



こくみんねんきん はい めりっと
国民年金に入る メリットはあるの？

こくみんねんきん はい ほけんりょう かね はら ひと
■国民年金に入っ、保険料(お金)を 払った人は、

かね
こまったときにお金を もらうことができます。

した ひと かね
■下の ①から ③の 人が お金を もらうことが
できます。(もらうためには、条件があります。)



①
さい いじょう ひと
65歳 以上の 人



②
びょうき しょうがい ひと
病気や けがで 障害の ある人



③
ねんきん はい かぞく
年金に 入っていた 家族が
し ひと
死んだ 人

ほけんりょう かね はら ひと じぶん くに
■保険料(お金)を 払った人が、自分の 国に
かえ てつづ
帰ったときは、手続きをすることで
かね だったいいちじきん
お金(脱退一時金)を もらうことができます。



につぽんねんきんきこう がいこくじん む
日本年金機構の 外国人 向け website
ねんきん し ひと
年金のことを 知りたい 人は こちらを
み
見てください。





わからないことは ありますか？

ことば はなし
■あなたの 言葉で 話をすることが できます。



い はな
行って 話す
ねんきんじむしょ はなし
年金事務所で 話をすることが できます。
いえ ちか ねんきんじむしょ
家の 近くの 年金事務所(Japan Pension
Service Branch Office)は、websiteを 見てください。

と あ
お問い合わせ
まどぐち いちらん
窓口一覧




でんわ はな
電話で 話す
でん わばんごう
電話番号:0570-003-004
050で はじ だまる でんわばんごう でんわ
始まる 電話番号で 電話をするときは
03-6630-2525

つか ことば (A) ●
使える 言葉

えいご ちゅうごくご かんこくご
1.英語(English) 2.中国語(中文) 3.韓国語(한국어)
ぽるとがるご
4.ポルトガル語(Em lingua portuguesa)
すべいんご たがるご
5.スペイン語(Español) 6.タガログ語(Tagalog)
べとなむご いんどねしあご
7.ベトナム語 (Việt) 8.インドネシア語(Bahasa Indonesia)
たいご ねばーご
9.タイ語(ไทย) 10.ネパール語(Nepali)
みゃんまーご
11.ミャンマー語(မြန်မာဘာသာ)

じ かん
時間


えいご
(English)
げつようび 月曜日 8:30から19:00
かようび きんようび
火曜日から金曜日 8:30から17:15
つき かいめ とうようび
その月の2回目の土曜日 9:30から16:00

ほか ことば
(The others)
げつようび きんようび
月曜日から金曜日 8:30から17:15

がいこくじん みな
外国人の 皆さんのための

こく みん ねん きん が い ど 国民年金のガイド



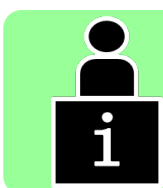
しら
調べる
Search



てつづ
手続き
Procedures

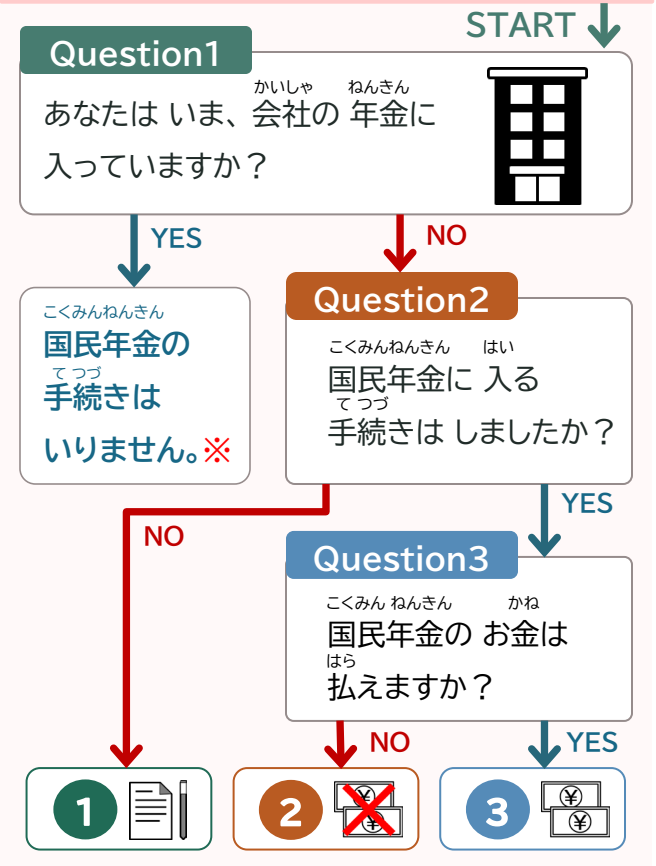


めりっと
メリット
Merit



そう だん
相談
Information

にほん す さい さい
日本に 住んでいる 20歳から 59歳の
ひと こくみんねんきん はい
人は みんな 国民年金に 入ります。
ひつよう てつづ しら
あなたに 必要な 手続きを 調べましょう。



※ 日本に 来たら すぐに 会社に 入らないときは、
こくみんねんきん はい てつづ
国民年金に 入る 手続きを します

たとえば

がつ にほん き
4月 日本に 来ました

がつ かいしゃ ねんきん はい
5月 会社の 年金に 入ります

このときは 4月に 国民年金に 入ります

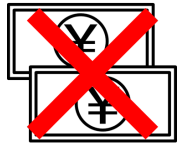
ひつよう こくみんねんきん てつづ
あなたに 必要な 国民年金の 手続きを してください。

1 自分で 国民年金に 入る
てつづ
手続きを します。

こくみんねんきん はい した
■ 国民年金に 入る日は、下の①か②のときです。
にほん にゆうこく ひ
①日本に 入国した 日
かいしゃ や つぎ ひ
②会社を 辞めた 次の 日
こくみんねんきん はい てつづ
■ 国民年金に 入る 手続きは、
み
websiteを 見てください。



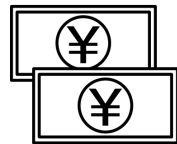
2 国民年金の お金は
はら
払えないときは
てつづ
手続きを します



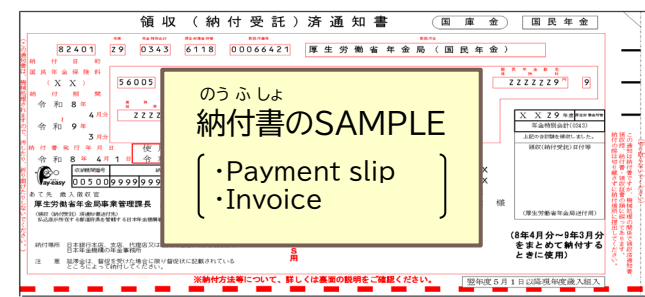
した ひと じぶん てつづ
■ 下の ①か②の 人は、自分で 手続きをする
かね はら
ことで、お金を 払わなくてよくなります。
かね こくみんねんきん かね
①お金がないから、国民年金の お金を
はら ひと
払うことができない 人
がくせい ひと
②学生(student)の 人
はら てつづ
■ 払わなくてもよくなる 手続きは、
み
websiteを 見てください。



3 国民年金の お金は
まいつき はら
毎月 払います。



こくみんねんきん はい いえ
■ 国民年金に 入ると、あなたの 家に
のうふしょ かね はら かみ とど
「納付書(お金を 払うための 紙)」が 届きます。



こくみんねんきん かね のうふしょ つか
■ 国民年金の お金は「納付書」を 使って、
ぎんこう ゆうびんきょく
銀行(Bank)、郵便局(Japan post)、
コンビニエンスストアで 払ってください。
ねん がつ ねん がつ
■ 2026年 4月から 2027年 3月までは、
まいつき えん はら
毎月 17,920円を 払います。
かね つぎ つき さいご ひ はら
■ お金は、次の 月の 最後の 日までに 払います。

