準額



厚生年金加入者が**51人未満**の事業所の場合

例えば正社員が1日8時間、週5勤務の事業所の場合、**週30時間以上**の勤務で社会保険に加入します。

社会保険加入要件

☒ **週の所定労働時間および月の所定労働日数が、
常時雇用されている従業員の4分の3以上である者**

<例>

・正社員の所定労働時間が週40時間 月22日勤務の場合

⇒週40時間×3/4=30時間

⇒月22日×3/4=17日となります。



厚生年金加入者が**51人未満**の企業等にお勤めの方 週30時間以上お仕事する方

週30時間以上勤務するとご自身も社会保険（厚生年金・健康保険）に加入することになります。それまで国民健康保険・国民年金を負担されていた方は、社会保険料の自己負担が変化します。

■ご自身の手取り額の変化（時給1,226円で計算）

労働時間	週29時間【国保・国年】	週30時間【社会保険】	（差額）
a. 収入(年収)	¥1,848,804	¥1,912,560	+約6.4万円
b. 社会保険料	¥390,017	¥286,080	－約10.4万円
c. 雇用保険料	¥11,093	¥11,475	+約0.0万円
d. 所得税	¥17,002	¥24,567	+約0.8万円
e. 住民税	¥40,805	¥55,624	+約1.5万円
f. 控除合計(b+c+d+e)	¥458,917	¥377,746	－約8.1万円
g. 手取り額(a-f)	¥1,389,887	¥1,534,814	+約14.5万円

国保・国年と比べて社会保険料の自己負担が減少

社会保険加入で手取り額が約14万円増加



厚生年金加入者が**51人未満**の企業等にお勤めの方 週30時間未満お仕事する方

年収130万円以上で配偶者の扶養から除外されますが、パート勤務先の社会保険に加入できないため、本人は国民健康保険・国民年金に加入することになります。

■ 本人の手取り額の変化（「週19時間・年収129万円」⇒「週20時間・年収130万円」）

a.収入（年収）	1,290,000	1,300,000	（差額）
b.国保・国年保険料	0	316,700	+ 31.7万円
c.雇用保険料	0	6,500	+ 0.6万円
d.所得税	0	0	—
e.住民税	14,500	5,000	− 0.9万円
f.控除・納付（b+c+d+e）	14,500	328,200	+ 31.4万円
g.手取り相当額（a-f）	1,275,500	971,800	− 30.4万円

国保:約10万
国年:約21万

住民税は減る

手取り額が
減ってしまう



社会保険（厚生年金・健康保険）に加入するとどうなる？

メリット😊

社会保険（厚生年金・健康保険）に加入することで、
医療や死亡のリスク、将来の年金など保障が手厚くなります。
厚生年金への加入により**将来の年金額が増加**します。
傷病手当金や出産手当金など、**健康保険の各種給付**も受けられます。



デメリット😞

社会保険料の負担が発生し、賞与にも社会保険料が
かかってくるため、**一時的に手取りが減少する場合があります。**
また、配偶者の勤務先企業から支給される配偶者手当が
受け取れなくなる場合があります。



社会保険の加入対象は今後さらに拡大へ

現在は51人以上の企業が対象ですが、令和9年（2027年）10月からは36人以上の企業も対象となり、最終的には令和17年（2035年）10月に企業規模要件が撤廃される予定です。



企業の規模

短時間で働く従業員が社会保険の加入対象となる企業の範囲が段階的に拡大されます。

従業員数 **51人以上** の企業

2027年9月まで

従業員数 **36~50人** の企業

2027年 10月から

従業員数 **21~35人** の企業

2029年 10月から

従業員数 **11~20人** の企業

2032年 10月から

従業員数 **10人以下** の企業

2035年 10月から

▼ 従業員数の数え方

事業所（法人の場合はその法人全体）の
「現在の厚生年金保険の加入対象者」

$$= \text{フルタイムの従業員数} + \text{週の所定労働時間がフルタイムの3/4以上の従業員数}$$

原則として、従業員数の基準を常時上回る企業等（※）が適用対象となります。

※1年のうち6月間以上、厚生年金保険の被保険者の総数が基準を超えることが見込まれる企業等。

出典：厚生労働省「社会保険適用拡大特設サイト」掲載情報を基に作成



年収の壁への支援策

国は「壁を意識せず働ける環境づくり」に向け、支援や制度の見直しを進めています。

106万円の壁への対応

キャリアアップ助成金

「短時間労働者労働時間延長支援コース」

- ・労働時間の延長と賃上げに取り組む事業主に最大75万円を助成

保険料調整制度

- ・短時間労働者が新たに社会保険へ加入する際、会社が保険料を肩代わりし国が全額還付する3年間の特例措置を新設

130万円の壁への対応

事業主の証明による被扶養者認定

- ・一時的な収入増で130万円を超えても、事業主証明により原則連続2回まで扶養継続が可能（令和7年10月恒久化）

労働契約による被扶養者認定（令和8年4月～）

- ・労働条件通知書に記載された年収見込みが130万円未満なら、残業等で結果的に超えても扶養継続が可能

配偶者手当への対応

企業の配偶者手当の見直し促進

- ・配偶者の収入により支給制限のある手当は、就業調整の一因に
- ・厚生労働省は見直しの手順を示すフローチャート等を公表し、企業の取組を後押し



事業主の証明による被扶養者認定とは？

2. 税金と社会保険の壁

人手不足による一時的な収入増加で130万を超えても、扶養から外れない場合があります。

対象となるケース（例）

① 人手不足でシフトが増えた



② 繁忙期だけ残業が増えた



③ 急な欠員対応で勤務が増えた



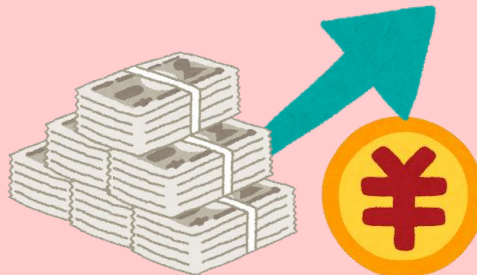
対象にならないケース（例）

① 契約時間を増やした



勤務時間UP

② 時給アップで継続的に収入が増えた



③ 今後も130万円超が続く見込み



事業主の証明による被扶養者認定とは？

人手不足による一時的な収入増加で130万を超えても、扶養から外れない場合があります。



認定までの流れ

一時的な収入増加
が対象



勤務先の証明
が必要



最終判断は
協会けんぽ/組合



※被保険者の会社を通して協会けんぽ/健保組合へ提出

NEW

**令和8年（今年）
4月から施行**

**社会保険の扶養の判定方法が
変わります！**



「130万円の壁」～労働契約内容による運用～

＜これまでと何が変わる？＞

労働条件通知書、雇用契約書に記載された働き方で確認する

労働条件通知書等に記載された時給・所定労働時間・所定労働日数・諸手当などを
もとに、今後1年間の収入見込みが130万円未満かどうかを確認します。

被扶養者の判定方式

	給与収入以外に他の収入がある場合	給与収入のみの場合
	旧方式	新方式（2026年4月～）
判定方法など	過去、現時点の収入などから、 所定外賃金を含めた今後1年間の見込 み収入により判定	労働契約段階での見込み収入を基 に判断 （労働契約に明確な規定がない残 業代は含まない）
必要書類	課税証明書、収入証明書	例えば・・・ ●労働条件通知書 ●「給与収入のみ」の申立書

（留意事項）

例えば、以下のように年間収入の判定ができない場合、本取り扱いでの認定はできません。

ア. 被扶養者（異動）届の「被扶養者になった日」から起算して通知書等上の契約期間が1年未満の場合

イ. 「シフト制による」といった労働時間の記載が不明確な場合

ウ. 「通勤手当有」等となっており、手当の金額が不明確な場合



おさえておきたいポイント！

- ① 契約どおりの働き方を前提に判断されますが、実態とズレが大きい場合は
扶養継続が認められない場合があります。
- ② 給与以外の収入がある人は、従来通り、過去～今後1年の総合的な
収入で判断されます。
- ③ 労働条件通知書の内容（時給・所定労働時間・所定労働日数・諸手当な
ど）が扶養判定の重要な確認資料になります。
最新の契約内容を確認しておきましょう。
- ④ 扶養の最終判断は健康保険組合が行います。組合によって運用が異なる場合
があるため、**配偶者が加入している健康保険組合に確認することをお勧めします。**

出典：厚生労働省「労働契約内容による、年間収入が基準額未満である場合の被扶養者の認定における年間収入の取扱いに係るQ & Aについて」を基に作成



ダブルワークをしている方の場合

1つの事業所ごとに、社会保険加入要件を満たしているかを判定していきます。

パターン	社会保険加入について
①2つの事業所双方で、社会保険加入条件を満たしていない。	加入しない。
②片方の事業所のみ、社会保険加入条件を満たしている。	その片方の事業所で加入する。 ※報酬月額を合算せず、片方の事業所での報酬月額のみが保険料の基準となる。
③2つの事業所双方で、社会保険加入条件を満たしている。	主たる事業所を選択し、マイナ保険証等を利用して、資格情報を一元化する。 • この場合は、本人が主たる事業所を選択し、「二以上事業所勤務届」を提出する必要があります。標準報酬月額は、双方の事業所から受ける報酬を合算して決定され、社会保険料は各事業所での報酬額に応じて按分して負担します。 • また、健康保険の資格情報はマイナ保険証等、選択した健康保険制度に一本化される。

※ 2つの事業所どちらでも社保加入していない場合、2つの事業所からの収入合計が130万円以上になると、扶養対象外となります。

個人事業主（※扶養内で働いている）の場合

年間収入が130万円以上（※）となると、
ご自身で国民健康保険、国民年金に加入することになります。



オプション

年金については、
「国民年金基金」や「個人型確定拠出年金」
などに加入することができます。

（※）

- 認定対象者が60歳以上の場合、または障害年金を受給している場合は、180万円が基準額
- 被保険者の配偶者を除く19歳から22歳の者については、150万円が基準額

国民健康保険・国民年金の保険料について

勤務先で加入する社会保険は、保険料を会社と本人で負担します。
国民健康保険・国民年金に加入する場合は、本人が保険料を負担します。
同じ年収でも、加入する制度によって本人負担額が変わります。

(年間)

年収	被用者の社会保険料			個人事業主等の社会保険料※		
	健康保険	厚生年金	合計額	国民健康保険	国民年金	合計額
106万円	6.1万円	9.7万円	15.8万円	8.5万円	21.5万円 (一律)	30.0万円
130万円	7.6万円	12.1万円	19.7万円	11.3万円		32.8万円
150万円	8.7万円	13.8万円	22.5万円	14.0万円		35.5万円
200万円	11.7万円	18.7万円	30.4万円	20.1万円		41.6万円

※新宿区の令和8年度の例



第3号被保険者制度とは？

会社員や公務員などの第2号被保険者に扶養されている配偶者で、原則として年収が130万円未満の20歳以上60歳未満の方をいいます。
第3号被保険者は、国民年金保険料の自己負担がありません。

第1号被保険者

農業、自営業者、
学生など

約**1,387**万人

●保険料の納付方法

加入者自身による

●加入の手続き

市(区)役所または町村役
場に加入者自身が届出

第2号被保険者

会社員や公務員など

約**4,672**万人

●保険料の納付方法

加入者の給料から自動天
引き(「会社などの負担額(加入者
と同額)と併せて会社などが納付」

●加入の手続き

勤め先の会社などが届出

第3号被保険者

第2号被保険者に
扶養されている配偶者
(年収130万円未満)

約**686**万人

●保険料の納付方法

自己負担なしのため不要
(配偶者が加入する年金制度が負担)

●加入の手続き

加入者自身が配偶者の会
社などを經由して届出

社会の変化：働き方と家庭のかたちは変わっています

第3号被保険者制度を考える背景として、働き方・家庭の変化とも関係しています。

約7割

第1子出産後も
女性が就業を継続

増加傾向

共働き世帯
特に妻がパートの世帯

約5割

第3号被保険者のうち
就業している方

根拠データとして押さえないこと

- ・ 約7割の女性が第1子出産後も就業を継続
- ・ 共働き世帯は増加しており、特に妻がパートタイムで働く世帯が増加
- ・ 第3号被保険者のうち約9割が「子どもあり」
- ・ 第3号被保険者の5割以上が就業している

出典：厚生労働省・内閣府資料

夫婦それぞれがキャリアを持ち、子育てや家事を分担するスタイルが、より一層一般的になるでしょう。これにより、個人の選択肢が広がり、家庭内での協力体制も進化していくと考えられます。

「共働き、共育て」という社会のあり方の後押しになります。



- 「106万円の壁」は今後「週20時間の壁」へ変化していきます。
- 社会保険加入は一時的に手取りが減っても、長期的には収入増加や保障の充実・年金増加にもつながります。
- ダブルワークや副業を行う場合は、収入の合算や加入条件を確認する必要があります。
- 大切なのは制度を理解したうえで、自分や家族のライフプランに合った働き方を選ぶことです。



ただいまより1回目の 質疑応答の時間です

- 画面下の「Q & A」ボタンを押し、ご質問をご入力ください。
（匿名でご質問できます。）

※お時間の制約上、全てのご質問にお答えできかねる点を
ご了承下さい。

- 適宜、休憩もお取りください。



～講義の内容～

1 年収の壁とは？

- ・年収の壁の概要
- ・年収の壁における6つの壁

2 税金と社会保険の壁

- ・税金の壁
 - 所得税について
「178万円の壁」
 - 住民税について
「119万円の壁」
 - 配偶者特別控除
「169万円・207万円の壁」
 - ・社会保険の壁
 - 106万円の壁
 - 130万円の壁
 - 扶養判定方法の変更について
- ～質疑応答①～

3 知っておきたい税金のこと

- ・そもそも所得税・住民税って？
 - ・誤解しやすい基礎用語
 - ・自分で計算してみよう！
- ～質疑応答②～

4 「壁を超える」という選択肢

5 今後に向けたメッセージ

そもそも所得税・住民税とは？

国税

所得税

- 毎年1月1日～12月31日の所得に対して
納税地の税務署に納める税金
- 所得が多いほど税率が上がる
「超過累進課税」

地方税

住民税

- 前年の所得をもとに計算され
住民票がある市区町村に納める税金
- 原則として一律10%
+ 均等割（定額）が加算される

【ポイント】

給与所得者（正社員、契約社員、パート・アルバイト等）は、
どちらも基本的に会社が代わりに納めてくれます。



そもそも年末調整とは？

年末調整とは、会社が従業員に代わって、1年間の所得税を正しく計算し、過不足を調整する手続きのことです。

通常、会社は毎月の給与から「源泉徴収」という形で概算の所得税を差し引いて国に納めています。しかし、この源泉徴収はあくまで概算であり、年間の正確な所得税額とは必ずしも一致しません。



源泉徴収額と実際の税額との間に
ズレが出そうだな…

**会社がズレを年末にまとめて精算することで、
従業員は正しい所得税額で納税を済ませる
ことができます。**

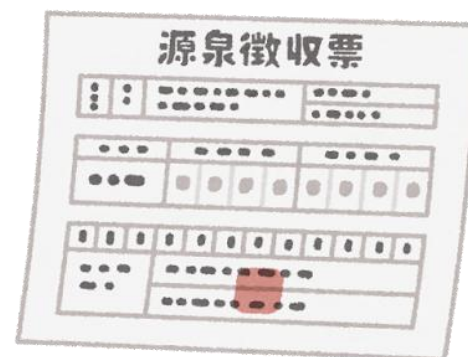
年末調整の最大の目的は、**源泉徴収した所得税の合計額と、実際に納めるべき年間の所得税額との差額を精算**することです。

還付：源泉徴収額が、年間の所得税額よりも多かった場合に、その差額が従業員に戻されます。

追徴：源泉徴収額が、年間の所得税額よりも少なかった場合に、その差額を追加で徴収します。

この還付や追徴は、通常12月支給または翌年1月支給の給与で調整されることが一般的です。

ただし、住宅ローン控除の適用初年度の場合や、医療費控除がある方などは、年末調整では反映できないため、確定申告が必要です。



源泉徴収票で確認

3. 知っておきたい税金のこと

[illegible]

「給与所得控除後の金額」・・・赤枠

この欄に記載されている金額（円）が、
給与所得者の「給与所得」の金額です。

「配偶者(特別)控除の額」欄・・・青枠

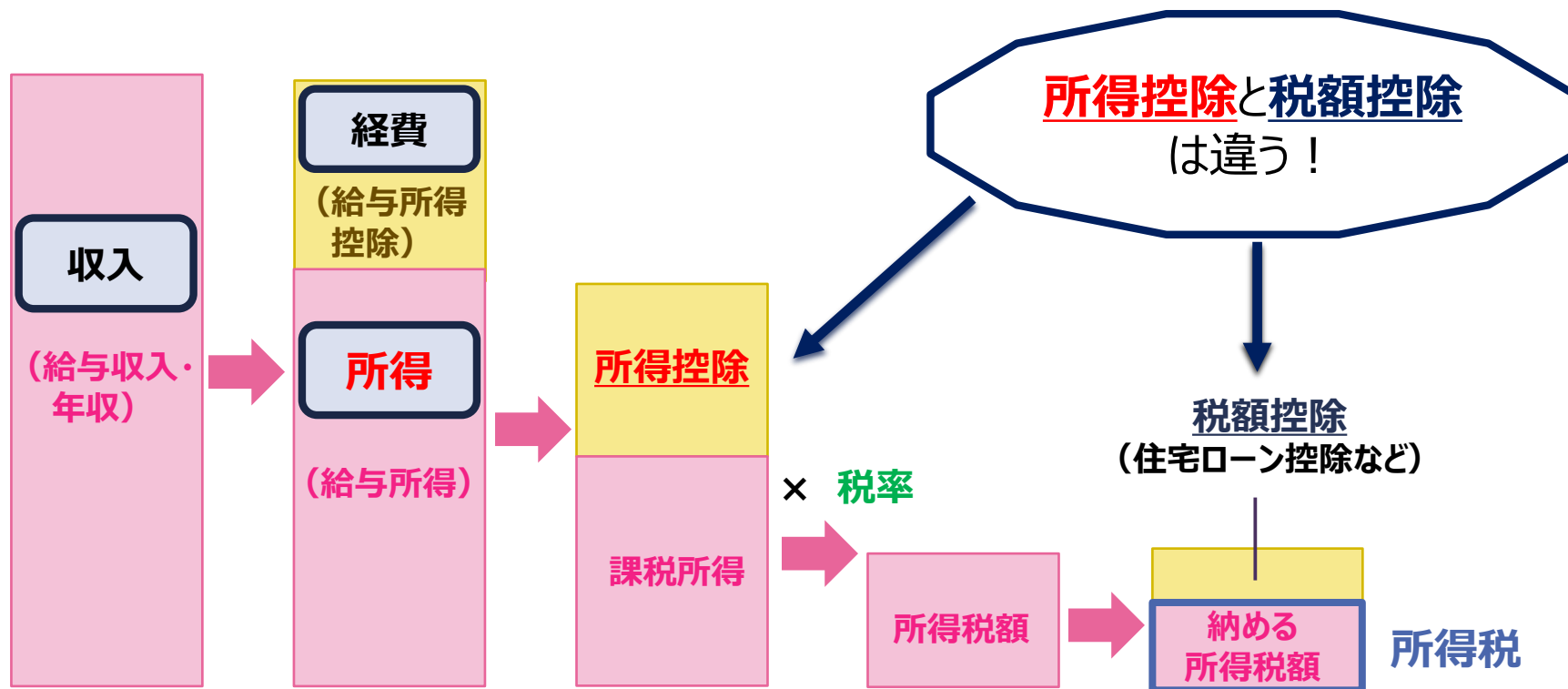
実際に控除された金額（円）が記載されている欄です。

「配偶者の合計所得金額」欄・・・緑枠

この欄に、配偶者の所得金額の記載がある場合は「配偶者特別控除」が適用されています。

この欄が空欄で「控除対象配偶者の有無等」に○がついていれば「配偶者控除」です。





【ポイント】

給与所得控除は一定額を必要経費として引いてもらえる。
所得控除は基礎控除・配偶者控除・配偶者特別控除・
社会保険料控除など。



<参考> 給与所得控除について

3. 知っておきたい税金のこと

(みなし経費) 給与収入に応じて**自動的に計算**されます。

給与収入金額	昨年	今年
190万円以下	65万円 (最低保証)	74万円 (最低保証)
190万円超～220万円以下	収入 × 30% - 8万円	74万円 (最低保証)
220万円超～360万円以下	収入 × 30% + 8万円	収入 × 30% + 8万円
360万円超～660万円以下	収入 × 20% + 44万円	収入 × 20% + 44万円
660万円超～850万円以下	収入 × 10% + 110万円	収入 × 10% + 110万円
850万円超	195万円 (上限)	195万円 (上限)

**【例】給与収入500万円の場合 → $500\text{万円} \times 20\% + 44\text{万円}$
= 144万円が給与所得控除額**



<参考>配偶者控除・配偶者特別控除について (夫の合計所得1000万円以下)

① 配偶者控除（69歳未満）

配偶者の年収（合計所得金額）	所得税	住民税
136万円以下（62万円以下）	38万円	33万円

② 配偶者特別控除

配偶者の給与収入・年収（合計所得金額）	所得税	住民税
136万円超～ 169万円以下 （62万円超～95万円以下）	38万円	33万円
169万円超 ～174万円以下（95万円超～100万円以下）	36万円	33万円
174万円超～179万円以下（100万円超～105万円以下）	31万円	26万円
179万円超～184万円以下（105万円超～110万円以下）	26万円	21万円
184万円超～189万円以下（110万円超～115万円以下）	21万円	21万円
189万円超～194万円以下（115万円超～120万円以下）	16万円	16万円
194万円超～199万円以下（120万円超～125万円以下）	11万円	11万円
199万円超～204万円以下（125万円超～130万円以下）	6万円	6万円
204万円超～207万円以下（130万円超～133万円以下）	3万円	3万円

※夫の合計所得900万円超～1,000万円以下は控除額が段階的に減額、1,000万円超は適用なし



<参考> 所得税率について

所得税の税率表（速算表）

課税所得	税率	控除額
195万円以下	5%	0円
195万～330万円	10%	97,500円
330万～695万円	20%	427,500円
695万～900万円	23%	636,000円
900万～1,800万円	33%	1,536,000円
1,800万円超	40～45%	2,796,000円～

計算式

所得税額 =

課税所得 × 税率 - 控除額

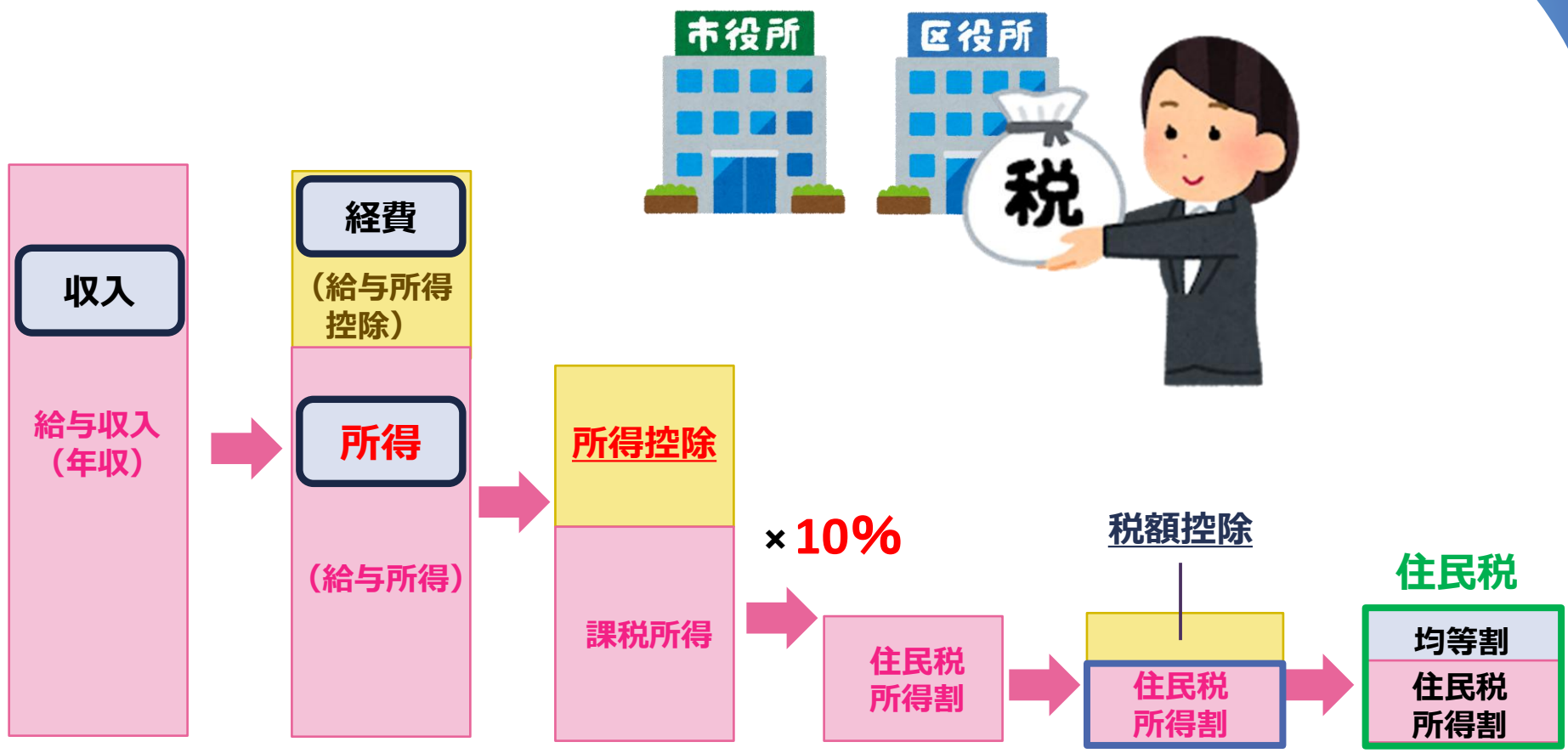
※ 復興特別所得税（2.1%）
が別途加算されます

例：課税所得196万円の場合

196万円 × 10% - 97,500円
= **98,500円**

（※ 195万円 × 5% = 97,500円）

税率表「195～330万円」の行を適用



住民税 = 課税所得 × 10% + 均等割 (約5000円)

【設定】本人の年収500万円・配偶者の年収100万円
 社会保険料723,148円（約72.3万円）

項目	所得税	住民税
STEP1 給与所得控除	$500\text{万} \times 20\% + 44\text{万} = 144\text{万円}$	$500\text{万} \times 20\% + 44\text{万} = 144\text{万円}$
STEP2 所得金額	$500\text{万} - 144\text{万} = 356\text{万円}$	$500\text{万} - 144\text{万} = 356\text{万円}$
STEP3 所得控除合計	基礎控除104万 + 社保72.3万 + 配偶者控除38万 = 約214.3万円	基礎控除43万 + 社保72.3万 + 配偶者控除33万 = 約148.3万円
STEP4 課税所得	$356\text{万} - 214.3\text{万} = \text{約}141\text{万円}$	$356\text{万} - 148.3\text{万} = \text{約}207\text{万円}$
STEP5 税額計算	$141\text{万} \times 5\%$ （※早見表5%） = 約7.05万円	$207\text{万} \times 10\% + 0.5\text{万円}$ （均等割） = 約21.2万円



配偶者控除はどのくらい影響があるのか？

3. 知っておきたい税金のこと

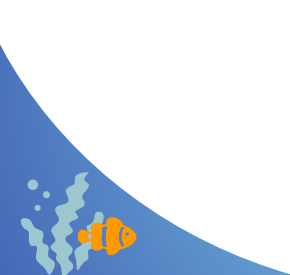
【設定】配偶者の年収500万円
社会保険料723,148円（約72.3万円）

所得税	配偶者控除あり	配偶者控除なし	差額
配偶者の収入	5,000,000	5,000,000	0
STEP1 給与所得控除	1,440,000	1,440,000	0
STEP2 所得金額	3,560,000	3,560,000	0
STEP3 所得控除合計	2,143,000	1,763,000	-380,000
STEP4 課税所得	1,417,000	1,797,000	380,000
STEP5 税額計算	70,850	89,850	19,000

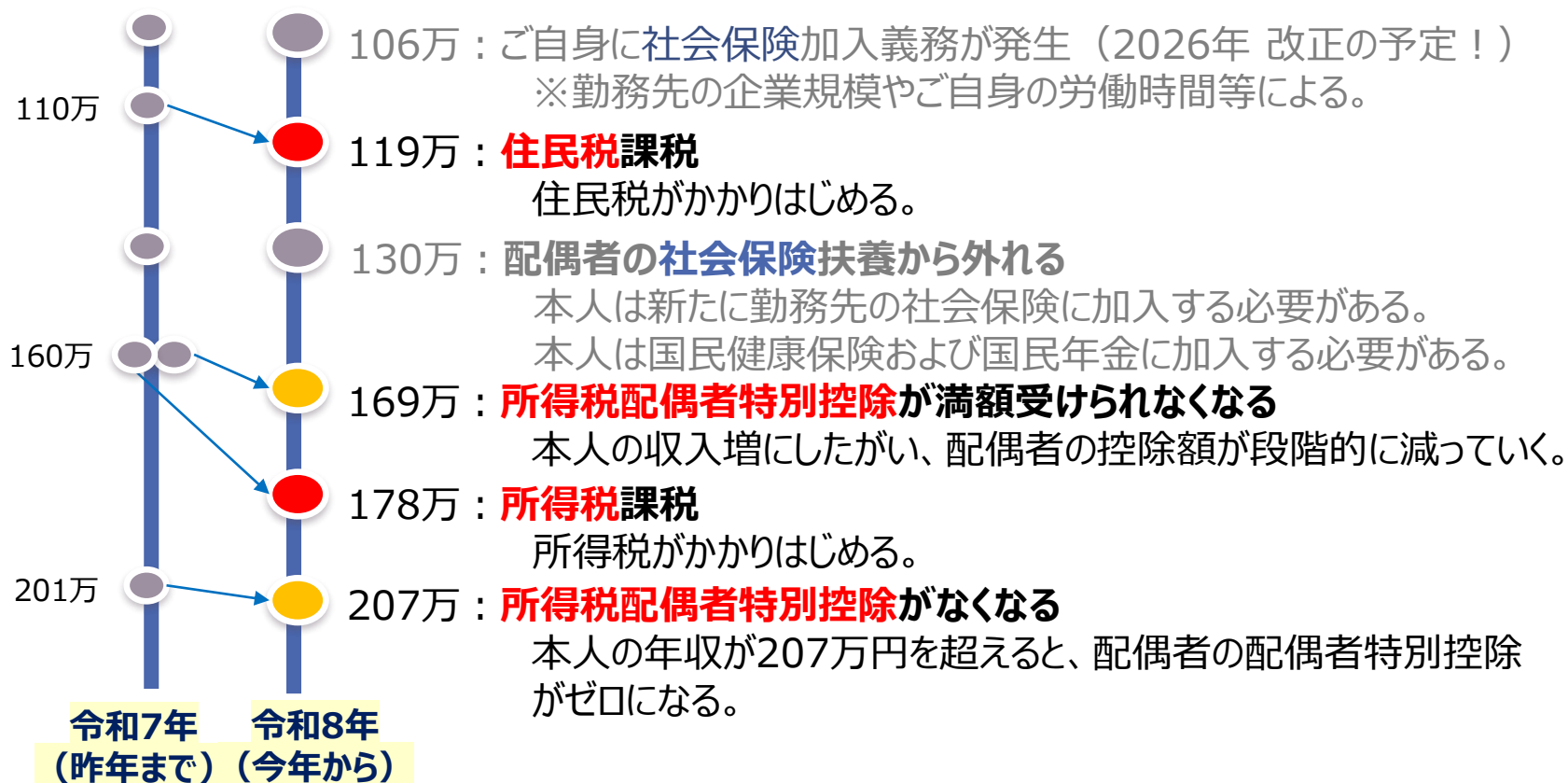
⇒38万×5%
⇒19000円になる

住民税	配偶者控除あり	配偶者控除なし	差額
配偶者の収入	5,000,000	5,000,000	0
STEP1 給与所得控除	1,440,000	1,440,000	0
STEP2 所得金額	3,560,000	3,560,000	0
STEP3 所得控除合計	1,483,000	1,153,000	-330,000
STEP4 課税所得	2,077,000	2,407,000	330,000
STEP5 税額計算	212,700	245,700	33,000

⇒33万×10%
⇒33000円になる



【まとめ】税金の4つの年収の壁



※年収136万円で配偶者控除は配偶者特別控除に切り替わり、年収169万円になるまで控除額は変わりません

～講義の内容～

1 年収の壁とは？

- ・年収の壁の概要
- ・年収の壁における6つの壁

2 税金と社会保険の壁

- ・税金の壁
 - 所得税について
「178万円の壁」
 - 住民税について
「119万円の壁」
 - 配偶者特別控除
「169万円・207万円の壁」
 - ・社会保険の壁
 - 106万円の壁
 - 130万円の壁
 - 扶養判定方法の変更について
- ～質疑応答①～

3 知っておきたい税金のこと

- ・そもそも所得税・住民税って？
 - ・誤解しやすい基礎用語
 - ・自分で計算してみよう！
- ～質疑応答②～

4 「壁を超える」という選択肢

5 今後に向けたメッセージ

「壁を超える」という選択肢

今の「手取り」だけで働き方を決めると、将来の“選択肢”が狭まってしまうかもしれません。これからの時代、「壁を超える」ことは、未来の選択肢を広げる一歩になります。

避けたい「選択肢が狭まる」流れ

- ① 年収の壁が気になる
↓
- ② 手取りを減らさないために、
働く時間や役割を抑える
↓
- ③ 経験・スキルを積む機会が少なくなる
↓
- ④ AI・DX化で定型的な業務が減っていく
(レジ業務・データ入力などの効率化)
↓
- ⑤ 選べる時間・場所・条件が限られていく
↓
- ⑥ 将来の働き方・収入の選択肢が狭まる

POINT1 将来も活かせる経験や
スキルを身につける

POINT2 長く働き続けられる
環境や働き方を見つける

POINT3 自分らしく働く
企業に選ばれる力を育てる



働く時間が増えると、経験の積み重ね方も変わります

勤務先や仕事内容によって、次のような可能性が広がることがあります。



**担当できる
仕事の幅が広がる**



**継続的な仕事や
新しい仕事も
任せやすくなる**



**新しい経験や
スキルを得られる**



**将来の働き方の
選択肢が増える**

仕事の中身は、すでに変わり始めています

AI・DX化により、アナログ作業や定型業務のデジタル化が進んでいます。
企業は、時代の変化に対応できる人材育成やリスキングへの投資を増やしています。

DX・AI化の進展

中小企業でも、アナログ作業やデータのデジタル化が進んでいます。

81.6% DXの成果が出ている企業

※「成果が出ている」「ある程度成果が出ている」の合計

仕事の進め方は、少しずつ
“人の手作業中心”から変化しています。

人材育成・リスキングの強化

企業は、DX・AI時代に対応するため人材育成への投資を増やしています。

51.3% 社員一人当たりの人材開発予算を増加

経験・スキル・信頼を積み上げる人への期待は、これからさらに高まっていきます。

**これからは「働く時間」だけでなく、経験・スキル・信頼を
積み上げる視点が大切になってきます。**

出典：独立行政法人中小企業基盤整備機構「中小企業のDX推進に関する調査（2024年）」、アルー株式会社「人材開発予算に関する調査（2025年）」を基に作成



経験やスキルは、将来の選択肢になります

仕事のやり方、中身が変わる中で、企業は「何時間働けるか」だけでなく、「何ができるか」「どんな経験があるか」も重視するようになっていきます。

短時間勤務でも積み上げられるもの

- **正確さ・段取り力**

限られた時間の中で、ミスなく進める力

- **コミュニケーション力**

お客様や同僚と、円滑にやり取りする力

- **パソコン・システムの使用経験**

データ入力や勤怠・販売管理など、実務で使う経験

- **任された仕事をやりきる信頼**

「この人をお願いしたい」と思われる積み重ね

- **新しいことを学ぶ姿勢**

変化に合わせて、少しずつできることを増やす力

小さな経験の積み重ねが、これからの選択肢を広げます。

働き方は、ライフステージに合わせて選び直せます

仕事のやり方、中身が変わる中で、企業は「何時間働けるか」だけでなく、「何ができるか」「どんな経験があるか」も重視するようになっていきます。

考えてみたい4つのこと

- (1) 今、家庭や生活との両立をどの程度重視したいか
- (2) これから身につけたい経験やスキルがあるか
- (3) 将来、仕事の範囲を広げたいか
- (4) 勤務先にどのような制度や機会があるか



扶養内で働くことも、壁を越えて働くことも、どちらか一つが正解ではありません。
何歳からでも、自分らしい新しい一歩を始められます。

ライフ×キャリアの参考ツール

今後の働き方やライフイベントを考える参考として、ライフ×キャリアシミュレーター「イフキャリ」を活用できます。ご自身の収入、働き方、家族構成、ライフイベントなどを入力し、将来の暮らしや働き方を考えるきっかけにできます。



ライフ×キャリアシミュレーターを使ってみよう

スマートフォンで簡単に、世帯全体のお金の将来の見通しを見ることができます！



イフキャリ

検索

<https://lifecareerplansim.metro.tokyo.lg.jp/>



ただいまより最後の 質疑応答の時間です

- 画面下の「Q & A」ボタンを押し、ご質問をご入力ください。
(匿名でご質問できます。)

※お時間の制約上、全てのご質問にお答えできかねる点をご了承下さい。

- 適宜、休憩もお取りください。



【個別相談窓口】のご案内

「年収の壁」に関するご相談に専門家が回答いたします。電話、メール、オンラインでの利用が可能です。お気軽にご相談ください。

対象：個人・企業

個別相談窓口

無料

都内在住の方 都内勤務の方 都内企業（個人事業主含む）



お電話で相談

0120-545-027

通話料無料

受付時間：月曜日～金曜日 9:00～17:00（祝日・年末年始を除く）

メールで相談

メール相談フォーム >

原則、翌営業日までにご返信します

オンラインで相談

オンライン相談予約 >

オンライン会議ツール「Zoom」を利用

<こんなときにおすすめ>

- ・「年収の壁」制度について、理解が合っているかどうかを確認したい
- ・ネットやAIで調べてみたけど、結局どの情報が正しいか分からない
- ・ダブルワークの場合は？ 個人事業主の場合は？ など、状況に合わせた相談をしたい

リンク：<https://nenshunokabe.metro.tokyo.lg.jp/consultation/>



「年収の壁を知る 個別相談窓口」で検索してください



【個別相談窓口】のご案内



利用者満足度 **97%**

※昨年度の支援後アンケートにて
「とても満足」または「満足」と答えた方

＜実際にあった相談例＞

扶養内でダブルワークをしています。
短時間労働者の社会保険加入基準の週20時間は2社の合計ですか？
それとも個別ですか？また、税の扶養範囲は年収ベースでいくらまでですか？



今は扶養で130万円未満で働いていますが、
来年から子どもが大学生になり時間ができるので、週4日働こうと思っています。
私が扶養を外れることで、夫に影響がありますか？



現在雇用しているパート社員の今後についてです。
稼働時間数を増やす際、労働契約の結び直しは必要でしょうか？また、働き方を切り替えるタイミングが来年4月からとなった場合、切り替えまでの1～3月については社保加入要件に該当しないよう、勤務時間などの調整が必要になりますか？



リンク：<https://nenshunokabe.metro.tokyo.lg.jp/consultation/>



「年収の壁を知る 個別相談窓口」で検索してください



【専門家派遣】のご案内

「年収の壁」によるお悩みを抱える企業に対し、社労士・税理士・FPなどの専門家を派遣し、2回の支援を実施します。



<こんなお悩みありませんか？>

- ・人手不足なのにパートアルバイトの労働時間を増やせない…
- ・制度が複雑で担当者も正確に把握しづらい…
- ・従業員からの相談や説明対応に悩んでいる…

→そんなときは【専門家派遣】をご活用ください！

対象 **都内企業** **30社限定** 利用料**無料**

リンク：<https://nenshunokabe.metro.tokyo.lg.jp/expert/>



「年収の壁を知る 専門家派遣」で検索してください



【専門家派遣】のご案内



利用者満足度 **100%**

※昨年度の支援後アンケートにて
「とても満足」または「満足」と答えた方

<昨年度 支援利用者の声>

課題は全員が大なり小なり認識していたものの、会社の仕組みを変えるとなると皆及び腰でした。そこに、こういった第三者取り組みによる「起点」をいただいたことが、会社の取り組みを変える大きなアシストになった。



パート社員がもっとも関心を寄せている情報を、大変わかりやすくまた親身になって解説いただきましたので、講習会参加者がみな大変満足だと感想を述べていました。



年収の壁問題に留まらず、背景にある働き方への意識の性差をどうブリッジしていくかや、若手ほど見落としがちな生涯設計を踏まえた働き方の設計といった、より本質的なテーマにまで言及し、有期雇用の方々への向き合い方について指南いただけた。



リンク : <https://nenshunokabe.metro.tokyo.lg.jp/expert/>



「年収の壁を知る 専門家派遣」で検索してください



東京しごと財団「年収の壁突破」総合対策促進奨励金

企業向け
情報

社会保険加入促進コース

社会保険料に関する手当などの新設を行うことで、「年収の壁」に伴う現場の問題解決に取り組む都内中小企業事業主に奨励金を交付します。

配偶者手当見直しコース

配偶者の収入要件がある配偶者手当を見直すことで、女性の活躍を後押しした都内中小企業事業主に奨励金を交付します。



奨励金 各コース 1 事業主30万円 ※2コース実施の場合、奨励金50万円

- ▶ 令和8年度の交付申請受付期間は全10回です。
※交付申請は、1事業主あたり同一年度につき1回限りです。

募集回	交付申請受付期間	受付社数
第1回	令和8年5月10日(月) 午前9時～5月31日(日) 午後5時	130社
第2回	令和8年6月 1日(月) 午前9時～6月30日(火) 午後5時	130社
第3回	令和8年7月 1日(水) 午前9時～7月31日(金) 午後5時	130社
第4回	令和8年8月 1日(土) 午前9時～8月31日(月) 午後5時	130社
第5回	令和8年9月 1日(火) 午前9時～9月30日(水) 午後5時	130社
第6回	令和8年10月 1日(木) 午前9時～10月31日(土) 午後5時	130社

受付中

リンク：<https://nenshunokabetoppa-syoureikin.jp/>



「年収の壁 奨励金」で検索してください



～講義の内容～

1 年収の壁とは？

- ・年収の壁の概要
- ・年収の壁における6つの壁

2 税金と社会保険の壁

- ・税金の壁
 - 所得税について
「178万円の壁」
 - 住民税について
「119万円の壁」
 - 配偶者特別控除
「169万円・207万円の壁」
 - ・社会保険の壁
 - 106万円の壁
 - 130万円の壁
 - 扶養判定方法の変更について
- ～質疑応答①～

3 知っておきたい税金のこと

- ・そもそも所得税・住民税って？
 - ・誤解しやすい基礎用語
 - ・自分で計算してみよう！
- ～質疑応答②～

4 「壁を超える」という選択肢

5 今後に向けたメッセージ



<今後に向けたメッセージ>



- ◆「年収の壁」は制度上の制限のようで、実は働き方や将来設計に直結する私たちの人生選択そのものです。人生100年時代におけるキャリアと老後の安心をどう確保するかを考えると、壁の向こうの選択肢はぐっと広がります。皆様やご家族の働き方を「これから」の視点で見つめなおす機会にしていただけたらと思います。



- ◆日本もインフレ時代。現在の生活水準を保つためには、お給料アップが必須になりました。制度は今後も見直しが進み、働き方の選択肢も広がるでしょう。目の前の年収の壁を越えて、手取りを増やしつつどうか、ご自身の可能性も伸ばしてください！！

**皆さんが選ぶ働き方が、
より豊かな未来へとつながることを
心から願っています。**



次回セミナーのご案内

参加費：無料



※リアル形式

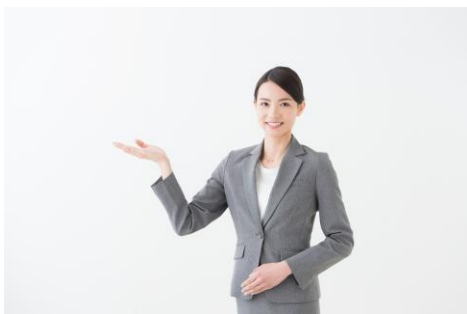
第3回「年収の壁」集合型セミナー

【開催日時】 9月12日（土）13:30-15:00

【会場】 新宿野村ビル4F NEON

【対象】 都内在住または勤務の方

- ✓ 小人数制で実施！働き方や収入について考えたい方におすすめ！
セミナー後には、FPによる相談会も実施します（要予約）



第3回 女性が活躍するための 「年収の壁」普及啓発セミナー

【開催日時】 10月20日（火）13:30-15:30

【対象】 都内在住または勤務の方・都内企業

- ✓ 基礎からしっかり学べる！講師2名体制で幅広くわかりやすく解説。
テーマも毎回変わるため、繰り返しの受講もおすすめです。



第2回 企業向け 「年収の壁」対策セミナー

【開催日時】 11月17日（火）13:30-14:30

【対象】 都内企業

- ✓ 実務に沿った内容で解説！「年収の壁」の最新情報、
企業としての今後の対応について解説します。

※申込みは開催日の2か月前を目安に、随時開始予定です

年収の壁を知る セミナー

検索



<https://nenshunokabe.metro.tokyo.lg.jp/seminar/>



ご清聴
ありがとうございました

