

(参考) 在留資格の解説

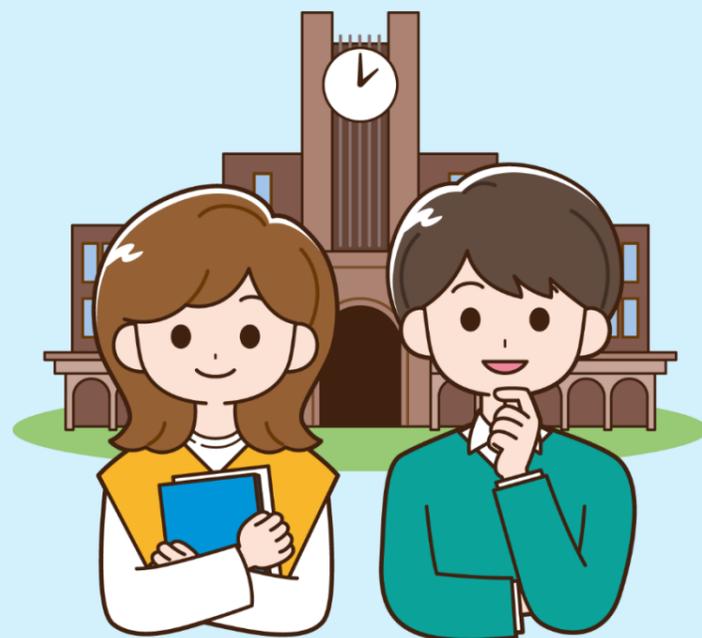
在留資格	概要	在留期間
永住者	法務大臣から永住の許可を受けた者	無期限
技能実習（1号・2号・3号）	単純作業では習得できない技能を、実習によって習得するための活動	1号：1年を超えない範囲 2号、3号：2年を超えない範囲
技術・人文知識・国際業務	大学などで学んだ知識や、母国の企業で培った経験などに関連する活動であり、単純労働は含まない	5年、3年、1年又は3月
留学	教育機関において教育を受けることを目的とした在留資格	4年3月を超えない範囲
家族滞在	「教授、芸術、宗教、報道、高度専門職、経営・管理、法律・会計業務、医療、研究、教育、技術・人物知識・国際業務、企業内転勤、介護、興行、技能、特定技能2号、文化活動、留学」の在留資格をもって在留する者の扶養を受ける配偶者又は子のための在留資格	5年を超えない範囲
特定技能（1号・2号）	1号：特定産業分野（12分野）に属する相当程度の知識又は経験の必要な業務に従事する活動 2号：熟練した技能が必要な業務（2分野）に従事する活動	1号：1年、6月又は4月 2号：3年、1年又は6月
特別永住者	通常の入管法ではなく「入管特例法」によって規定される者	無期限
定住者	法務大臣が一定の理由を考慮して一定の期間の居住を認めた者	5年、3年、1年又は6月
日本人の配偶者等	日本人の配偶者や子・特別養子など	5年、3年、1年又は6月
特定活動	他の在留資格に該当しない活動	5年、3年、1年、6月又は3月

20歳になると、国民年金への加入、納付が法律により義務付けられています

納付が困難なときに！

ガクトク

学生納付特例制度



“ガクトク”は国民年金保険料の納付が猶予される制度です！

学生で納付が困難な場合は“ガクトク”（学生納付特例制度）を申請すると、**保険料の納付が猶予**されます。

“ガクトク”はどのようなメリットがあるの？



Point 「もしも」のときに！

- 障害が残った場合：障害基礎年金が支給されます。
 - 亡くなった場合：遺族基礎年金が支給されます。
- ※申請が遅れると、保障を受けられない場合があります。



Point いつでもどこでも申請できる！

マイナポータルからマイナンバーカードを利用して簡単に申請できます。



マイナポータル
(<https://myna.go.jp>)

※本人の前年所得が一定額以下の場合、保険料の納付が猶予されます。
 猶予された期間は、将来の年金額には反映されませんが、10年以内であればさかのぼって納付（追納）することで年金額を増やせます。
 詳しくは日本年金機構の学生納付特例特設ページからご確認ください。
 (<https://www.nenkin.go.jp/tokusetsu/gakusei.html>)



学生納付特例特設
ページ

お問い合わせ先

市(区)役所・町村役場の国民年金の窓口または年金事務所

※在学中の学校等が学生納付特例の代行事務を行う認可を受けている場合は、学校等へ提出できます。

年金に関する情報を
発信しています。
ぜひフォローして
ご活用ください。



(https://x.com/Nenkin_Kikou)



(<https://www.facebook.com/profile.php?id=61575964302278>)

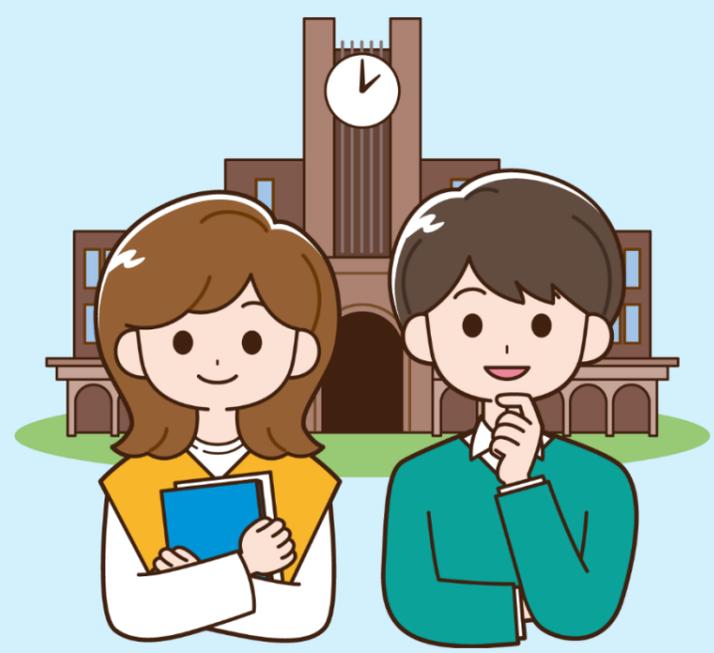


日本年金機構
Japan Pension Service

When you turn 20, you must enroll in the National Pension system and pay contributions by law.

When you have difficulty paying contributions:

Special Payment System for Students



If you have difficulty paying contributions because of limited income, this system allows students to postpone the payment of contributions.

What are the merits?



Point Security for unexpected event

If you become disabled or die, disability or survivors' benefits will be paid*.



Point Application is easy

You can apply online with your My Number:
Visit <https://myna.go.jp>



* If you delay filing the application for Special Payment System for Students, you may not be able to receive benefits.

If your previous year's income in Japan is equal to or less than a specified amount, you may apply to be granted a postponement of contribution payments. Please note that the granted postponement-periods will not count for future old-age benefits amount calculation. To recover and increase benefits amount, you can pay the postponed contributions retroactively for up to 10 years to fill the periods. For details, visit <https://www.nenkin.go.jp/tokusetsu/gakusei.html>



For queries

Contact the municipal office of your place of residence or your nearest Japan Pension Service branch office.

If your school is designated as an SPSS entrusted judicial person "GAKUSEI NOFU TOKUREI JIMU HOJIN" to assist the application, you may delegate application procedure.

Follow our SNS for notices and info:



https://x.com/Nenkin_Kikou



<https://www.facebook.com/profile.php?id=61576205463510>



日本年金機構
Japan Pension Service

がいこくじん

外国人のみなさまへ

そうだん

まずは、相談ください。

かにゆうしゃ だい やる

ねんきん加入者ダイヤル

0570-003-004

はじ ばんごう でんわ ばあい

050で始まる番号で電話する場合は **03-6630-2525**

うけつけじかん
受付時間

たいおうことば
対応言語

【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

- ・英語
- ・中国語
- ・韓国語
- ・ポルトガル語
- ・スペイン語
- ・タガログ語
- ・ベトナム語
- ・インドネシア語
- ・タイ語
- ・ネパール語
- ・ミャンマー語

くわ につぼん ねんきん き こう ほ - む
詳しくは、日本年金機構のホームページを確認してください。

がいこくじん む さいと
【外国人向けサイト】

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



こく みんねん きん ほ けんりょう のう ふ ぎ む

国民年金保険料の納付は義務です。

こく みん ねん きん ほ けんりょう はら

国民年金保険料を払わないと、年金の受け取り、在留資格などに影響がで

ねんきん う と

ざいりゅう し かく

えい きょう

ることがあります。

ほ けんりょう はら

保険料を払うことができないとき

めんじょ せい ど

① 免除制度

ほ けんりょう はら

保険料を払わなくてもよくなる制度 ※

に ほん はじ き ひと て つづ
日本に初めて来た人は、手続きをする

ことにより保険料を払わなくてもよく

なる場合があります。

のう ふ ゆう よ せい ど

② 納付猶予制度

ほ けんりょう はら

保険料を払うのを待ってもらう制度 ※

しんさ

※ 審査があります。



For Foreign Residents

Please consult with us first.

Interpretation Service for Pension Consultation

0 5 7 0 - 0 0 3 - 0 0 4

If you are calling from a number that starts with(050)・・・03-6630-2525

Reception hours

【English】

Monday 8:30~19:00
Tuesday~Friday 8:30~17:15
2nd Saturday of the Month 9:30~16:00

【Languages listed above other than English】

Monday~Friday 8:30~17:15

Supported languages

English, Chinese, Korean, Portuguese, Spanish, Tagalog, Vietnamese, Indonesian, Thai, Nepali and Burmese

For more information, please check the Japan Pension Service website.

【International】

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



You must pay National Pension contributions by law

If you don't pay the National Pension Insurance Contribution, it shall affect when you receive your pension, or when you apply for your status of residence.

For Those Unable to Pay :

① Exemption of the Contributions

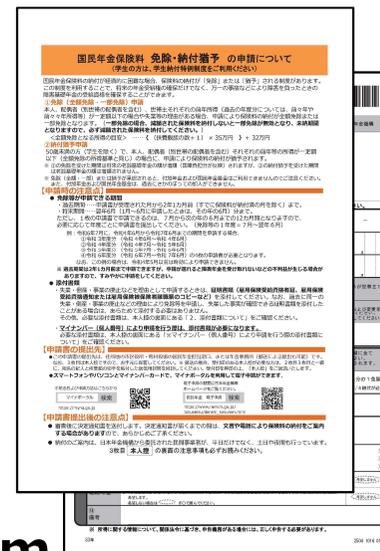
A system whereby national pension contribution is reduced or no longer required to be paid.*

If you are new to Japan, you may be exempted from National Pension insurance contribution by following certain procedures.*

② Contribution Postponement System

A system that allows persons to postpone payment of the National pension contributions.*

* Approval subject to screening.



外国籍の従業員を雇用する事業主のみなさまへ

大切なお知らせ

外国籍の従業員の方へ **周知** をお願いいたします

日本年金機構・年金事務所から封書(封筒イメージ図)が届いた従業員の方は、保険料が未納になっている場合や、免除申請の手続きが済んでいない場合があります。

外国籍の従業員の方へご確認ください、封書が届いている場合は、**お近くの年金事務所へご案内をお願いします。**

<封筒イメージ図>



外国籍の従業員の国民年金加入期間に係る手続き

国民年金は、国籍に関係なく、日本に住所を有する20歳以上60歳未満の方が被保険者になります。外国籍の方が日本に入国した場合、「**入国から厚生年金保険加入までの期間**」(※1)や、「**退職により厚生年金保険の資格を喪失した後の期間**」(※2)が、未納になっている場合があります。この期間についても、法律によって国民年金に加入し、**保険料を納付する義務**があります。

< 国民年金加入イメージ図 >

国民年金保険料の納付または免除申請が必要です！



経済的な理由により保険料を納めることができない場合は「**保険料の免除制度**」があり、原則として前年の所得を基準に審査しています。このため、**入国された最初の年については、免除基準に該当する可能性があります。**

保険料を未納のままにすると、**年金の受け取りや在留資格などの審査に影響**が出る場合があります。納付が困難な場合は、**速やかに免除申請の手続きを行っていただくようお近くの年金事務所(国民年金課)をご案内願います。**

■□■ 年金事務所以外のご相談窓口など ■□■

年金に関する説明やお知らせを「わかりやすい日本語」やさまざまな言語で読むことができるウェブサイト。

【外国人向けサイト】

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



日本語以外の言語で電話相談できます。

ねんきん加入者
ダイヤル0 5 7 0 - 0 0 3 - 0 0 4
050で始まる番号で電話する場合は 03-6630-2525

対応言語

・英語・中国語・韓国語・ポルトガル語
・スペイン語・タガログ語・ベトナム語
・インドネシア語・タイ語・ネパール語
・ミャンマー語

【英語】

対応時間

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

【 お問い合わせ先 】

●●年金事務所 国民年金課

電話番号 000-0000-0000 (自動音声案内②→②)

一般社団法人自治体国際化協会との協力・連携

- 外国籍の方のうち、海外から転入されたばかりで国民年金保険料の未納がある方に対し、速やかに免除申請等の手続きを行っていただくための案内リーフレットを作成。
- リーフレットの作成にあたっては、一般社団法人自治体国際化協会に所属する外国籍の職員監修のもと作成。

変更前

がいこくじん
外国人のみなさまへ
ねんきん かん し
あなたの年金に関するお知らせ

まずは、相談ください。

かにゆうしゃ だいやる
ねんきん加入者ダイヤル
0570-003-004
050で出来る番号で電話する場合は03-6630-2525

うけつけじかん 受付時間
たいあうごんご 対応言語

【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

https://www.nenkin.go.jp/tokusetsu/hotline.html

くわ につぼんねんきんきこう ほーむ
詳しくは、日本年金機構のホームページを確認してください。

がいこくじんわけさいと
【外国人向けサイト】
https://www.nenkin.go.jp/international/index.html

あなた はら 払っていないお金があります。
こくみんねんきんほけんりょう はら ねんきん う と ざいりゆうしかく
国民年金保険料を払わないと、年金の受け取り、在留資格などに
えいきょう 影響がでることがあります。

かね きゅうりょう へ たいしよく
お金がない、給料が減った、退職したなど

めんじよせいど
【免除制度】
保険料を払わなくてもよくなる制度
※ 日本に初めて来た人は、手続きを行うことによりその年の保険料を払わなくてもよい場合があります。

のうりゆうせいど
【納付猶予制度】
保険料を払うのを待ってもらえる制度

だいがく せんもんがっこう
大学、専門学校に行っている

【学生納付特例制度】
保険料を払うのを待ってもらえる制度

※ 審査により、認められない場合があります。

日本年金機構
Japan Pension Service
2504 1016 ***

変更後

がいこくじん
外国人のみなさまへ あなたの年金に関するお知らせ

1 **国民年金保険料の納付は義務です。**

まずは、相談ください。

ねんきん加入者ダイヤル
0570-003-004
050で出来る番号で電話する場合は03-6630-2525

受付時間
対応言語

【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

英語 ・ベトナム語
中国語 ・インドネシア語
韓国語 ・タイ語
ポルトガル語 ・ネパール語
スペイン語 ・ミャンマー語
タガログ語

くわ につぼんねんきんきこう ほーむ
詳しくは、日本年金機構のホームページを確認してください。

【外国人向けサイト】
https://www.nenkin.go.jp/international/index.html

2 **保険料を払うことができないとき**

3 **免除制度**
保険料を払わなくてもよくなる制度

4 **日本に初めて来た人は、手続きをすることにより保険料を払わなくてもよくなる場合があります。**

4 **納付猶予制度**
保険料を払うのを待ってもらう制度

※ 審査があります。

日本年金機構
Japan Pension Service
2505 1016 029

項番	ご意見
①	「国民年金の加入、保険料の納付が義務」であることを明記すること
②	免除申請書の画像を貼付すること
③	対応言語を誘導より、箇条書きで明記すること
④	より伝わりやすい「やさしい日本語」へ修正

ねんきん かん じょうほう た げん ご ぼん どう が 年金に関する情報（多言語版パンフレット・動画）

しゅつにゆうこくざいりゆうかんりちよう
○出入国在留管理庁ウェブサイトの「生活・就労ガイドブック」
だい しょう ねんきん ふくし ねんきん せつめい
第7章年金・福祉に年金の説明があります。

https://www.moj.go.jp/isa/support/portal/guidebook_all.html



にっぽんねんきんきこう がいこく じん む かわ ねんきん
○日本年金機構ウェブサイトの「外国人向けサイト」では、より詳しい年金
せつめい し いろいろ くに ことば わ にほんご よ
の説明やお知らせを色々な国の言葉や分かりやすい日本語で読む

ことができます。



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

いろいろ くに ことば どう が
色々な国の言葉でパンフレットや動画をみることができます

<p>日本語 Japanese</p> 	<p>英語 English</p> 	<p>中国語 中文</p> 	<p>韓国語 한국어</p> 
<p>ポルトガル語 Em lingua portuguesa</p> 	<p>スペイン語 Español</p> 	<p>インドネシア語 Bahasa Indonesia</p> 	<p>タガログ語 Tagalog</p> 
<p>タイ語 ภาษาไทย</p> 	<p>ベトナム語 Việt</p> 	<p>ミャンマー語 မြန်မာဘာသာ</p> 	<p>カンボジア語 ភាសាខ្មែរ</p> 
<p>ロシア語 Русский язык</p> 	<p>ネパール語 Nepali</p> 	<p>モンゴル語 Монгол</p> 	<p>YouTube し ねんきん 知っておきたい年金のはなし</p> <p>Public pension system you need to know</p> 

For residents of various languages

Information on Public Pension System (Multilingual pamphlets / videos)

- “Guidebook on living and working” on Immigration Services Agency’s website has information on public pension system in Chapter 7: Pensions and Welfare.

https://www.moj.go.jp/isa/support/portal/guidebook_all.html



- Japan Pension Service’s “International” webpage provides more detailed explanations and announcements on public pension system in various languages as well as easy-to-understand Japanese.

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



JPS multilingual pamphlets and videos

<p>Japanese 日本語</p> 	<p>English</p> 	<p>Chinese 中文</p> 	<p>Korean 한국어</p> 
<p>Portuguese Em lingua portuguesa</p> 	<p>Spanish Español</p> 	<p>Indonesian Bahasa Indonesia</p> 	<p>Tagalog</p> 
<p>Thai ภาษาไทย</p> 	<p>Vietnamese Việt</p> 	<p>Myanmar မြန်မာဘာသာ</p> 	<p>Cambodian ភាសាខ្មែរ</p> 
<p>Russian Русский язык</p> 	<p>Nepali</p> 	<p>Mongolian Монгол</p> 	<p>YouTube Public pension system you need to know</p> 

日本に住む外国人のみなさまへ

公的年金制度のご案内

公的年金制度は、毎月、保険料を納めることで、老齢のほか、障害、死亡といった予測できないことがおきたときに、給付を受けることができる制度です。

日本に住む20歳以上60歳未満（厚生年金保険については70歳未満）の全ての方は、国籍を問わず、日本の公的年金制度（厚生年金保険または国民年金のどちらか）に加入する義務があります※。

※あなたが働く事業所が、厚生年金保険の適用事業所の場合、あなたは厚生年金保険に加入することになります。

※日本と社会保障協定を結んでいる国から日本へ短期間派遣されたときなどは、日本の公的年金制度への加入が免除される場合があります。

国民年金のポイント

○厚生年金保険に入っていない場合は、ご自身でお住まいの市区役所・町村役場にて加入手続きをしなければなりません。

国民年金は、

- 歳をとったとき
 - 病気やけがで重い障害が残ったとき
 - 働き手がなくなられたとき
- に備えます。

老齢年金と障害年金はご自身に支払われ、遺族年金はお子さん等に支払われます。
※年金を受給するためには要件を満たす必要があります。

もし日本を離れるとき、 脱退一時金を受けとることができます。

保険料を6か月以上支払っていたなどの要件を満たす外国人の方が日本を離れた場合、一時金を受けとる制度があります。

※脱退一時金を請求するにあたっての注意事項があります。詳しくは日本年金機構ホームページをご覧ください。

国民年金保険料は、 毎月17,510円※をお支払ください。

保険料の前払いや口座振替によるお支払いの場合、保険料が割引される支払方法があります。
※2025年度の1か月分の保険料額です。

国民年金保険料の支払いが難しいとき、 支払いが免除される制度があります。

所得が少ない場合や失業をした場合などの要件を満たす場合、保険料免除制度（学生の方は学生納付特例制度）があります。

厚生年金保険について

○厚生年金保険の適用事業所で働く場合は、厚生年金保険に加入しなければいけません。

○加入手続きは事業所が行います。保険料は事業所が半分払い、あなたも半分払いますが、給料から差し引かれ、事業所がまとめて国に納めます。

○厚生年金も、老齢年金、障害年金、遺族年金と脱退一時金があります。

○年金について、わからないことがあれば、お住まいの市区町村役場、年金事務所またはねんきんダイヤルにお問い合わせください。

○年金制度について、詳しくは日本年金機構ホームページをご覧ください。（<https://www.nenkin.go.jp/international/index.html>）



To non-Japanese people living in Japan

Japan's Public Pension System

The public pension system, consisting of the National Pension system (NP) and the Employees' Pension Insurance system (EPI), pays you insurance benefits not only for old age but also for unforeseeable events such as disability and death. The benefits are paid on condition that you pay monthly contributions.

All residents of Japan, regardless of nationality, aged between 20 to 59 (up to 70 years old for the EPI) must enroll either in the NP or in the EPI.*

* If your workplace is covered by the EPI, you need to enroll in the EPI.

* If you are temporarily (not over 5 years) sent to work in Japan from the country that has a social security agreement with Japan, you may be exempted from compulsory coverage by the Japanese public pension system.

Key points of National Pension system

If you are not covered by the EPI, you need to do the procedure for yourself to enroll in the NP at your residential municipal office.

The NP provides benefits when;

- you become old
- you have severe disability due to an illness or injury
- the income earner of a family dies

Old-age pension and disability pension will be paid to you while survivors' pension will be paid to the dependent survivors including spouse and children. In order to receive benefits, you must meet the relevant requirements.

If you leave Japan to reside in other country, you can receive a lump-sum withdrawal payment.

When you, a non-Japanese, leave Japan to reside in other country, you can receive a lump-sum withdrawal payment if you meet the requirements such as paying contributions for 6 months or more.

Note: Before you apply for a lump-sum withdrawal payment, we urge you to consider some important points such as possibility of future pension benefits. For details, please visit the Japan Pension Service website - *Lump-sum Withdrawal Payments.*

You need to pay NP contribution: 17,510 yen* per month

We offer discounts on contribution amounts if you pay it in advance or by automatic bank account transfer.

* Monthly amount for fiscal year 2025 (from April 2025 to March 2026)

If it is financially difficult to pay NP contributions, you may apply for exemption of contribution.

If you meet certain requirements such as low income or unemployment, contribution exemption is granted. Students may apply for special payment system to postpone the contribution payments.

Employees' Pension Insurance system

- If your workplace is covered by the EPI, you must enroll in the EPI.
- Your employer is responsible for your enrollment procedure. Half of your contribution amount is paid by your employer and half by you. Your employer deducts your contribution from your salary, and pays it together with their share to the government.
- The EPI also provides old-age pension, disability pension, survivors' pension, and lump-sum withdrawal payments.

▪ If you have any questions about the public pension system, please contact your residential municipal office, a JPS branch office or call Nenkin Dial, a call center with free interpretation service for several languages.

▪ For more information about the public pension system, please visit the Japan Pension Service website.

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

