

日本から出国される外国人のみなさまへ

日本での滞在期間中に国民年金、厚生年金保険及び共済組合等に参加していた期間については、被保険者資格を喪失して日本を出国した場合、以下の①～④すべての条件に該当するときに脱退一時金を請求することができます。ただし、日本に住所を有しなくなった日から2年以内に請求する必要があります。

- ① 日本国籍を有していない
- ② 国民年金の保険料納付済期間等※の月数又は厚生年金保険の被保険者期間(共済組合等に参加していた期間を含む)が6月以上ある
※国民年金の保険料納付済期間等
国民年金の第1号被保険者としての保険料納付済期間の月数、保険料4分の1免除期間の月数の4分の3に相当する月数、保険料半額免除期間の月数の2分の1に相当する月数及び保険料4分の3免除期間の月数の4分の1に相当する月数を合算した月数のことをいいます。
- ③ 日本に住所を有していない
※市区町村に転出届を提出したうえで、再入国許可・みなし再入国許可を受けて出国する方は請求することができますが、転出届の提出がない場合、再入国許可の有効期間が経過するまでは国民年金の被保険者とされることから、脱退一時金は請求できませんのでご注意ください。
- ④ 年金(障害手当金を含む)を受ける権利を有したことがない

【提出書類】

「脱退一時金請求書(国民年金/厚生年金保険)」

【添付書類】

- ① パスポート(旅券)の写し(氏名、生年月日、国籍、署名および在留資格が確認できるページ)
- ② 日本国内に住所を有しなくなったことが確認できる書類(住民票の除票の写し等(※))
- ③ 「銀行名」「支店名」「支店の所在地」「口座番号」および「請求者本人の口座名義」であることが確認できる書類(銀行が発行した証明書等。)
- ④ 基礎年金番号通知書または年金手帳等の基礎年金番号を明らかにすることができる書類
※ 出国前にお住まいの市区町村で転出届を提出した場合には、住民票の削除情報から、日本国内に住所を有しないことを確認できますので、添付書類②は不要です。

【提出時の注意事項】

出国前に日本国内から請求書を提出する場合には、住民票の転出(予定)日以降に請求書を日本年金機構へ提出してください。(脱退一時金の受給要件として、日本年金機構が請求書を受理した日に、日本に住所を有していないことが必要です。)

郵送の場合には、転出(予定)日以降に請求書が日本年金機構に到達するよう送付してください。

※次ページに、脱退一時金を受け取った場合の《注意事項》を記載しています。

必ずご確認ください、将来、年金を受け取る可能性を考慮したうえで、脱退一時金の請求をご検討ください。



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

《脱退一時金を請求する際の注意事項》

NEPALI／ネパール語

以下の注意事項をご確認いただき、将来、年金を受け取る可能性を考慮したうえで、ご請求ください。

① 老齢年金の受給資格期間（120月（10年）あれば日本の老齢年金を受給できます。）

請求時において、年金の受け取りに必要な「受給資格期間」が120月（10年）以上ある場合、将来、日本の老齢年金を受け取ることができるため、脱退一時金を請求することはできません。「受給資格期間」が120月（10年）未満の場合、脱退一時金を請求することができますが、脱退一時金を受け取った方は、いかなる場合でも、脱退一時金を請求する以前の日本の年金に加入していた期間がすべてなくなります。

「受給資格期間」とは？

- ・国民年金の保険料を納めた期間や免除された期間 ・厚生年金保険や共済組合等の加入期間
- ・日本の年金制度に加入していなくても受給資格期間に加えることができる期間（合算対象期間）

※合算対象期間とは、過去に日本の年金制度に加入していなかった場合などでも、資格期間に含むことができる期間です。（ただし、年金額の算定には反映されません。）

例えば、

- ・日本で永住許可を得た外国籍の方については、海外在住期間のうち、1961年4月から永住許可を取得するまでの期間（20歳以上60歳未満の期間に限る。）
- ・日本と年金通算の協定を締結している相手国の年金制度に加入していた期間（詳細は「②加入期間の通算」）が合算対象期間となります。その他、詳細については、年金事務所へお問い合わせください。

② 加入期間の通算

日本と年金通算の協定を締結している相手国の年金制度に加入していた期間がある方は、一定の要件のもと、加入期間を通算して日本及び協定相手国の年金を受け取ることができる場合があります。加入期間を通算した結果、日本の年金の受け取りに必要な受給資格期間が120月以上ある場合、脱退一時金を請求することはできません。受給資格期間が120月未満の場合、脱退一時金を請求することができますが、脱退一時金を受け取った場合、脱退一時金を請求する以前の日本の年金に加入していた期間がすべてなくなるため、その期間を通算することができなくなります。

【日本と年金通算の社会保障協定を締結している相手国（2026年3月現在）】

ドイツ、アメリカ、ベルギー、フランス、カナダ、オーストラリア、オランダ、チェコ、スペイン、アイルランド、ブラジル、スイス、ハンガリー、インド、ルクセンブルク、フィリピン、スロバキア、フィンランド、スウェーデン、オーストリア

なお、最新の社会保障協定締結状況については、日本年金機構ホームページをご確認ください。

(<https://www.nenkin.go.jp/service/shaho-kyotei/kunibetsu/kyoteitimesystem.html>)

③ 支給額計算の上限（2021年4月より36月（3年）から60月（5年）に引き上げられました。）

脱退一時金の支給額は、日本の年金制度に加入していた月数に応じて、60月を上限として計算されます。ただし、脱退一時金の支給対象とする国民年金保険料納付済期間等又は厚生年金保険及び共済組合等の合計加入期間が2021年3月以前のみの期間となる場合は、36月を上限として計算されます。

※日本の年金制度に61月以上加入されていた方が脱退一時金を請求した場合、支給金額は60月を上限として計算されますが、脱退一時金を請求する以前の日本の年金に加入していた期間が全てなくなります。（例えば、90月分の日本の年金に加入していた期間がある方が脱退一時金を請求した場合、脱退一時金は上限60月分が支給されますが、90月分すべての日本の年金に加入していた期間がなくなります。）

※複数回の在留を繰り返し、日本の年金制度に加入する期間が通算で61月以上になる予定の方で、加入期間に応じた脱退一時金の受給を希望される場合には、各在留期間終了後の帰国の都度、請求が必要になる場合があります。（例えば、3年間（36月）で第1号・2号技能実習を終了し帰国した後、特定技能1号（在留期間の上限5年）として日本に入国する方は、第2号技能実習終了後及び特定技能1号による在留期間終了後に請求することで、各加入期間に応じた支給を受けることができます。）

【脱退一時金にかかる所得税】

○非居住者の方が支給を受ける厚生年金保険の脱退一時金は、その支給の際に、20.42%の税金が源泉徴収されます。ただし、「退職所得の選択課税による還付のための申告書」を税務署に提出することで、源泉徴収された税金の還付を受けられる場合があります。（国民年金の脱退一時金は、源泉徴収されません。）

○申告書の提出先は、日本国内における最終の住所地又は居所地を管轄する税務署です。申告及び還付金の受け取りのためには、帰国前に、日本国内における最終の住所地又は居所地を管轄する税務署へ「所得税・消費税の納税管理人の届出書」を提出する必要があります。（納税管理人の資格は、日本に住所地又は居所地を有すること以外に特にありません。）

「所得税・消費税の納税管理人の届出書」を提出しないで帰国した場合には、申告時に申告書と併せて提出してください。

○申告書や届出書の様式は、国税庁ホームページ(<https://www.nta.go.jp>)に掲載しています。申告などの手続きについてご不明な点は、税務署にお尋ねください。

○脱退一時金の送金と同時に「脱退一時金支給決定通知書」を送付しますので、原本を所得税・消費税の納税管理人に送付してください。

【請求者が脱退一時金の支給を受けずに死亡した場合】

請求者の死亡当時、生計を同一にしていた配偶者、子、父母、孫、祖父母、兄弟姉妹、その他3親等内の親族が代わりに給付を受けることができます。ただし、本人が死亡前に請求書を提出している場合のみ該当します。

स्वदेश फिर्ती हुँदाको एकमुस्त रकम मागदाबी फाराम

जापान छाड्ने समस्त विदेशी नागरिकहरू समक्ष

जापान बसाइको अवधिमा नागरिक पेन्सन, कर्मचारी पेन्सन बिमा तथा म्युचुअल एड एशोसिएसन आदिमा सामेल रहेको अवधिको हकमा, बिमित योग्यता गुमेर जापान छाडेको अवस्थामा, निम्न ①-④ का सबै सर्तहरूसँग मेल खाएमा स्वदेश फिर्ती हुँदाको एकमुस्त रकम मागदाबी गर्न सकिन्छ। तथापि, जापानमा ठेगाना नरहने भएको दिनदेखिको 2 वर्ष भित्रमा मागदाबी गर्नुपर्ने आवश्यक रहन्छ।

① जापानको नागरिकता नभएको

② नागरिक पेन्सनको बिमा शुल्क चुक्ता गरेको अवधिहरू(※) वा कर्मचारी पेन्सन बिमाका बिमितले बिमा गरेको अवधि, (म्युचुअल एड एशोसिएसन आदिमा सामेल रहेको अवधि समेत गरेर) 6 महिना वा सो भन्दा बढी भएको

*नागरिक पेन्सनको बिमा शुल्क चुक्ता गरेको अवधि आदि

नागरिक पेन्सनको नं. 1 बिमित स्वरूप बिमा शुल्क चुक्ता गरेको अवधि (महिना सङ्ख्या) भन्नाले, बिमा शुल्क एक-चौथाइ मिनाहा भएको अवधि (महिना सङ्ख्या)को तीन-चौथाइ बराबर हुने महिना सङ्ख्या, बिमा शुल्क आधा मिनाहा भएको अवधि(महिना सङ्ख्या)को आधा बराबर हुने महिना सङ्ख्या, एवम् बिमा शुल्क तीन-चौथाइ मिनाहा भएको अवधि (महिना सङ्ख्या)को एक-चौथाइ बराबर हुने महिना सङ्ख्यालाई जोडेर आएको महिना सङ्ख्या हो भनेर बुझ्नुपर्छ।

③ जापानमा ठेगाना नभएको

*सम्बन्धित गाउँ/नगरपालिकामा बसाइँ जाने सूचना दर्ता गरेर, रिइन्ट्रि पर्मिट / स्पेशल रिइन्ट्रि पर्मिट लिएर जापान बहिर्गमन हुने व्यक्तिले मागदाबी गर्न सक्छ तर, बसाइँ जाने सूचना दर्ता नगरेको अवस्थामा, रिइन्ट्रि पर्मिटको म्याद नसकिएसम्म नागरिक पेन्सनको बिमित स्वरूप रही रहने हुनाले, स्वदेश फिर्ती हुँदाको एकमुस्त रकम मागदाबी गर्न नसकिने भएकोले ध्यान पुऱ्याउनुहोस्।

④ पेन्सन (अपाङ्गता भत्ता रकम सहित) प्राप्त गर्ने अधिकार नभएको

[पेस गर्नुपर्ने कागजात]

"स्वदेश फिर्ती हुँदाको एकमुस्त रकम मागदाबी फाराम (नागरिक पेन्सन / कर्मचारी पेन्सन बिमा)"

[संलग्न गर्नुपर्ने कागजात]

① पासपोर्ट (राहदानी) को प्रतिलिपि (नामथर, जन्म मिति, राष्ट्रियता, हस्ताक्षर, भिसाको प्रकृति खुल्ने पृष्ठ)

② जापानमा ठेगाना नरहेको तथ्य खुल्ने कागजात (ज्युमिन-ह्योउ अर्थात् बसोबास पत्र खारेज-पत्रको प्रतिलिपि आदि(*))

③ "बैङ्कको नाम" "शाखाको नाम" "शाखा अवस्थित ठेगाना" "खाता नम्बर" एवम् "मागदाबीकर्ता स्वयंको नामको खाता" हो भनेर खुल्ने कागजात (बैङ्कले जारी गरेको प्रमाणपत्र आदि।)

④ "आधारभूत पेन्सन नम्बर सूचनापत्र" अथवा 'पेन्सन हाते पुस्तिका' जस्ता आधारभूत पेन्सन नम्बर स्पष्ट हुने कागजात

* जापान छाड्नु अघि निवासस्थान रहेको गाउँ / नगरपालिकामा बसाइँ जाने सूचना दर्ता गरेको अवस्थामा, बसोबास पत्र मेटाइएको जानकारीबाट जापानमा ठेगाना नरहेको तथ्य खुल्ने भएकोले, संलग्न गर्नुपर्ने कागजात ② आवश्यक पर्दैन।

[पेस गर्ने बेलामा ध्यान दिनुपर्ने बुँदाहरू]

जापान छाड्नु अघि जापान भित्रबाट मागदाबी फाराम पेस गर्ने भएमा, बसाइँ जाने (योजना) मिति भन्दापछि मागदाबी फाराम जापान पेन्सन सङ्गठनमा पेस गर्नुहोस्। ((स्वदेश फिर्ती हुँदाको एकमुस्त रकम लाभ प्राप्तिको आवश्यक सर्तको रूपमा, जापान पेन्सन सङ्गठनले मागदाबी फाराम स्वीकृत गरेको दिनमा, जापानमा ठेगाना नभएको हुनु जरुरी हुन्छ।)

हुलाकबाट पठाउने अवस्थामा, बसाइँ जाने (योजना) दिन भन्दापछि मागदाबी फाराम जापान पेन्सन सङ्गठनमा पुग्ने गरी पठाउनुहोस्।

अर्को पृष्ठमा, स्वदेश फिर्ती हुँदाको एकमुस्त रकम प्राप्त गरेको अवस्थामा «ध्यान दिनुपर्ने बुँदाहरू» उल्लेख गरिएको छ।

अवश्य पनि राम्रो सँग हेरेर, भविष्यमा पेन्सन प्राप्त गर्ने सम्भावनालाई मध्यनजर गरेर मात्र, स्वदेश फिर्ती हुँदाको एकमुस्त रकम मागदाबी गर्नुहोस्।

① वृद्धावस्था पेन्सन लाभ प्राप्त गर्न योग्य अवधि 120 महिना (10 वर्ष) भएमा जापानको वृद्धावस्था पेन्सन लाभ प्राप्त गर्न सकिन्छ।

मागदाबी गर्ने समयमा, पेन्सन प्राप्त गर्न आवश्यक "लाभ प्राप्य योग्यता अवधि" 120 महिना (10 वर्ष) वा सो भन्दा बढी भएको रहेछ भने, भविष्यमा जापानको वृद्धावस्था पेन्सन प्राप्त गर्न मिल्ने भएकोले, स्वदेश फिर्ती हुँदाको एकमुष्ट रकम (दात्ताइ इचिजि-किन) मागदाबी गर्न मिल्दैन। "लाभ प्राप्य योग्यता अवधि" 120 महिना (10 वर्ष) भन्दा कम छ भने, स्वदेश फिर्ती हुँदाको एकमुष्ट रकम (दात्ताइ इचिजि-किन) मागदाबी गर्न मिल्छ तर, स्वदेश फिर्ती हुँदाको एकमुष्ट रकम (दात्ताइ इचिजि-किन) प्राप्त गर्नु भएका महानुभावको हकमा, जे जस्तो कारण भएपनि, सो मागदाबी गर्नु पूर्वको जापानी पेन्सनमा सामेल भएको सम्पूर्ण अवधि समाप्त हुनेछ।

"योग्य अवधि" भन्नाले?

- नागरिक पेन्सनको बिमा शुल्क तिरेको अवधि या मिनाहा गरिएको अवधि
- कर्मचारी पेन्सन बिमा या म्युचुअल एड एशोसिएसन आदिको सामेल अवधि
- जापानको पेन्सन प्रणालीमा सामेल नभएतापनि योग्य अवधिमा थप्न सकिने अवधि (जोडेर हिसाब गर्न सकिने अवधि)

* 'जोडेर हिसाब गर्न लायक अवधि' भनेको, विगतमा जापानको पेन्सन प्रणालीमा सामेल नरहेको अवस्था आदि भएतापनि, योग्य अवधिमा समेट्न सकिने अवधि हो। (तथापि, यो पेन्सन राशिको हिसाबमा प्रतिबिम्बित हुँदैन।)

उदाहरणको लागि,

जापानमा स्थायी बसोबास अनुमति प्राप्त गरेका विदेशी नागरिकको हकमा, परदेश बसोबास अवधि मध्ये, सन् 1961 अप्रिलदेखि स्थायी बसोबास अनुमति प्राप्त गर्ने बेलासम्मको अवधि (20 वर्षदेखि 60 वर्ष भन्दा कम उमेरसम्मको अवधिमा मात्र सीमित।)

जापानसँग पेन्सन एकत्रित हिसाब गर्ने सम्झौता गरेको अर्को पक्ष राष्ट्रको पेन्सन प्रणालीमा सामेल भएको अवधि (विस्तृतमा "②सामेल अवधिको एकत्रित हिसाब") समेत 'जोडेर हिसाब गर्न लायक अवधि' मा पर्नेछ। अन्य, विस्तृत विवरणको लागि पेन्सन कार्यालयमा सोधपुछ गर्नुहोस्।

② सामेल अवधिको योगफल

जापानसँग पेन्सन अवधि एकत्रित हिसाब गर्नेगरी गरेको सम्झौतामा बाँधिएको अर्को पक्ष राष्ट्रको पेन्सन प्रणालीमा सामेल अवधि रहेका महानुभावले, एक निश्चित आवश्यक सर्त पुरा गरेको आधारमा, सामेल अवधिलाई एकत्रित हिसाब गरेर जापान एवम् सम्झौता गरेको अर्को पक्ष राष्ट्रको पेन्सन प्राप्त गर्न पनि सक्नुहुन्छ। सामेल अवधि एकत्रित हिसाब गरेको नतिजा, जापानको पेन्सन प्राप्त गर्न आवश्यक 'लाभ प्राप्य योग्यता अवधि' 120 महिना वा सो भन्दा बढी भएको खण्डमा, स्वदेश फिर्ती हुँदाको एकमुष्ट रकम (दात्ताइ इचिजि-किन) मागदाबी गर्न मिल्दैन। 'लाभ प्राप्य योग्यता अवधि' 120 महिना भन्दा कम भएको खण्डमा, स्वदेश फिर्ती हुँदाको एकमुष्ट रकम (दात्ताइ इचिजि-किन) मागदाबी गर्न मिल्छ र, स्वदेश फिर्ती हुँदाको एकमुष्ट रकम (दात्ताइ इचिजि-किन) प्राप्त गरेको खण्डमा, सो मागदाबी गर्नु भन्दा पूर्वको जापानी पेन्सनमा सामेल भएको सम्पूर्ण अवधि समाप्त हुने भएकोले, उक्त अवधि एकत्रित हिसाब गर्न नमिल्ने भएर जान्छ।

【जापानसँग पेन्सन अवधि एकत्रित गर्नेगरी सामाजिक सुरक्षा सम्झौतामा बाँधिएको पक्ष राष्ट्रहरू (सन् 2026 मार्च महिनाको आँकडा अनुसार)】

जर्मनी, अमेरिका, बेल्जियम, फ्रान्स, क्यानडा, अस्ट्रेलिया, नेदरल्याण्ड, चेक गणतन्त्र, स्पेन, आयरल्याण्ड, ब्राजिल, स्विजरल्याण्ड, हङ्गेरी, भारत, लग्जेम्बर्ग, फिलिपिन, स्लोभाकिया, फिनल्याण्ड, स्वीडेन, अस्ट्रिया

पुनश्च, सबैभन्दा नवीनतम सामाजिक सुरक्षा सम्झौताको अवस्था हेर्नका लागि, जापान पेन्सन सङ्गठनको वेबसाइट निश्चय गर्नुहोला।

(<https://www.nenkin.go.jp/service/shaho-kyotei/kunibetsu/kyoteitimesystem.html>)

③ भुक्तानी राशि हिसाब हुने अधिकतम सीमा अवधि

(2021 अप्रिलदेखि 36 महिना (3 वर्ष) बाट 60 महिना (5 वर्ष) मा बढाइएको छ।)

स्वदेश फिर्ती हुँदाको एकमुस्त रकमको राशि, जापानको पेन्सन प्रणालीमा सामेल रहेको अवधि (महिना) को आधारमा, 60 महिनालाई अधिकतम सीमा मानेर हिसाब गरिनेछ। तथापि, स्वदेश फिर्ती हुँदाको एकमुस्त रकमको भुक्तानी दायरामा पर्ने, नागरिक पेन्सन बिमा शुल्क चुक्ता भएको अवधि आदि वा कर्मचारी पेन्सन बिमा एवम् म्युचुअल एड एशोसिएसन आदिको जम्मा सामेल रहेको अवधि सन् 2021 मार्च भन्दा अधिको अवधि मात्र हुने अवस्थामा, 36 महिना अधिकतम सीमा मानेर हिसाब गरिनेछ।

*जापानको पेन्सन प्रणालीमा 61 महिना वा सो भन्दा बढी सामेल हुनु भएको महानुभावले स्वदेश फिर्ती हुँदाको एकमुष्ट रकम (दात्ताइ इचिजि-किन) मागदाबी गरेको खण्डमा, लाभ भुक्तानी रकम 60 महिनालाई माथिल्लो सीमा स्वरूप हिसाब गरिन्छ र, सो मागदाबी गर्नु पूर्व जापानी पेन्सनमा सामेल भएको सम्पूर्ण अवधि समाप्त हुनेछ। (उदाहरणको लागि, मानौं जापानी पेन्सनमा 90 महिनाको अवधि सामेल हुनुभएका महानुभावले स्वदेश फिर्ती हुँदाको एकमुष्ट रकम (दात्ताइ इचिजि-किन) मागदाबी गर्नु भयो र, त्यस्तो अवस्थामा, स्वदेश फिर्ती हुँदाको एकमुष्ट रकम (दात्ताइ इचिजि-किन)को माथिल्लो सीमा बराबरको 60 महिनाको मात्र लाभ भुक्तानी गरिन्छ र, 90 महिनाको सम्पूर्ण जापानी पेन्सनमा सामेल भएको अवधि समाप्त हुनेछ।)

*पटक पटक बसोबास गरी, जापानको पेन्सन प्रणालीमा सामेल रहेको अवधिको योगफल 61 महिना वा सो भन्दा बढी हुने योजना भएको व्यक्ति भई, सामेल अवधि अनुसारको स्वदेश फिर्ती हुँदाको एकमुस्त रकम भुक्तानी प्राप्त गर्न इच्छाएको अवस्थामा, हरेक पटकको बसोबास अवधि सकिएर स्वदेश फर्कने बेला, मागदाबी गर्नुपर्ने हुनसक्छ। (उदाहरणको लागि, 3 वर्ष (36 महिना) मा, नं. 1 वा नं. 2 प्राविधिक प्रशिक्षण सकाएर स्वदेश फर्केपछि, विशिष्ट दक्ष कामदार नं. 1 (बसोबास अवधिको अधिकतम हद 5 वर्ष) स्वरूप जापान प्रवेश गर्ने व्यक्तिले, नं. 2 प्राविधिक प्रशिक्षण सकिएपछि एवम् विशिष्ट दक्ष कामदार नं. 1 बमोजिमको बसोबास अवधि सकिएपछि मागदाबी गर्नाले, हरेक सामेल अवधि अनुसारको भुक्तानी प्राप्त गर्न सक्दछ।)

【स्वदेश फिर्ती हुँदाको एकमुस्त रकममा लाग्ने आयकर】

- गैर-आवासीय व्यक्तिले भुक्तानी प्राप्त गर्ने कर्मचारी पेन्सन बिमाको स्वदेश फिर्ती हुँदाको एकमुस्त रकम भुक्तानी हुने बेलामा, 20.42% आयकर कट्टी गरिनेछ। तथापि, "अवकाश-आयको वैकल्पिक-कर मार्फत फिर्ता लिनको लागि घोषणा फाराम" कर कार्यालयमा बुझाएमा, कट्टी गरिएको आयकर फिर्ता प्राप्त गर्न सकिने हुनसक्छ। (नागरिक पेन्सनको स्वदेश फिर्ती हुँदाको एकमुस्त रकममा, आयकर कट्टी गरिँदैन।)
- घोषणा फाराम बुझाउने ठाउँ, जापानमा रहेको अन्तिमको ठेगाना स्थल वा निवासस्थानको क्षेत्राधिकार भित्र पर्ने कर कार्यालय हो। घोषणा गर्न तथा फिर्ता रकम प्राप्त गर्नको लागि, स्वदेशफर्कनु अघि, जापान भित्रको पछिल्लो ठेगाना वा निवासस्थानको क्षेत्राधिकार भित्र पर्ने कर कार्यालयमा "आयकर / उपभोग कर चुक्ता व्यवस्थापन गर्ने प्रतिनिधि दर्ता निवेदन फाराम" पेस गर्नुपर्ने हुन्छ। (कर चुक्ता व्यवस्थापन गर्ने प्रतिनिधिको योग्यता, जापानमा ठेगाना वा निवासस्थान भएको हुनु पर्ने कुरा बाहेक विशेष अरू केही छैन।)
- "आयकर / उपभोग कर व्यवस्थापन गर्ने प्रतिनिधि दर्ता निवेदन फाराम" नबुझाई स्वदेश फर्केको अवस्थामा, घोषणा गर्ने बेलामा घोषणा फाराम सँगै राखेर बुझाउनुहोस्।
- घोषणा फाराम या दर्ता निवेदन फारामको ढाँचा, राष्ट्रिय कर विभागको वेबसाइट (<https://www.nta.go.jp>) मा उल्लेख गरिएको छ। घोषणा आदि गर्ने प्रक्रिया सम्बन्धी अस्पष्ट कुराहरू, कर कार्यालयमा सोधपुछ गर्नुहोस्।
- स्वदेश फिर्ती हुँदाको एकमुस्त रकम विप्रेषण सँगसँगै "स्वदेश फिर्ती हुँदाको एकमुस्त रकम भुक्तानी निर्धारण सूचना पत्र" पठाइने भएकोले, त्यसको मूल प्रति आयकर / उपभोग करको चुक्ता व्यवस्थापन गर्ने प्रतिनिधिलाई पठाउनुहोस्।

【स्वदेश फिर्ती हुँदाको एकमुस्त रकम भुक्तानी प्राप्त नगरी मागदाबीकर्ताको मृत्यु भएमा】

मागदाबीकर्ताको मृत्यु हुँदाको बखतमा, सँगै जीवननिर्वाह गरिरहेको पति वा पत्नी, छोरा-छोरी, आमा-बुबा, नाति-नातिना, हजुरबुबा-हजुरआमा, दाजुभाइ-दिदीबहिनी, अन्य तीन पुस्ता भित्रकोनातेदारले सट्टामा भुक्तानी प्राप्त गर्न सक्नेछ। तथापि, मूल व्यक्तिले मृत्यु अघि नै मागदाबी फाराम पेस गरेको अवस्थामा मात्रै यस्तो हुनेछ।

- ・ 日本国籍を有しない方が、最後に国民年金の被保険者の資格を喪失したとき(日本国内に住所を有しなくなった日)から2年以内に脱退一時金を請求することができます。
- ・ 保険料納付済期間等の月数(※)が合計して6月以上あって、年金を受ける権利を有したことがない方が対象になります。

※保険料納付済期間等の月数とは

請求日の前日において、請求日の属する月の前月までの第1号被保険者としての被保険者期間にかかる

- ・ 保険料納付済期間の月数
 - ・ 保険料4分の1免除期間の月数の4分の3に相当する月数
 - ・ 保険料半額免除期間の月数の2分の1に相当する月数
 - ・ 保険料4分の3免除期間の月数の4分の1に相当する月数
- を合算した月数のことです。

《脱退一時金の支給額の計算》

2021年4月以降に最後に保険料を納付した月(基準月)を有する場合は、基準月が属する年度と保険料納付済期間等の月数に応じて、以下の式により支給額を計算します。

《計算式》

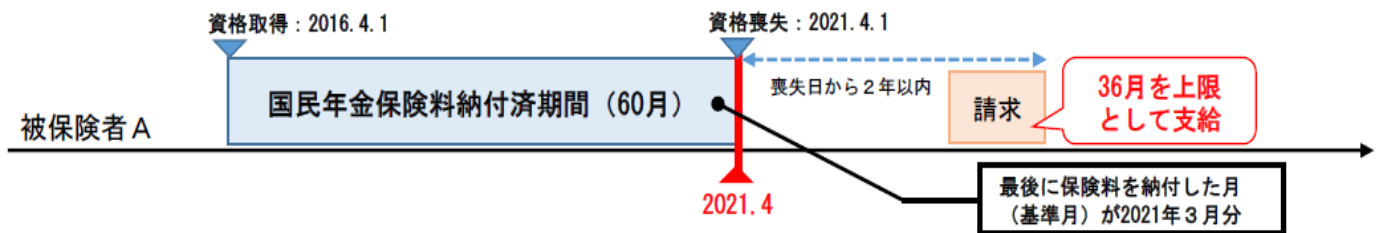
$$\text{脱退一時金支給額} = \text{最後に保険料を納付した月(基準月)が属する年度の国民年金保険料額} \times 1/2 \times \text{支給額計算に用いる数}$$

※脱退一時金の支給額計算方法に関する法令の改正が行われ、2021年4月より支給上限月数が36月(3年)から60月(5年)に引き上げられました。

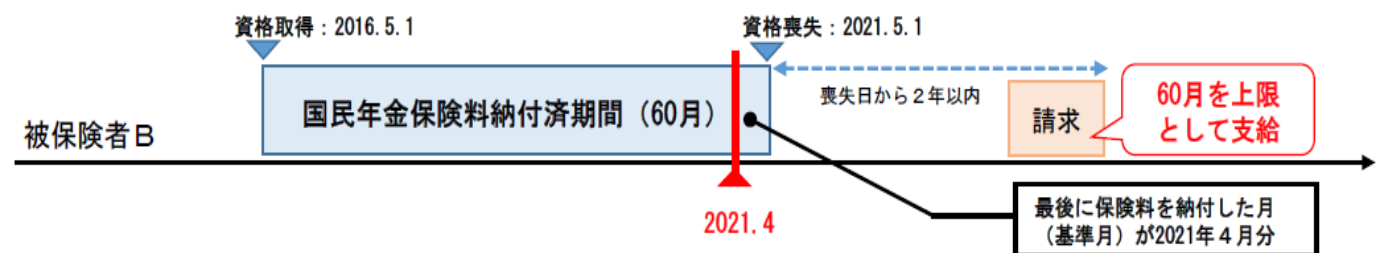
この見直しは、最後に保険料を納付した月(基準月)が2021年4月以降の方が対象となります。

最後に保険料を納付した月(基準月)が2021年3月以前の方については、36月(3年)を上限として、支給額が計算されます。

○基準月が2021年3月以前であれば、36月(3年)を上限として支給額を決定



○基準月が2021年4月以降であれば、60月(5年)を上限として支給額を決定



国民年金被保険者の脱退一時金の支給

【2026年4月から2027年3月までの間に基準月を有する場合の支給額】

保険料納付済期間等の月数	支給額計算に用いる数	支給額
6月以上12月未満	6	53,760円
12月以上18月未満	12	107,520円
18月以上24月未満	18	161,280円
24月以上30月未満	24	215,040円
30月以上36月未満	30	268,800円
36月以上42月未満	36	322,560円
42月以上48月未満	42	376,320円
48月以上54月未満	48	430,080円
54月以上60月未満	54	483,840円
60月以上	60	537,600円

【2026年3月以前に基準月を有する場合の支給額】

基準月の属する年度の国民年金保険料額及び保険料納付済期間等の月数に応じて、支給額は下記の表のとおりとなります。

保険料納付済期間等の月数	支給額				
	2025年4月から2026年3月までの間に基準月を有する場合の支給額	2024年4月から2025年3月までの間に基準月を有する場合の支給額	2023年4月から2024年3月までの間に基準月を有する場合の支給額	2022年4月から2023年3月までの間に基準月を有する場合の支給額	2021年4月から2022年3月までの間に基準月を有する場合の支給額
6月以上12月未満	52,530円	50,940円	49,560円	49,770円	49,830円
12月以上18月未満	105,060円	101,880円	99,120円	99,540円	99,660円
18月以上24月未満	157,590円	152,820円	148,680円	149,310円	149,490円
24月以上30月未満	210,120円	203,760円	198,240円	199,080円	199,320円
30月以上36月未満	262,650円	254,700円	247,800円	248,850円	249,150円
36月以上42月未満	315,180円	305,640円	297,360円	298,620円	298,980円
42月以上48月未満	367,710円	356,580円	346,920円	348,390円	348,810円
48月以上54月未満	420,240円	407,520円	396,480円	398,160円	398,640円
54月以上60月未満	472,770円	458,460円	446,040円	447,930円	448,470円
60月以上	525,300円	509,400円	495,600円	497,700円	498,300円

※2021年3月以前に基準月を有する場合の支給額については、日本年金機構ホームページでご確認ください。

नागरिक पेन्सन बिमितको स्वदेश फिर्ती हुँदाको एकमुस्त रकम भुक्तानी

- जापानी नागरिकता नभएका नागरिकले, अन्तिम पटक नागरिक पेन्सनको बिमित योग्यता गुमाएको बेला (जापानमा ठेगाना नरहेको दिन)देखि 2 वर्ष भित्रमा स्वदेश फिर्ती हुँदाको एकमुस्त रकम भुक्तानी मागदाबी गर्न सक्नेछ।
- बिमा शुल्क चुक्ता गरेको अवधि (महिना) आदिको सङ्ख्या(*) कुल 6 महिना वा सो भन्दा बढी भएको र, पेन्सन प्राप्त गर्ने अधिकार धारण नगरेको व्यक्ति दायरामा पर्नेछ।
- * बिमा शुल्क चुक्ता गरेको अवधि (महिना) आदिको सङ्ख्या भन्नालेमागदाबी मितिको अघिल्लो दिनमा, मागदाबी मिति पर्ने महिनाको अघिल्लो महिना सम्मको बिमित नं. 1 स्वरूपको बिमित अवधिमा लाग्ने
 - बिमा शुल्क चुक्ता गरेको अवधि (महिना) सङ्ख्या
 - बिमा शुल्क 1 चौथाइ मिनाहा भएको अवधि (महिना) सङ्ख्याको 3 चौथाइ बराबर हुने अवधि (महिना) सङ्ख्या
 - बिमा शुल्क आधा मिनाहा भएको अवधि (महिना) सङ्ख्याको आधा बराबर हुने अवधि (महिना) सङ्ख्या
 - बिमा शुल्क 3 चौथाइ मिनाहा भएको अवधि (महिना) सङ्ख्याको 1 चौथाइ बराबर हुने अवधि (महिना) लाई जोडेर आएको महिना सङ्ख्या हो।

«स्वदेश फिर्ती हुँदाको एकमुस्त भुक्तानी राशिको हिसाब»

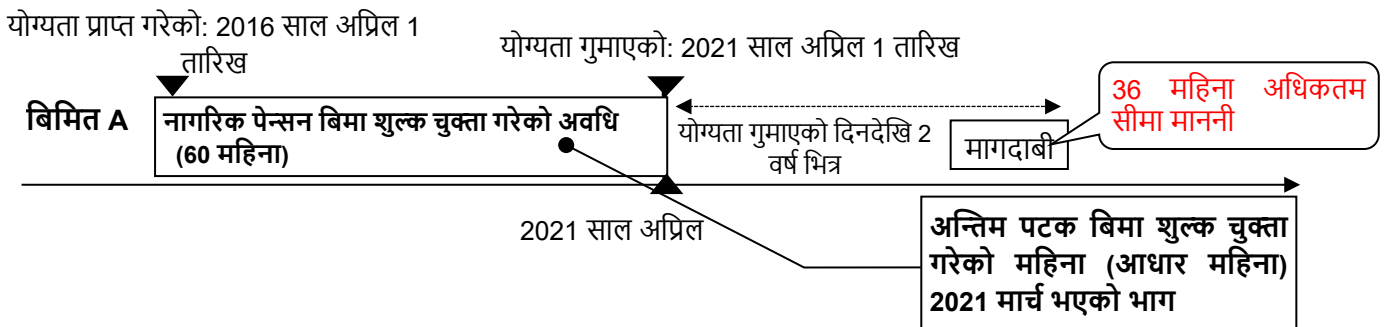
सन् 2021 अप्रिल पश्चात्को अन्तिम पटक बिमा शुल्क चुक्ता गरेको कुनै महिना (आधार महिना) छ भने, आधार महिना पर्ने आर्थिक वर्ष र बिमा शुल्क चुक्ता गरेको अवधि (मासिक सङ्ख्या) अनुसार, निम्न हिसाब सूत्र अनुसार भुक्तानी राशि हिसाब गरिनेछ।

«हिसाबको सूत्र»

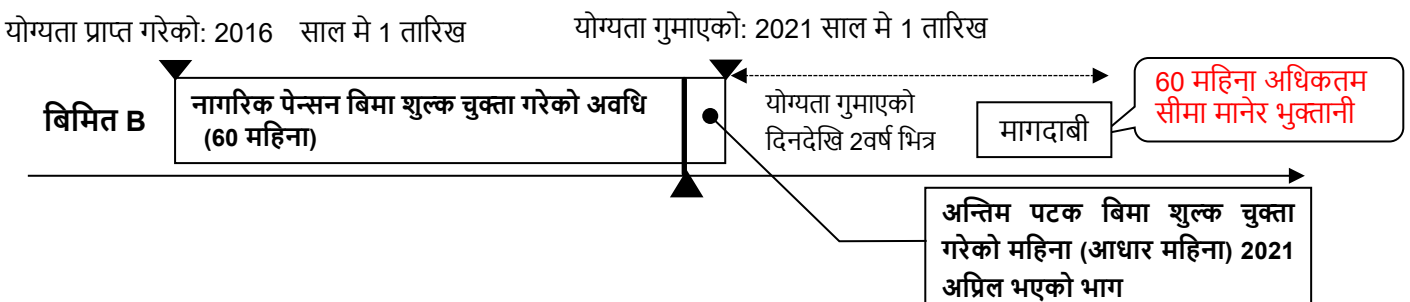
स्वदेश फिर्ती हुँदाको एकमुस्त रकम भुक्तानी राशि =
 अन्तिम पटक बिमा शुल्क चुक्ता गरेको महिना (आधार महिना) पर्ने आर्थिक वर्षको नागरिक पेन्सन बिमा शुल्क राशि
 $\times 1/2 \times$ भुक्तानी राशि हिसाब गर्न प्रयोग हुने सङ्ख्या

- * स्वदेश फिर्ती हुँदाको एकमुस्त रकम भुक्तानी राशि हिसाब गर्ने तरिका सँग सम्बन्धित कानून संशोधन भएर, 2021 अप्रिलदेखि भुक्तानी हुने अधिकतम महिना सङ्ख्या 36 महिना (3 वर्ष)बाट 60 महिना (5 वर्ष)मा बढाइएको छ। यस पुनरावलोकनले, अन्तिम पटक बिमा शुल्क चुक्ता गरेको महिना (आधार महिना) 2021 अप्रिलपछि भएका व्यक्तिहरू लाभान्वित हुनेछन्। अन्तिम पटक बिमा शुल्क चुक्ता गरेको महिना (आधार महिना) 2021 मार्च भन्दा अघि भएका व्यक्तिहरूको हकमा, अहिलेसम्मकै मुताबिक 36 महिना (3 वर्ष) अधिकतम सीमा मानेर, भुक्तानी राशिको हिसाब गरिनेछ।

○आधार महिना 2021 मार्च भन्दा अघि भए, 36 महिना (3 वर्ष) अधिकतम सीमा मानेर भुक्तानी राशि निर्धारण



○आधार महिना 2021 अप्रिलपछि भएमा, 60 महिना (5 वर्ष) अधिकतम मानेर भुक्तानी राशि निर्धारण



नागरिक पेन्सनको बिमित स्वदेश फिर्ती हुँदाको एकमुस्त रकम भुक्तानी

[सन् 2026 अप्रिलबाट 2027 मार्च बीचमा आधार महिना पर्ने बखतको भुक्तानी राशि]

बिमा शुल्क चुक्ता गरेको अवधि (मासिक सङ्ख्या)	भुक्तानी राशिको हिसाबमा प्रयोग हुने सङ्ख्या	भुक्तानी राशि
6 महिना वा सो भन्दा बढी 12 महिना भन्दा कम	6	53,760 येन
12 महिना वा सो भन्दा बढी 18 महिना भन्दा कम	12	107,520 येन
18 महिना वा सो भन्दा बढी 24 महिना भन्दा कम	18	161,280 येन
24 महिना वा सो भन्दा बढी 30 महिना भन्दा कम	24	215,040 येन
30 महिना वा सो भन्दा बढी 36 महिना भन्दा कम	30	268,800 येन
36 महिना वा सो भन्दा बढी 42 महिना भन्दा कम	36	322,560 येन
42 महिना वा सो भन्दा बढी 48 महिना भन्दा कम	42	376,320 येन
48 महिना वा सो भन्दा बढी 54 महिना भन्दा कम	48	430,080 येन
54 महिना वा सो भन्दा बढी 60 महिना भन्दा कम	54	483,840 येन
60 महिना वा सो भन्दा बढी	60	537,600 येन

【 सन् 2026 मार्च भन्दा पहिला आधार महिना पर्ने बखतको भुक्तानी राशि 】

आधार महिना पर्ने आर्थिक वर्षको नागरिक पेन्सन बिमा शुल्क राशि एवम् बिमा शुल्क चुक्ता गरेको अवधि (महिना)को सङ्ख्या अनुरूप, भुक्तानी राशि निम्न तालिका अनुसार हुनेछ।

बिमा शुल्क चुक्ता गरेको अवधि (मासिक सङ्ख्या)	भुक्तानी राशि				
	सन् 2025 अप्रिलदेखि सन् 2026 मार्च बीचमा आधार महिना पर्ने बखतको भुक्तानी राशि	सन् 2024 अप्रिलदेखि सन् 2025 मार्च बीचमा आधार महिना पर्ने बखतको भुक्तानी राशि	सन् 2023 अप्रिलदेखि सन् 2024 मार्च बीचमा आधार महिना पर्ने बखतको भुक्तानी राशि	सन् 2022 अप्रिलदेखि सन् 2023 मार्च बीचमा आधार महिना पर्ने बखतको भुक्तानी राशि	सन् 2021 अप्रिलदेखि सन् 2022 मार्च बीचमा आधार महिना पर्ने बखतको भुक्तानी राशि
6 महिना वा सो भन्दा बढी 12 महिना भन्दा कम	52,530 येन	50,940 येन	49,560 येन	49,770 येन	49,830 येन
12 महिना वा सो भन्दा बढी 18 महिना भन्दा कम	105,060 येन	101,880 येन	99,120 येन	99,540 येन	99,660 येन
18 महिना वा सो भन्दा बढी 24 महिना भन्दा कम	157,590 येन	152,820 येन	148,680 येन	149,310 येन	149,490 येन
24 महिना वा सो भन्दा बढी 30 महिना भन्दा कम	210,120 येन	203,760 येन	198,240 येन	199,080 येन	199,320 येन
30 महिना वा सो भन्दा बढी 36 महिना भन्दा कम	262,650 येन	254,700 येन	247,800 येन	248,850 येन	249,150 येन
36 महिना वा सो भन्दा बढी 42 महिना भन्दा कम	315,180 येन	305,640 येन	297,360 येन	298,620 येन	298,980 येन
42 महिना वा सो भन्दा बढी 48 महिना भन्दा कम	367,710 येन	356,580 येन	346,920 येन	348,390 येन	348,810 येन
48 महिना वा सो भन्दा बढी 54 महिना भन्दा कम	420,240 येन	407,520 येन	396,480 येन	398,160 येन	398,640 येन
54 महिना वा सो भन्दा बढी 60 महिना भन्दा कम	472,770 येन	458,460 येन	446,040 येन	447,930 येन	448,470 येन
60 महिना वा सो भन्दा बढी	525,300 येन	509,400 येन	495,600 येन	497,700 येन	498,300 येन

*सन् 2021 मार्च भन्दा पहिला आधार महिना पर्ने बखतको भुक्तानी राशिबारेमा, जापान पेन्सन सङ्गठनको वेबसाइटमा हेर्नुहोस्।

厚生年金被保険者の脱退一時金の支給

- ・ 日本国籍を有しない方が、最後に国民年金の被保険者の資格を喪失したとき（日本国内に住所を有しなくなった日）から2年以内に脱退一時金を請求することができます。
- ・ 厚生年金保険料を6月以上支払い、年金（障害手当金を含む）を受け権利を有したことがない方が対象になります。なお、この給付は課税の対象となります。⇒P2へ

《脱退一時金の支給額の計算》

厚生年金被保険者期間の最終月（資格喪失した日の属する月の前月）及び被保険者期間の月数に応じて以下のとおり計算されます。

《計算式》

脱退一時金支給額

$$= \text{被保険者であった期間の平均標準報酬額}^{**} \times \text{支給率}^{*} \left((\text{保険料率}^{***} \times 1/2) \right) \\ \times \text{被保険者期間月数に応じた数}$$

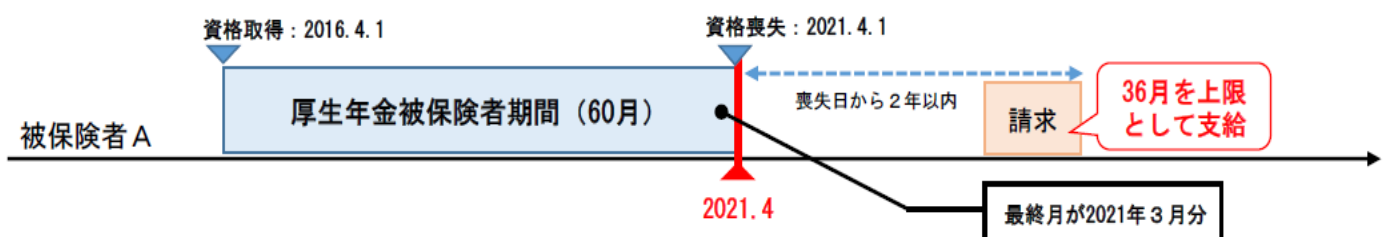
（厚生年金保険の被保険者期間に応じた支給率*は、次の表のとおりです。）

※脱退一時金の支給額の計算方法に関する法令の改正が行われ、2021年4月より支給上限月数が36月（3年）から60月（5年）に引き上げられました。

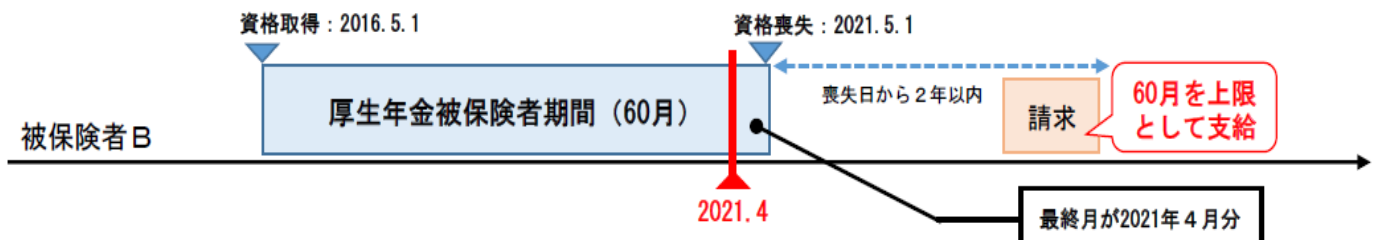
この見直しは、厚生年金被保険者期間の最終月が2021年4月以降となる方が対象となります。

厚生年金被保険者期間の最終月が2021年3月以前の方については、36月（3年）を上限として支給額が計算されます。

○最終月が2021年3月以前であれば、36月（3年）を上限として支給額を決定



○最終月が2021年4月以降であれば、60月（5年）を上限として支給額を決定



厚生年金被保険者の脱退一時金の支給

<*支給率>

【最終月が 2021 年 4 月以降の場合】

厚年被保険者期間の月数	支給率計算に用いる数	支給率
6 月以上 12 月未満	6	0.5
12 月以上 18 月未満	12	1.1
18 月以上 24 月未満	18	1.6
24 月以上 30 月未満	24	2.2
30 月以上 36 月未満	30	2.7
36 月以上 42 月未満	36	3.3
42 月以上 48 月未満	42	3.8
48 月以上 54 月未満	48	4.4
54 月以上 60 月未満	54	4.9
60 月以上	60	5.5

【最終月が 2017 年 9 月～2021 年 3 月の場合】

厚年被保険者期間の月数	支給率計算に用いる数	支給率
6 月以上 12 月未満	6	0.5
12 月以上 18 月未満	12	1.1
18 月以上 24 月未満	18	1.6
24 月以上 30 月未満	24	2.2
30 月以上 36 月未満	30	2.7
36 月以上	36	3.3

<**平均標準報酬額>

◇ 厚生年金保険被保険者期間の全部が 2003 年 4 月以降の方

$$\text{平均標準報酬額} = \frac{\text{被保険者期間の各月の標準報酬月額と標準賞与額の合計}}{\text{全被保険者期間の月数}}$$

◇ 厚生年金保険被保険者期間の全部又は一部が 2003 年 3 月以前の方

$$\text{平均標準報酬額} = \frac{\text{2003 年 3 月以前の被保険者期間の各月の標準報酬月額} \times 1.3 + \text{2003 年 4 月以降の被保険者期間の各月の標準報酬月額標準賞与額の合計}}{\text{全被保険者期間の月数}}$$

<***保険料率>

最終月が 1 月～8 月の場合、前々年 10 月時点の保険料率が適用されます。
最終月が 9 月～12 月の場合、前年 10 月時点の保険料率が適用されます。

कर्मचारी पेन्सन बिमितको स्वदेश फिर्ती हुँदाको एकमुस्त रकम भुक्तानी

- जापानी नागरिकता नभएको व्यक्तिले, अन्तिम पटक नागरिक पेन्सनको बिमित योग्यता गुमाएको बेला (जापानमा ठेगाना नरहेको दिन)देखि 2 वर्ष भित्रमा स्वदेश फिर्ती हुँदाको एकमुस्त रकम मागदाबी गर्न सक्नेछ।।
- कर्मचारी पेन्सन बिमा शुल्क 6 वा सो भन्दा बढी महिना तिरेर, पेन्सन (अपाङ्गता भत्ता रकम सहित) प्राप्त गर्ने अधिकार प्राप्त नगरेका व्यक्तिहरू लाभान्वित हुनेछन्। यद्यपि, यो लाभ करको दायरा भित्र पर्छ। ⇒P2 मा

« स्वदेश फिर्ती हुँदाको एकमुस्त भुक्तानी राशिको हिसाब »

कर्मचारी पेन्सन बिमित अवधिको अन्तिम महिना (योग्यता गुमाएको दिन पर्ने महिनाको अधिल्लो महिना) तथा बिमित अवधि (महिना) सङ्ख्याको आधारमा निम्नानुसार हिसाब गरिन्छ।

« हिसाबको सूत्र »

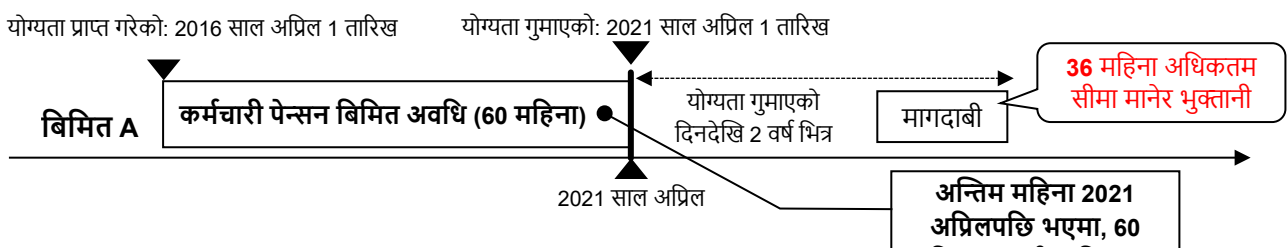
स्वदेश फिर्ती हुँदाको एकमुस्त भुक्तानी राशि

$$= \text{बिमित रहेको अवधिको औसत मानक पारिश्रमिक राशि}^{**} \times \text{भुक्तानी दर}^* \left((\text{बिमा शुल्क दर}^{***} \times 1/2) \times \text{बिमित अवधि (महिना) मा आधारित सङ्ख्या} \right)$$

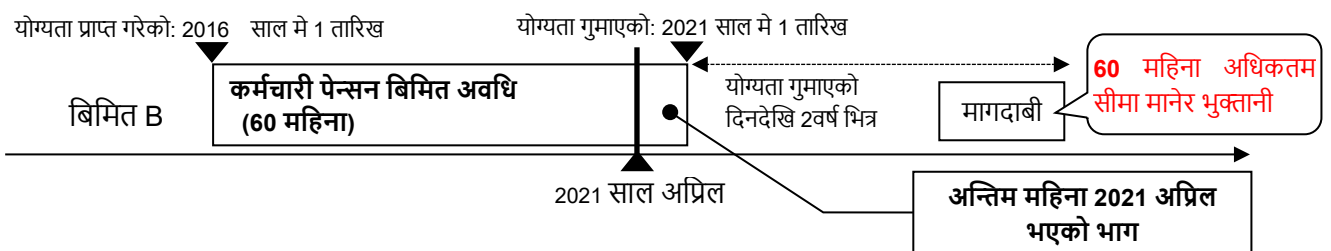
(कर्मचारी पेन्सन बिमाको बिमित अवधिमा आधारित भुक्तानी दर, * निम्न तालिका अनुसार हुनेछ।)

※स्वदेश फिर्ती हुँदाको एकमुस्त रकम भुक्तानी राशि हिसाब गर्ने तरिका सँग सम्बन्धित कानून संशोधन भएर, 2021 अप्रिलदेखि भुक्तानी हुने अधिकतम महिना सङ्ख्या 36 महिना (3 वर्ष) बाट 60 महिना (5 वर्ष) मा बढाइएको छ। यस पुनरावलोकनले, कर्मचारी पेन्सन बिमित अवधिको अन्तिम महिना 2021 अप्रिलपछि हुने व्यक्तिहरू लाभान्वित हुनेछन्। कर्मचारी पेन्सन बिमाको बिमित अवधिको अन्तिम महिना 2021 मार्च भन्दा अघि हुने व्यक्तिहरूको हकमा, अहिलेसम्मकै मुताबिक 36 महिना (3 वर्ष) अधिकतम सीमा मानेर भुक्तानी राशि हिसाब गरिनेछ।

○ अन्तिम महिना 2021 मार्च भन्दा अघि भएमा, 36 महिना (3 वर्ष) अधिकतम सीमा मानेर भुक्तानी राशि निर्धारण



○ अन्तिम महिना 2021 अप्रिलपछि भएमा, 60 महिना (5 वर्ष) अधिकतम सीमा मानेर भुक्तानी राशि निर्धारण



कर्मचारी पेन्सन बिमित स्वदेश फिर्ती हुँदाको एकमुस्त रकम भुक्तानी

<*भुक्तानी दर>

【अन्तिम महिना 2021 अप्रिलपछि भएको अवस्था】

कर्मचारी पेन्सन बिमित अवधि (महिना)	भुक्तानी दर हिसाबमा प्रयोग हुने सङ्ख्या	भुक्तानी दर
6 महिना वा सो भन्दा बढी 12 महिना भन्दा कम	6	0.5
12 महिना वा सो भन्दा बढी 18 महिना भन्दा कम	12	1.1
18 महिना वा सो भन्दा बढी 24 महिना भन्दा कम	18	1.6
24 महिना वा सो भन्दा बढी 30 महिना भन्दा कम	24	2.2
30 महिना वा सो भन्दा बढी 36 महिना भन्दा कम	30	2.7
36 महिना वा सो भन्दा बढी 42 महिना भन्दा कम	36	3.3
42 महिना वा सो भन्दा बढी 48 महिना भन्दा कम	42	3.8
48 महिना वा सो भन्दा बढी 54 महिना भन्दा कम	48	4.4
54 महिना वा सो भन्दा बढी 60 महिना भन्दा कम	54	4.9
60 महिना वा सो भन्दा बढी	60	5.5

【अन्तिम महिना 2017 सेप्टेम्बर - 2021 मार्च भएको अवस्थामा】

कर्मचारी पेन्सन बिमित अवधि (महिना)	भुक्तानी दर हिसाबमा प्रयोग हुने सङ्ख्या	भुक्तानी दर
6 महिना वा सो भन्दा बढी 12 महिना भन्दा कम	6	0.5
12 महिना वा सो भन्दा बढी 18 महिना भन्दा कम	12	1.1
18 महिना वा सो भन्दा बढी 24 महिना भन्दा कम	18	1.6
24 महिना वा सो भन्दा बढी 30 महिना भन्दा कम	24	2.2
30 महिना वा सो भन्दा बढी 36 महिना भन्दा कम	30	2.7
36 महिना वा सो भन्दा बढी	36	3.3

<**औसत मानक पारिश्रमिक राशि>

◇ कर्मचारी पेन्सन बिमाको सम्पूर्ण बिमित अवधि 2003 अप्रिल पछिका व्यक्तिहरू

$$\text{औसत मानक पारिश्रमिक राशि} = \frac{\text{बिमित अवधिको हरेक महिनाको मानक मासिक पारिश्रमिक राशि र मानक बोनस राशिको योगफल}}{\text{कुल बिमित अवधि (महिना)}}$$

◇ कर्मचारी पेन्सन बिमाको बिमित अवधि सम्पूर्ण वा केही अंश 2003 मार्चदेखि अघि भएका व्यक्तिहरू

$$\text{औसत मानक पारिश्रमिक राशि} = \frac{\text{2003 मार्चदेखि अघिको बिमित अवधिको हरेक महिनाको मासिक मानक पारिश्रमिक राशि} \times 1.3 + \text{2003 अप्रिल पछिको बिमित अवधिको हरेक महिनाको मासिक मानक पारिश्रमिक राशि र मानक बोनस राशिको योगफल}}{\text{कुल बिमित अवधि (महिना)}}$$

<***बिमा शुल्क दर>

अन्तिम महिना जनवरी - अगस्त हुने अवस्थामा, दुई वर्ष अघिको अक्टोबरको समयमा रहेको बिमा शुल्क दर लागु हुनेछ।

अन्तिम महिना सेप्टेम्बर - डिसेम्बर हुने अवस्थामा, अघिल्लो वर्षको अक्टोबरको समयमा रहेको बिमा शुल्क दर लागु हुनेछ।

स्वदेश फिर्ती हुँदाको एकमुस्त रकम जापान बाहिर विप्रेषण गर्ने बेलामा प्रयोग हुने विदेशी मुद्रा निम्न अनुसारका हुनेछन्।

脱退一時金を日本国外へ送金する際に使用する通貨は次のとおりです。

अस्ट्रेलिया	ओस्ट्रालिया	अस्ट्रेलियन डलर	ओस्ट्रालिया・ドル
अस्ट्रिया	ओस्ट्रिया	यूरो	यूरो
बेल्जियम	बेल्जियम	यूरो	यूरो
क्यानडा	क्यानडा	क्यानेडियन डलर	क्यानडा・ドル
क्यूबा	क्यूबा	यूरो	यूरो
साइप्रस	साइप्रस	यूरो	यूरो
डेनमार्क	डेनमार्क	डेनमार्क क्रोन	डेनमार्क・クローネ
एस्टोनिया	एस्टोनिया	यूरो	यूरो
फिनल्याण्ड	फिनल्याण्ड	यूरो	यूरो
फ्रान्स	फ्रान्स	यूरो	यूरो
जर्मनी	जर्मनी	यूरो	यूरो
ग्रीस	ग्रीस	यूरो	यूरो
इरान	इरान	जापानी येन *	日本円
आयरल्याण्ड	आयरल्याण्ड	यूरो	यूरो
इटाली	इटाली	यूरो	यूरो
किरिबाटि	किरिबाटि	अस्ट्रेलियन डलर	ओस्ट्रालिया・ドル
ल्याटभिया	ल्याटभिया	यूरो	यूरो
लिथुआनिया	लिथुआनिया	यूरो	यूरो
लग्जेम्बर्ग	लग्जेम्बर्ग	यूरो	यूरो
माल्टा	माल्टा	यूरो	यूरो
मोनाको	मोनाको	यूरो	यूरो
म्यानमार	म्यानमार	जापानी येन **	日本円
नेदरल्याण्ड	नेदरल्याण्ड	यूरो	यूरो
न्यूजील्याण्ड	न्यूजील्याण्ड	न्यूजील्याण्ड डलर	न्यूजील्याण्ड・ドル
उत्तर कोरिया	朝鮮民主主義人民共和国	जापानी येन *	日本円
नर्वे	नर्वे	नर्वेजियन क्रोन	ノルウエー・クローネ
पोर्चुगल	पोर्चुगल	यूरो	यूरो
रसिया	रसिया	यूरो ***	यूरो
सिङ्गापुर	सिङ्गापुर	सिङ्गापुर डलर	シンガポール・ドル
स्लोभाकिया	स्लोभाकिया	यूरो	यूरो
स्लोभेनिया	स्लोभेनिया	यूरो	यूरो
स्पेन	स्पेन	यूरो	यूरो
सुडान	सुडान	बेलायती पाउन्ड	イギリス・ポンド
स्वीडेन	स्वीडेन	स्वीडेन क्रोन	スウェーデンクローネ
स्विजरल्याण्ड	स्विजरल्याण्ड	सुइस् फ्र्याङ्क	スイス・フラン
सिरिया	सिरिया	जापानी येन	日本円
बेलायत	बेलायत	बेलायती पाउन्ड	イギリス・ポンド
माथि उल्लेखित बाहेकका देश	上記以外の国	अमेरिकी डलर	アメリカ・ドル

* जापानको वित्तीय निकायबाट मात्र भुक्तानी प्राप्त गर्न सकिन्छ। 日本の金融機関でのみお受け取りいただけます。

** म्यानमारमा रेमिट्यान्स गर्न मिल्ने बैङ्क तलको एउटा बैङ्क हो। (सन् 2026 मार्चको आँकडा अनुसार)

ミャンマーの送金可能な銀行は以下の1行です。(2026.3 現在) Co-operative Bank Ltd.

स्वदेश फिर्ती हुँदाको एकमुष्ट रकम मागदाबी फाराम

(नागरिक पेन्सन / कर्मचारी पेन्सन बिमा)

脱退一時金請求書(国民年金/厚生年金保険)

कार्यालय प्रयोजनको लागि मात्र
(日本年金機構記入欄)

受付番号

--	--	--

--	--	--	--	--	--	--	--

※भर्दा पढ्न सक्ने गरी अङ्ग्रेजी क्यापिटल लेटरमा भर्नुहुन अनुरोध छ। मोटो धर्को भित्र मात्र भर्नुहोस्।

※記入は判読可能なアルファベット大文字でお願いします。太枠内のみ記入してください。

1. भरेको मिति 記入日

	साल 年 /		महिना 月 /		तारि 日
--	---------	--	-----------	--	--------

2. हस्ताक्षर (अनिवार्य गर्नुहोस्।) 署名 (必ず記入してください。)

म, जापानसँग पेन्सन एकत्रित हिसाबको सम्झौता गरेको अर्को पक्ष राष्ट्रको पेन्सन प्रणालीमा सामेल भएको अवधि या 'जोडेर हिसाब गर्न सकिने अवधि' समेटदा पनि 'लाभ प्राप्य योग्यता अवधि' 120 महिना (10 वर्ष) भन्दा कम हुन्छ र, स्वदेश फिर्ती हुँदाको एकमुष्ट रकम को लाभ भुक्तानी प्राप्त गर्नले, मागदाबी गर्नु पूर्वको जापानी पेन्सनमा सामेल भएको सम्पूर्ण अवधि समाप्त हुने तथ्य बुझेर नै मागदाबी गर्दैछु।

私は日本と年金通算の協定を締結している相手国の年金制度に加入していた期間や合算対象期間を含めても受給資格期間が 120 月 (10 年) 未満であり、脱退一時金の支給を受けることで、請求する以前の日本の年金に加入していた期間がすべてなくなることを理解した上で請求します。

मागदाबीकर्ता स्वयंको हस्ताक्षर (साइन) 請求者本人の署名(サイン)

3. स्थायी बसोबास अनुमति छ/ छैन (अनुमति पाएको मिति) 永住許可の有無 (許可日)

स्थायी बसोबास अनुमति छ/ छैन भन्ने बारेमा उत्तर दिनुहोस्।

साथै, स्थायी बसोबास अनुमति प्राप्त गरेको छ भने, स्थायी बसोबास अनुमति प्राप्त मिति(※) समेत भर्नुहोस्।

※जाइन्सू कार्डमा लेखेको कार्ड बहाल रहने म्याद नभएको कुरा बुझ्नुहोला।

永住許可の有無について回答してください。また、永住許可を受けている場合は、永住許可日(※)も併せて記入してください。

※在留カードの有効期限ではありませんのでご注意ください。

<input checked="" type="checkbox"/> No いいえ	<input checked="" type="checkbox"/> Yes はい	स्थायी बसोबास अनुमति प्राप्त मिति (<u> </u>)	साल 年	महिना 月	तारि 日
--	--	---	-------	---------	--------

4. मागदाबीकर्ताको नामथर, जन्म मिति र जापान छोडे पछिको ठेगाना 請求者氏名、生年月日及び離日後の住所

नामथर 氏名														
जन्म मिति 生年月日					साल 年					महिना 月		तारि 日	राष्ट्रियता 国籍	
जापान छोडे पछिको ठेगाना 離日後の住所														
कित्ता नं., मार्गको नाम, घर- कोठा नम्बर, अन्य 番地、通り、部屋番号、 その他														
नगर 都市														
प्रदेश 州/省														
पोष्टल कोड 郵便番号														
देश 国												◆		

पछाडिको पृष्ठ पनि अवश्य भर्नुहोला।

裏面も必ず記入してください。

記入上の注意

請求書の1～7については必ず記入してください。

記入のない場合は請求書をお返す場合があります。

- ① 「4. 請求者氏名、生年月日及び住所」及び「5. 脱退一時金受取口座」は、判読可能なアルファベット大文字で記入漏れのないようお願いいたします。
- ② 離日後の住所は、「番地、通り、部屋番号、その他」、「都市」、「州/省」、「郵便番号」、「国」に分けて記入してください。なお、「州/省」がない地域にお住まいの方は「州/省」の記入は不要です。
- ③ 「5. 脱退一時金受取口座」に SWIFT(BIC)コード*の記入がない場合、送金できませんので必ず SWIFT(BIC)コードを記入してください。

※SWIFT(BIC)コードとは、11桁（又は8桁）の英数字で構成された金融機関識別用コードです。

※SWIFT(BIC)コードは、受取口座の金融機関に直接ご確認いただくか、SWIFT ホームページで確認できます。

【アドレス】

<https://www.swiftref.com/en/bicsearch>

【二次元コード】



- ④ 「SWIFT(BIC)コード」は、左側から必ず11桁で記入してください。(SWIFT(BIC)コードが8桁の場合は、末尾3桁を「XXX」としてください。) なお、受取口座に日本国内の金融機関を指定する場合は、SWIFT(BIC)コードの記入は不要です。(ゆうちょ銀行は登録できません。)
- ⑤ 「支店の所在地」については、受取口座の金融機関の所在地をご記入の上、「都市」、「国」を別途記入してください。
- ⑥ 記入した「銀行名」、「支店名」、「口座番号/IBANコード」及び「請求者本人の口座名義」と添付書類を必ず照合し、一致していることを確認してください。また、欧州・中東地域にお住みの方は、原則として「口座番号/IBANコード」にはIBANコードを記入してください。(受取口座に日本国内の金融機関を指定する場合を除きます。)
- ⑦ 「6. 基礎年金番号通知書または年金手帳等の記載事項」の基礎年金番号欄には基礎年金番号通知書または年金手帳等に記載されている基礎年金番号、各制度の記号番号欄には今まで加入したことのある年金制度の年金手帳の記号番号を転記してください。
- ⑧ 「日本年金機構記入欄」は、記入しないでください。
- ⑨ 「基礎年金番号及び年金手帳の記号番号」は、後日あなたが照会するときに使用しますので、請求書を提出するときは必ず番号を控えておいてください。

फाराम भर्दाको सावधानी

मागदाबी फारामको 1 देखि 7 मा अवश्य पनि उल्लेख गर्नुहोस्।
उल्लेख नगरिएको अवस्थामा मागदाबी फाराम फिर्ता हुनसक्छ।

- ① “4. मागदाबीकर्ताको नामथर, जन्म मिति एवम् ठेगाना” तथा “5. स्वदेश फिर्ती हुँदाको एकमुस्त रकम ट्रान्सफर गर्ने खाता” लेख्दा, अङ्ग्रेजी क्यापिटल अक्षरमा नछुटाइकन उल्लेख गर्नुहुन अनुरोध गरिन्छ।
- ② जापान छोडे पछिको ठेगाना लेख्दा, “कित्ता नं., मार्गको नाम, घर-कोठा नम्बर, अन्य”, “नगर”, “प्रदेश”, “पोष्टल कोड” देश” छुट्याएर लेख्नुहोस्। पुनश्च: “प्रदेश” नभएको राष्ट्रमा बस्नुहुने महानुभावले “प्रदेश” लेख्नुपर्ने आवश्यकता रहन्न।
- ③ “5. स्वदेश फिर्ती हुँदाको एकमुस्त रकम ट्रान्सफर गर्ने खाता” मा SWIFT (BIC) कोड ※ नलेखेको भए, रकम पठाउन नमिल्ने भएकोले SWIFT (BIC) कोडलाई अनिवार्य रूपमा भर्नुहोस्।
※ SWIFT (BIC) कोड भनेको 11 अक्षर (वा 8 अक्षर)को अङ्ग्रेजी अक्षरले बनेको वित्तीय संस्था पहिचान निमित्तको कोड हो।
※ SWIFT (BIC) कोडको लागि, प्राप्त गर्ने खाताको वित्तीय निकायमा सिधैं बुझ्ने वा SWIFT को वेबसाइटमा बुझ्न सकिन्छ।

[एड्रेस]

<https://www.swiftref.com/en/bicsearch>

[2D बारकोड]



- ④ “SWIFT (BIC) कोड” लेख्दा, बायाँपट्टिबाट लेख्न सुरु गरेर 11 अक्षर पुरै भर्नुहोस्। (SWIFT (BIC) कोड 8 अक्षरको छ भने, पुच्छरमा 3 अक्षर “XXX” लेख्नुहोस्।)
पुनश्च: प्राप्त गर्ने खाता जापान भित्रको वित्तीय निकाय तोक्ने हो भने, SWIFT (BIC) कोड लेख्नुपर्ने आवश्यक रहँदैन। (जापान-पोस्ट बैङ्क भने दर्ता गर्न मिल्दैन।)
- ⑤ “शाखा अवस्थित ठेगाना” का हकमा, माथिल्लो स्तम्भमा प्राप्त गर्ने खाता भएको वित्तीय निकाय अवस्थित ठेगाना लेखेर मात्र दायाँ तलको स्तम्भमा “नगर”, “देश” भिन्दाभिन्दै लेख्नुहोस्।
- ⑥ लेख्नु भएको “बैङ्कको नाम”, “शाखाको नाम” “खाता नम्बर/ IBAN कोड” एवम् “मागदाबीकर्ता स्वयंको नामको खाता” र संलग्न गर्नुपर्ने कागजातलाई रूजु गरेर, मिलेको कुरा निश्चय गर्नुहोस्। साथै, युरोपेली/ मध्य पूर्वीय क्षेत्रमा बसोबास गर्नुहुने महानुभावले, “खाता नम्बर/ IBAN कोड” मा सैद्धान्तिक रूपमा IBAN कोड नै उल्लेख गर्नुपर्छ। (प्राप्त गर्ने खाता जापान भित्रको वित्तीय निकाय तोक्ने बेलामा बाहेक।)
- ⑦ “6. ‘आधारभूत पेन्सन नम्बर सूचनापत्र’ अथवा ‘पेन्सन हाते पुस्तिका’ आदिमा उल्लेखित विवरण” को आधारभूत पेन्सन नम्बर स्तम्भमा ‘आधारभूत पेन्सन नम्बर सूचनापत्र’ अथवा ‘पेन्सन हाते पुस्तिका’ आदिमा उल्लिखित आधारभूत पेन्सन नम्बर, हरेक प्रणालीको किगोउ-नम्बर स्तम्भमा अहिलेसम्म सामेल रहेको पेन्सन प्रणालीको ‘पेन्सन हाते पुस्तिका’ को किगोउ-नम्बर लेख्नुहोस्।
- ⑧ “कार्यालय प्रयोजनको लागि मात्र” भन्ने स्तम्भमा केही पनि नलेख्नुहोस्।
- ⑨ “आधारभूत पेन्सन नम्बर एवम् ‘पेन्सन हाते पुस्तिका’ को किगोउ-नम्बर” लाई आउँदा दिनमा तपाईंले केही जाँचबुझ गर्न चाहेको बेलामा प्रयोग हुने भएकोले मागदाबी फाराम बुझाउँदा अवश्य पनि सो नम्बर टिपोट गरेर राख्नुहोस्।

(2026 मार्च)

यस भागलाई काटेर निकालेर मागदाबी फाराम पठाउने बेलाको खाममा टाँसेर प्रयोग गर्नुहोस्।
切り取って請求書送付時の封筒に貼って使用してください。

(जापान भित्रबाट पठाउने अवस्थामा पनि यही ठेगानामा पठाउन सक्नुहुनेछ।)
(日本国内から送付する場合も送付先は同じです。)

AIRMAIL

Japan Pension Service (Foreign Business Group)

3-5-24, Takaido-Nishi, Suginami-Ku,

Tokyo 168-8505 **JAPAN**

〒168-8505 東京都杉並区高井戸西 3 丁目 5 番 24 号

日本年金機構 (外国業務グループ)

टेलिफोन +81 - 3 - 6700 - 1165

(टेलिफोन सेवा जापानी भाषामा मात्र उपलब्ध हुनेछ।)