



DC Promotion Association

確定拠出年金、もらう時に 税金ってどれくらいかかるの？

一般社団法人確定拠出年金推進協会

2026/7/27 配信

DC ニュースレター

前回のニュースレターでは、2026 年 12 月から確定拠出年金（DC）の拠出限度額が引き上げられることをご紹介しました。掛金を増やすと、老後資金をより多く準備できるほか、掛金拠出時の税負担を抑え、運用益を非課税で再投資できるメリットがあります。

今回は、多くの加入者の方が気になる「DC を受け取る時、税金はいくらかかるのか」を取り上げます。結論からいうと、DC は受取時にも税制上の優遇があります。特に、一時金で受け取る場合に利用できる「退職所得控除」は大きなメリットです。

DC の受け取り方は「一時金」と「年金」

DC は、原則として 60 歳以降に、一時金か年金、または両方を組み合わせて受け取ります。一時金で受け取る場合は「退職所得」、年金で受け取る場合は「雑所得（公的年金等控除あり）」として扱われます。

● 一時金：退職所得控除を利用でき、控除後の金額も原則として 2 分の 1 だけが課税対象となり分離課税

● 年金：公的年金等控除を利用できるが、公的年金など他の年金収入や給与収入と合算して計算

どちらが有利かは、勤務先の退職金、公的年金の金額、受取時期などによって変わります。今回は仕組みを分かりやすくするため、「勤務先から別の退職金はなく、DC を一時金で受け取る」ケースに絞って説明します。

退職所得控除：受取額から差し引ける強力な非課税枠

退職所得控除とは、退職金や DC の一時金を受け取る際に、受取額から差し引ける控除です。控除額までは課税対象になりません。DC の場合は、原則として加入者期間に応じて計算します。

加入期間	退職所得控除額
20 年以下	40 万円×加入年数（最低 80 万円）
20 年超	800 万円 + 70 万円×（加入年数 - 20 年）

例えば、加入期間が 10 年なら 400 万円、20 年なら 800 万円、30 年なら 1,500 万円です。受取額がこの範囲内であれば、他の退職金との調整がない前提では、所得税・住民税はかかりません。

一時金の税金は 3 ステップで計算

【例】

DC の一時金 1,200 万円、加入期間 20 年の場合

STEP1 退職所得控除を差し引く

1,200 万円 - 800 万円 = 400 万円

STEP2 控除後の金額を 2 分の 1 にする

400 万円 × 1/2 = 200 万円（課税退職所得金額）

STEP3 200 万円に所得税と住民税をかける

所得税は累進税率、住民税は原則 10% で計算します。受取額 1,200 万円の全額に税金がかかるのではなく、課税対象は 200 万円まで圧縮されます。これが退職所得控除と「2 分の 1 課税」の大きなメリットです。



確定拠出年金に関するご相談窓口はこちら
【一般社団法人確定拠出年金推進協会】
HP <https://www.member.deco-pa.com>

住所 〒104-0032 東京都中央区八丁堀 3-25-9
Daiwa 八丁堀駅前ビル西館 1F
TEL 03-6222-9161
MAIL 401k@member.deco-pa.com



毎月 3 万円を積み立てた場合の試算

毎月 3 万円を積み立て、年 5%または年 10%で運用したと仮定します。金額は概算で、税額は所得税・復興特別所得税・住民税を合計し、万円未満を四捨五入しています。

<年利回り 5%で運用した場合（単位：万円）>

	拠出総額	受取時残高	退職所得控除	受取時税金
10 年	360	463	400	5
20 年	720	1,217	800	33
30 年	1,080	2,446	1,500	103

<年利回り 10%で運用した場合（単位：万円）>

	拠出総額	受取時残高	退職所得控除	受取時税金
10 年	360	599	400	16
20 年	720	2,154	800	166
30 年	1,080	6,188	1,500	924

※運用利回りは一定ではなく、実際の運用成果を保証するものではありません。勤務先の退職金や過去に受け取った退職金がある場合は、退職所得控除が調整され、税額が変わることがあります。

試算から分かること

年 5%、20 年間の例では、拠出総額 720 万円に対して受取時残高は約 1,217 万円です。退職所得控除 800 万円を差し引き、さらに 2 分の 1 にした金額に課税されるため、概算税額は約 33 万円に抑えられます。

一方、長期間にわたり高い利回りで運用できた場合は、資産が大きく増えるため、受取時の税金も増えます。ただし、税金が増えるのは、それだけ運用成果が大きかったためでもあります。「税金がかかるから DC は不利」と単純に考えるのではなく、掛金拠出時・運用中・受取時を通算して考えることが大切です。

DC には 3 段階の税制メリット

- 掛金拠出時：加入者掛金は所得控除等の対象となり、所得税・住民税の負担を抑えられる
- 運用中：通常の金融商品では運用益に約 20%の税金がかかるが、DC の運用益は非課税
- 受取時：一時金なら退職所得控除、年金なら公的年金等控除を利用できる

選択制 DC では、掛金の選択によって社会保険料が下がる場合があります。ただし、その場合は将来の厚生年金や傷病手当金などの給付額に影響する可能性があるため、目先の負担軽減だけで判断しないことが重要です。

NISA と DC は「どちらか」ではなく、目的で使い分ける

NISA は必要な時に売却・引出しができ、運用益が非課税です。一方、DC は原則 60 歳まで引き出せませんが、掛金拠出時の税制優遇と受取時の控除があります。

- 近い将来に使う可能性がある資金：預貯金や NISA を活用
- 60 歳以降の老後資金として確実に分けておきたい資金：DC を活用

年代だけで一律に決めるのではなく、生活予備資金、住宅・教育費、収入、勤務先の退職金制度などを確認し、DC と NISA を組み合わせることが基本です。

受取時期の違いで税額が変わることも

勤務先の退職金と DC の一時金を近い時期に受け取る場合、加入期間・勤続期間の重複や受取順序によって退職所得控除が調整されることがあります。また、**税制は将来改正される可能性があります**。受取時期が近づいたら、最新の制度を確認したうえで、一時金・年金・併用のどれが適しているかを検討しましょう。

まとめ

受取方法や掛金額で迷われた際は、勤務先の DC 担当者を通じて担当アドバイザー、または確定拠出年金推進協会にご相談ください。



確定拠出年金に関するご相談窓口はこちら
【一般社団法人確定拠出年金推進協会】
HP <https://www.member.deco-pa.com>

住所 〒104-0032 東京都中央区八丁堀 3-25-9
Daiwa 八丁堀駅前ビル西館 1F
TEL 03-6222-9161
MAIL 401k@member.deco-pa.com

