

日本国内にお住まいの外国籍の皆さまへ

国民年金は、みんなで暮らしを支え合う国の保険です

- 日本国内に住所を有する20歳以上60歳未満の方は、国民年金に加入します。
- 国民年金は、次の場合に支給されます。(日本国外に帰国してからも支給されます。)

①老後の生活に備える年金(老齢基礎年金)

保険料を納めた期間と保険料を免除された期間等が120月以上ある方に支給されます。
全ての期間を納付した場合、原則65歳から、年額約80万円が一生支給されます。

②病気や事故などに備える年金(障害基礎年金・遺族基礎年金)

保険料を納めた期間と保険料を免除された期間等が加入期間の3分の2以上あれば、病気や事故で一定の障害が残った時の障害年金や、残された家族に対して遺族年金が支給されます。
年金額は年額約80万円～100万円です。

※ 上記の期間を満たさずに帰国する場合は、一定の条件の下、脱退一時金が支給されます。

※ 詳しくは、日本年金機構のホームページをご確認ください。

<https://www.nenkin.go.jp/international/index.html>



国民年金保険料の納付は義務です

- 国民年金制度への加入後の手続き(納付や免除申請など)は皆様自身で行う必要があります。
- この手続きを怠ると、在留資格(特定技能)の変更・更新申請や永住許可申請の審査に影響が出る可能性があります。
- 日本年金機構 から通知等が届いた際には、必ず手続きを行ってください。



1か月分の保険料は毎月17,510円(2025年4月～2026年3月分)です。
各月の保険料はその次の月の最後の日までに納付してください。

納付方法

納付方法はいろいろあります。あなたが納付しやすい方法で納付してください。

便利でお得な口座振替・クレジットカードでの納付

- 金融機関等へ行く手間が省けます。
- 保険料の納め忘れがありません。



コンビニエンスストア、銀行、郵便局



スマートフォンの決済アプリ



その他の納付方法については、
右記二次元コードよりご確認ください。
<https://www.nenkin.go.jp/tokusetsu/nofuhoho.html>



保険料の納付が難しい場合は、裏面をご覧ください。 >>>

保険料の納付が難しい場合

保険料の免除・猶予制度があります

- 国民年金保険料の納付が経済的に難しい場合は、収入に応じて納付が免除または猶予される制度があります。
- 初回入国時など前年に日本国内で所得がない場合は、通常、届出を行えば全額免除が認められます。
- 日本の学校に通う学生の方には、学生期間中の保険料を猶予する学生納付特例制度があります。

免除: 収入に応じて、納付する義務の全部または一部を果たさなくてもよいと認められること
猶予: 納付しなければならない期限が先送りされること

【免除の種類及び収入基準】

免除の種類	収入額の目安※1	納付する保険料(月額)※2
免除、納付猶予制度を利用しない場合	—	17,510円
全額免除・納付猶予	122万円	0円
3/4免除	143万円	4,380円
半額免除	194万円	8,760円
1/4免除	251万円	13,130円
学生納付特例	194万円	0円

※1 単身世帯の収入額の目安。扶養親族の数に応じて一定額が加算されます。

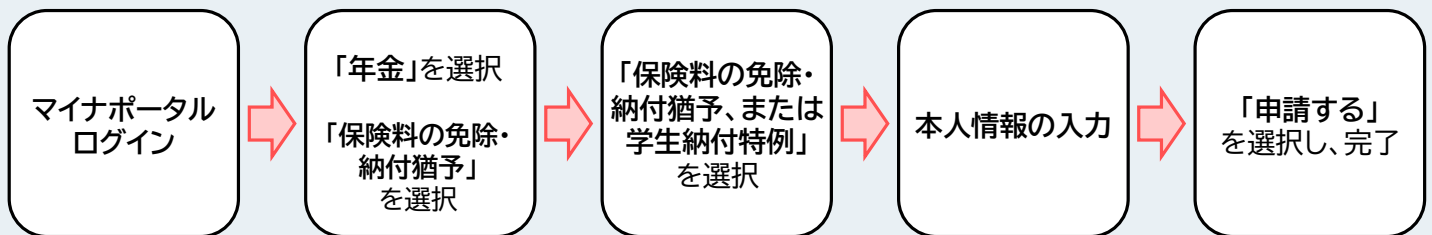
※2 2025年4月分～2026年3月分までの保険料額。「納付する保険料」を納めない場合、未納になります。

手続きの方法

- マイナポータルを利用すればご自宅等から手続きが可能です。
詳しくは右記二次元コードよりご確認ください。(https://myna.go.jp)



【電子申請の流れ】



- また、市区町村役場や年金事務所の窓口でも手続きが可能です。
詳しくは、お近くの市区町村役場または年金事務所にご相談ください。

日本語以外の言語で電話相談が出来ます

ねんきん加入者ダイヤル

0570-003-004

050で始まる番号で電話する場合は03-6630-2525

対応言語

受付時間

対応言語については、右記二次元コードよりご確認ください。
https://www.nenkin.go.jp/tokusetsu/hotline.html

【英語】月曜日 8:30～19:00
火曜日～金曜日 8:30～17:15
第2土曜日 9:30～16:00
【その他の言語】
月曜日～金曜日 8:30～17:15



日本年金機構
Japan Pension Service