

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加入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(共済組合等に加入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、住民票の消除情報から、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。

必ずご確認いただき、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》

中文／中国語

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（2025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

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。

脱退一时金请求书

致从日本出国的各位外国人

关于在日本逗留期间加入国民年金、厚生年金保险及共济组合等的期间，如果因离开日本丧失被保险人资格，可以在符合以下①～④所有条件时申请脱退一时金。但是，必须在失去日本住址之日起2年以内提交申请。

- ① 无日本国籍
- ② 国民年金的保险费缴纳完毕期间等（※）的月数或厚生年金保险的被保险人期间（包括加入共济组合等的期间）有6个月以上
 ※国民年金的保险费缴纳完毕期间等指的是作为国民年金第1号被保险者的保险费缴纳完毕期间的月数、相当于保险费四分之一免除期间的月数四分之三的月数、相当于保险费半额免除期间的月数二分之一的月数、以及相当于保险费四分之三免除期间的月数四分之一的月数合计后的月数。
- ③ 无日本住址
 ※在向市区町村提交迁出申报后，获得再入国许可、视同再入国许可出国者可以提出申请，但是如果未提交迁出申报，在再入国许可的有效期限失效之前被视作国民年金的被保险人，不能申请脱退一时金，因此请加以注意。
- ④ 无领取年金（包括残疾津贴）的权利

【提交资料】

“脱退一时金请求书（国民年金/厚生年金保险）”

【附件资料】

- ① 护照复印件（可确认姓名、出生日期、国籍、签名、在留资格的页面）
- ② 可确认失去日本国内住址的资料（住民票除票的复印件等（※））
- ③ 可确认“银行名”、“支行名”、“支行地址”“账户号码”及“请求者本人的账户姓名”的资料（银行出具的证明等。）
- ④ 基础年金号码通知书或年金手帐等可以表明基础年金号码的资料
 ※出国前如果已向所居住的市区町村提交迁出申报，可以根据住民票的消除信息确认在日本国内没有住址，因此不需要附件资料②。

【提交时的注意事项】

如果出国前在日本国内提交请求书，请在住民票的迁出（预定）日以后向日本年金机构提交请求书。
 （脱退一时金的领取条件要求在日本年金机构受理请求书之日在日本没有住址。）
 如果邮寄，请安排迁出（预定）日以后将请求书送达日本年金机构。

下一页的内容为领取脱退一时金时的《注意事项》。

请对将来领取年金的可能性予以确认后，再考虑脱退一时金的申请。

Japan Pension Service
<https://www.nenkin.go.jp/>

请确认以下注意事项，考虑将来领取年金的可能性后，再提交申请。

① 老龄年金的领取资格期间 (加入 120 个月 (10 年) 就可以领取日本的老龄年金。)

申请时领取年金所需的“受领资格期间”如有 120 个月 (10 年) 以上，将来因可以领取日本的老龄年金，所以不能够申请脱退一时金。“受领资格期间”若未满 120 个月 (10 年)，可以申请脱退一时金，但脱退一时金领取者无论在何种情况，申请脱退一时金以前的日本年金加入期间全部失效。

何谓“资格期间”？

- 国民年金保险费已缴纳期间和免除期间
- 厚生年金保险和共济组合等的加入期间
- 即使未加入日本的年金制度，也可以在资格期间加上的期间 (合算对象期间)

※通算期间指的是过去未加入日本年金等情况中，可以包含资格期间的期间。(但不反映在年金额的计算中。)

例如，

- 取得日本永住许可的外国籍人士在海外居住期间中，1961 年 4 月至取得永住许可为止的期间 (限于 20 岁以上 60 岁未了的期间。)
- 加入与日本缔结年金通算协定国家年金的期间 (详细参阅“②加入期间的通算”)

为可通算期间。详细请向年金事务所询问。

② 加入期间的通算

有加入与日本缔结年金通算协定国家年金的期间者，根据一定的条件，有可能可通算加入期间后领取日本及对方国的年金。通算加入期间的结果如达到领取日本年金所需的受领资格期间 120 个月以上，就不可以申请脱退一时金。如果受领资格期间未满 120 个月，则可以申请脱退一时金，但若领取脱退一时金，申请脱退一时金以前的日本年金加入期间全部失效，因此不可以再通算该期间。

【与日本缔结年金通算的社会保障协定的对方国 (截止 2025 年 3 月)】

德国、美国、比利时、法国、加拿大、澳大利亚、荷兰、捷克、西班牙、爱尔兰、巴西、瑞士、匈牙利、印度、卢森堡、菲律宾、斯洛伐克、芬兰、瑞典

最新的社会保障协定缔结状况请参阅日本年金机构网站。

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

③ 支付额计算的上限 (2021 年 4 月起从 36 个月 (3 年) 提高至 60 个月 (5 年)。)

脱退一时金的支付额根据加入日本年金制度的月数，以 60 个月为上限进行计算。但是，作为脱退一时金支付对象的国民年金保险费缴纳完毕期间等或者厚生年金保险及共济组合等的合计加入期间如果仅为 2021 年 3 月之前的期间，则以 36 个月为上限进行计算。

※加入日本年金 61 个月以上者申请脱退一时金时，发放金额按 60 个月上限进行计算，但申请脱退一时金以前的日本年金加入期间全部失效。(例如，拥有 90 个月的日本年金加入期间者申请脱退一时金时，脱退一时金按上限 60 个月发放，但 90 个月的日本年金全部加入期间失效。)

※多次重复在留、加入日本年金制度的期间通算预计达到 61 个月以上者，如果希望领取与加入期间相应的脱退一时金，在每次在留期间结束后回国时可能会都需要提出申请。(例如，结束 3 年 (36 个月) 第 1 号、第 2 号技能实习回国后，作为特定技能 1 号 (在留期间的上限 5 年) 来日本者，在第 2 号技能实习结束后以及特定技能 1 号的在留期间结束后提出申请，可以领取各加入期间相应的支付金额。)

【脱退一时金相关的所得税】

○非居民领取的厚生年金保险的脱退一时金，在支付时会预扣 20.42% 的税款。但是，通过向税务署提交“退职所得的选择课税的退税申告书”，有可能会收到预扣税款的退税。(国民年金的脱退一时金不预扣税款。)

○申告书的提交地为管辖日本国内最终住所地或居住地的税务署。为了报税及领取退税款，回国前必须向管辖日本国内最终住所地或居住地的税务署提交“所得税、消费税纳税管理人的申报书”。(关于纳税管理人的资格，除了在日本有住所地或居住地以外无需其他特别要求。)

如果未提交“所得税、消费税纳税管理人的申报书”就回国，请在报税时连同申告书一并提交。

○申告书和申报书的格式登载在国税厅官网 (<https://www.nta.go.jp>) 上。关于报税等手续如有不明白之处，请向税务署咨询。

○在汇出脱退一时金的同时，会寄送“脱退一时金支給决定通知书”，请将原件寄送给所得税、消费税的纳税管理人。

【申请者未领取脱退一时金而死亡的情况】

申请者死亡时，同一生计的配偶、子女、父母、孙子女、祖父母、兄弟姐妹、其他 3 等亲内的亲属可以代为领取。

但仅限于本人死亡前已提交申请书的情况。

- ・ 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》

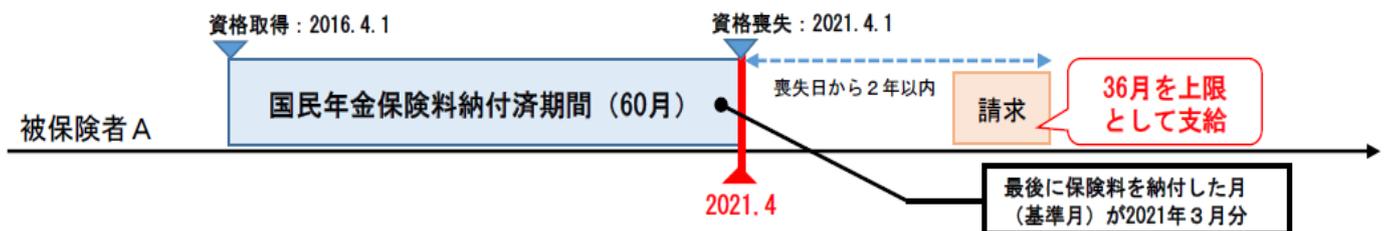
$$\text{脱退一時金支給額} = \text{最後に保険料を納付した月(基準月)が属する年度の国民年金保険料額} \times 1/2 \times \text{支給額計算に用いる数}$$

※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。

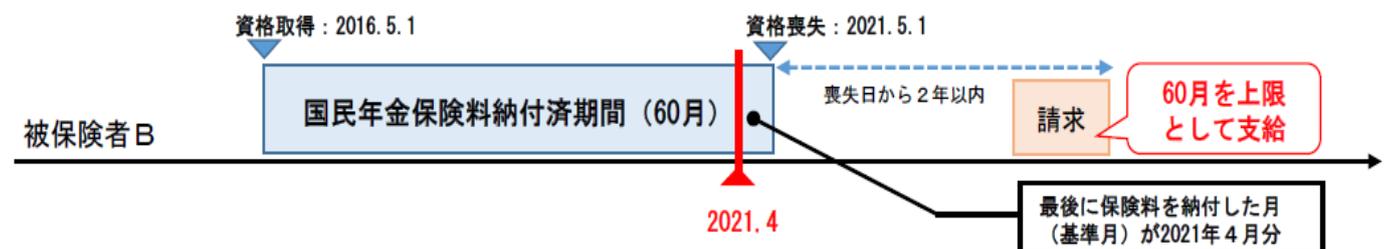
この見直しは、最後に保険料を納付した月(基準月)が2021年4月以降の方が対象となります。

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

【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】

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	52,530円
12月以上18月未満	12	105,060円
18月以上24月未満	18	157,590円
24月以上30月未満	24	210,120円
30月以上36月未満	30	262,650円
36月以上42月未満	36	315,180円
42月以上48月未満	42	367,710円
48月以上54月未満	48	420,240円
54月以上60月未満	54	472,770円
60月以上	60	525,300円

【2025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				
	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	2020年4月から2021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	50,940円	49,560円	49,770円	49,830円	49,620円
12月以上18月未満	101,880円	99,120円	99,540円	99,660円	99,240円
18月以上24月未満	152,820円	148,680円	149,310円	149,490円	148,860円
24月以上30月未満	203,760円	198,240円	199,080円	199,320円	198,480円
30月以上36月未満	254,700円	247,800円	248,850円	249,150円	248,100円
36月以上42月未満	305,640円	297,360円	298,620円	298,980円	297,720円
42月以上48月未満	356,580円	346,920円	348,390円	348,810円	
48月以上54月未満	407,520円	396,480円	398,160円	398,640円	
54月以上60月未満	458,460円	446,040円	447,930円	448,470円	
60月以上	509,400円	495,600円	497,700円	498,300円	

※2020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。

国民年金被保险者的脱退一时金的支付

- 无日本国籍者在最后丧失国民年金的被保险者资格时（在日本国内失去住址之日）起2年以内可以申请脱退一时金。
- 保险费缴纳完毕期间等的月数（※）合计6个月以上、无领取年金权利者为可申请对象。

※保险费缴纳完毕期间等的月数指的是

在申请日的前一天，申请日所属月的前一个月为止的作为第1号被保险者的被保险者期间所涵盖的

- 保险费缴纳完毕期间的月数
- 相当于保险费四分之一免除期间月数的四分之三的月数
- 相当于保险费半额免除期间的月数的二分之一的月数
- 相当于保险费四分之三免除期间的月数的四分之一的月数

合计后的月数。

《脱退一时金的支付额的计算》

2021年4月以后如有最后缴纳保险费的月份（基准月），根据基准月所属的年度和保险费缴纳完毕期间等的月数，按以下计算公式计算支付额。

《计算公式》

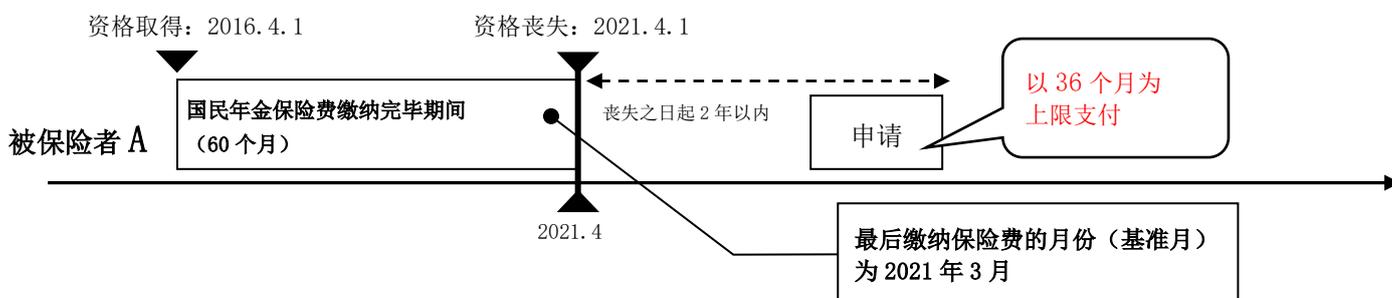
$$\text{脱退一时金支付额} = \text{最后缴纳保险费的月（基准月）所属年度的国民年金保险费金额} \times 1/2 \times \text{支付额计算所用数字}$$

※脱退一时金支付额计算方法相关法令进行了修改，2021年4月起支付上限月数从36个月（3年）提高到60个月（5年）。

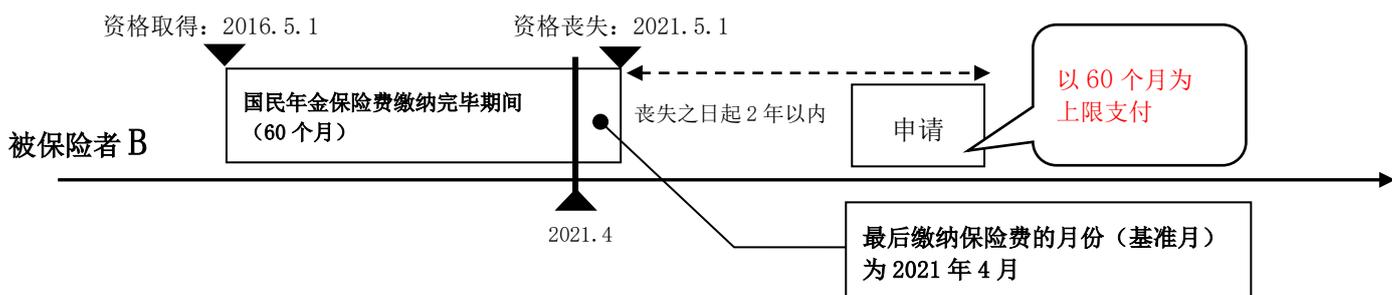
此项法令修改的适用对象为最后缴纳保险费的月份（基准月）在2021年4月以后的申请者。

最后缴纳保险费的月份（基准月）2021年3月以前的申请者，与以前一样以36个月（3年）为上限计算支付额。

○基准月如在2021年3月以前，则以36个月（3年）为上限确定支付额



○基准月如在2021年4月以后，则以60个月（5年）为上限确定支付额



国民年金被保险者的脱退一时金的支付

【2025年4月至2026年3月间有基准月时的支付额】

保险费已缴纳期间等的月数	支給金额计算所用的数字	支給金额
6个月以上12个月未滿	6	52,530 日元
12个月以上18个月未滿	12	105,060 日元
18个月以上24个月未滿	18	157,590 日元
24个月以上30个月未滿	24	210,120 日元
30个月以上36个月未滿	30	262,650 日元
36个月以上42个月未滿	36	315,180 日元
42个月以上48个月未滿	42	367,710 日元
48个月以上54个月未滿	48	420,240 日元
54个月以上60个月未滿	54	472,770 日元
60个月以上	60	525,300 日元

【2025年3月以前有基准月时的支付额】

根据基准月所属年度的国民年金保险费及保险费缴纳完毕期间等的月数，支付额如下表所示。

保险费已缴纳期间等的月数	支給金额				
	2024年4月至 2025年3月间有基 准月时的支付额	2023年4月至 2024年3月间有基 准月时的支付额	2022年4月至 2023年3月间有基 准月时的支付额	2021年4月至 2022年3月间有基 准月时的支付额	2020年4月至 2021年3月间有基 准月时的支付额
6个月以上12个月未滿	50,940 日元	49,560 日元	49,770 日元	49,830 日元	49,620 日元
12个月以上18个月未滿	101,880 日元	99,120 日元	99,540 日元	99,660 日元	99,240 日元
18个月以上24个月未滿	152,820 日元	148,680 日元	149,310 日元	149,490 日元	148,860 日元
24个月以上30个月未滿	203,760 日元	198,240 日元	199,080 日元	199,320 日元	198,480 日元
30个月以上36个月未滿	254,700 日元	247,800 日元	248,850 日元	249,150 日元	248,100 日元
36个月以上42个月未滿	305,640 日元	297,360 日元	298,620 日元	298,980 日元	297,720 日元
42个月以上48个月未滿	356,580 日元	346,920 日元	348,390 日元	348,810 日元	/
48个月以上54个月未滿	407,520 日元	396,480 日元	398,160 日元	398,640 日元	
54个月以上60个月未滿	458,460 日元	446,040 日元	447,930 日元	448,470 日元	
60个月以上	509,400 日元	495,600 日元	497,700 日元	498,300 日元	

※关于2020年3月之前有基准月时的支付额，请查看日本年金机构官网。

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)を受ける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

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

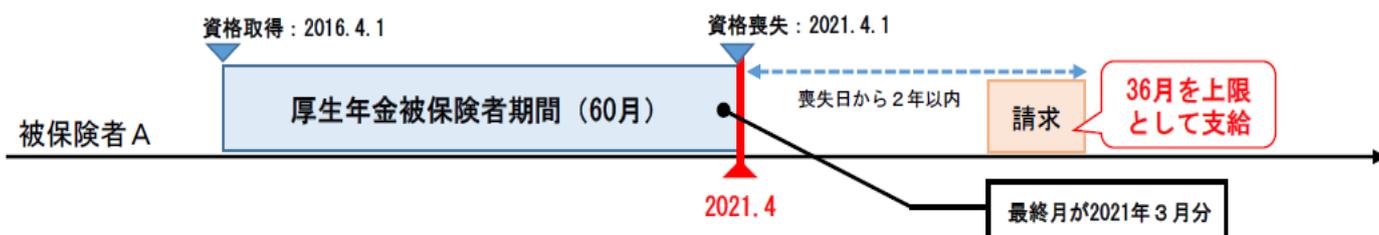
(厚生年金保険の被保険者期間に応じた支給率*は、次の表のとおりです。)

※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。

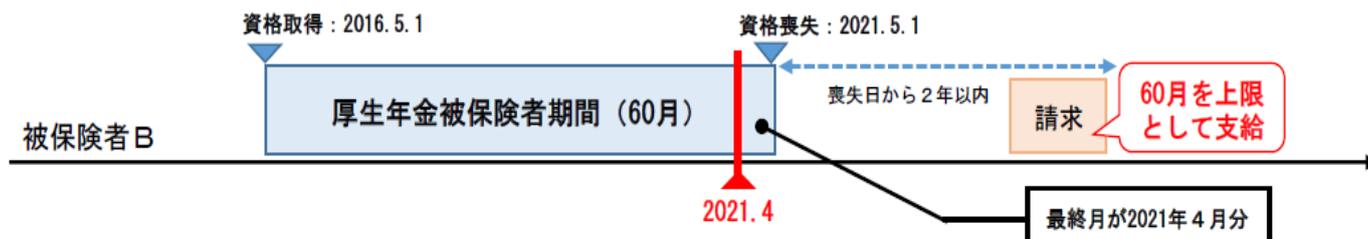
この見直しは、厚生年金被保険者期間の最終月が2021年4月以降となる方が対象となります。

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。

厚生年金被保险者的脱退一时金的支付

- 无日本国籍者在最后丧失国民年金的被保险者资格时（在日本国内失去住址之日）起2年以内可以申请脱退一时金。
- 6个月以上缴纳厚生年金保险费、无领取年金（包括残疾津贴）权利者为适用对象。
另外，此项补助需要交税。⇒至P2

《脱退一时金的支付额的计算》

根据厚生年金被保险者期间的最终月（丧失资格日所属月的前一个月）及被保险者期间的月数，按如下进行计算。

《计算公式》

脱退一时金支付额

$$= \text{被保险者期间的平均标准报酬额}^{**} \times \text{支付率}^{*} \left((\text{保险费率}^{***} \times 1/2) \right) \\ \times \text{被保险者期间月数相对应的数字}$$

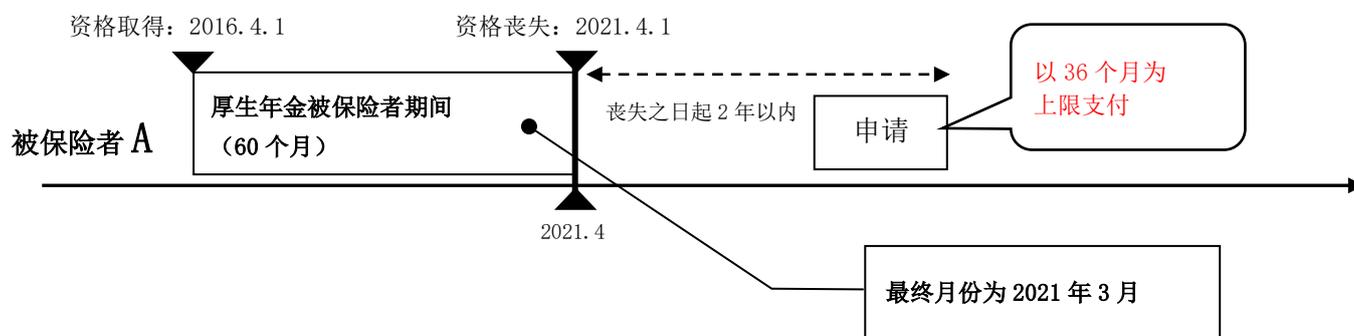
（厚生年金保险的被保险者期间相对应的支付率*如下表所示。）

※脱退一时金支付额计算方法相关法令进行了修改，2021年4月起支付上限月数从36个月（3年）提高到60个月（5年）。

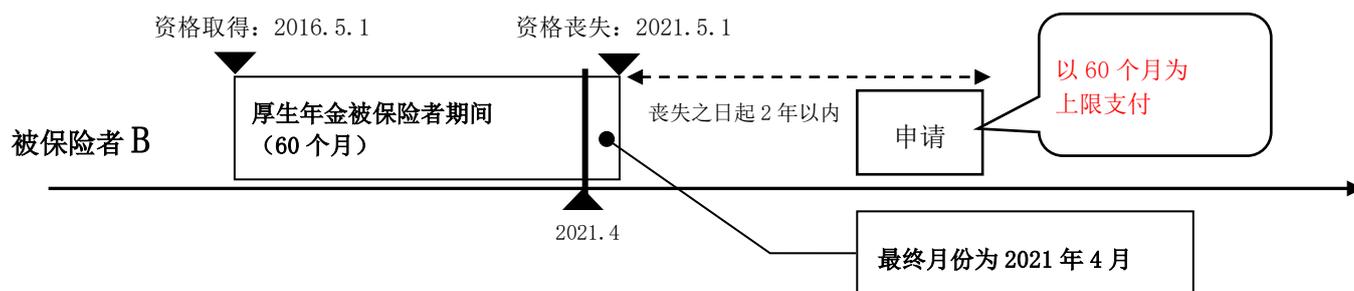
此项法令修改的适用对象为最后缴纳保险费的月份（基准月）在2021年4月以后的申请者。

最后缴纳保险费的月份（基准月）2021年3月以前的申请者，与以前一样以36个月（3年）为上限计算支付额。

○最终月份如在2021年3月以前，则以36个月（3年）为上限确定支付额



○最终月份如在2021年4月以后，则以60个月（5年）为上限确定支付额



厚生年金被保险者的脱退一时金的支付

<*支付率>

【最终月份如为 2021 年 4 月以后】

厚生被保险者期间月数	支付率计算所用数字	支付率
6月以上12月未滿	6	0.5
12月以上18月未滿	12	1.1
18月以上24月未滿	18	1.6
24月以上30月未滿	24	2.2
30月以上36月未滿	30	2.7
36月以上42月未滿	36	3.3
42月以上48月未滿	42	3.8
48月以上54月未滿	48	4.4
54月以上60月未滿	54	4.9
60月以上	60	5.5

【最终月份如为 2017 年 9 月～2021 年 3 月】

厚生被保险者期间月数	支付率计算所用数字	支付率
6月以上12月未滿	6	0.5
12月以上18月未滿	12	1.1
18月以上24月未滿	18	1.6
24月以上30月未滿	24	2.2
30月以上36月未滿	30	2.7
36月以上	36	3.3

《*平均标准报酬额》

◇ 厚生年金保险被保险者期间的全部在2003年4月以后者

$$\text{平均标准报酬额} = \frac{\text{被保险者期间各月的标准报酬月額和标准奖金额的合计}}{\text{全被保险者期间的月数}}$$

◇ 厚生年金保险被保险者期间的全部或部分在2003年3月以前者

$$\text{平均标准报酬额} = \frac{\text{2003年3月以前的被保险者期间的各月标准报酬月額} \times 1.3 + \text{2003年4月以后的被保险者期间的各月标准报酬月額和标准奖金额的合计}}{\text{全被保险者期间的月数}}$$

<***保险费率>

最终月份如为 1 月～8 月，适用前年 10 月当时的保险费率。

最终月份如为 9 月～12 月，适用上一年 10 月当时的保险费率。

将脱退一时金汇至日本国外时使用的货币如下。

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。

澳大利亚	オーストラリア	澳元	オーストラリア・ドル
奥地利	オーストリア	欧元	ユーロ
比利时	ベルギー	欧元	ユーロ
加拿大	カナダ	加拿大元	カナダ・ドル
古巴	キューバ	欧元	ユーロ
塞浦路斯	キプロス	欧元	ユーロ
丹麦	デンマーク	丹麦克朗	デンマーク・クローネ
爱沙尼亚	エストニア	欧元	ユーロ
芬兰	フィンランド	欧元	ユーロ
法国	フランス	欧元	ユーロ
德国	ドイツ	欧元	ユーロ
希腊	ギリシャ	欧元	ユーロ
伊朗	イラン	日元*	日本円
爱尔兰	アイルランド	欧元	ユーロ
意大利	イタリア	欧元	ユーロ
基里巴斯	キリバス	澳元	オーストラリア・ドル
拉脱维亚	ラトビア	欧元	ユーロ
立陶宛	リトアニア	欧元	ユーロ
卢森堡	ルクセンブルク	欧元	ユーロ
马耳他	マルタ	欧元	ユーロ
摩纳哥公国	モナコ公国	欧元	ユーロ
缅甸	ミャンマー	日元**	日本円
荷兰	オランダ	欧元	ユーロ
新西兰	ニュージーランド	新西兰元	ニュージーランド・ドル
朝鲜民主主义人民共和国	朝鮮民主主義人民共和国	日元*	日本円
挪威	ノルウェー	挪威克朗	ノルウェー・クローネ
葡萄牙	ポルトガル	欧元	ユーロ
俄罗斯	ロシア	欧元	ユーロ
新加坡	シンガポール	新加坡元	シンガポール・ドル
斯洛伐克	スロバキア	欧元	ユーロ
斯洛文尼亚	スロベニア	欧元	ユーロ
西班牙	スペイン	欧元	ユーロ
苏丹	スーダン	英镑	イギリス・ポンド
瑞典	スウェーデン	瑞典克朗	スウェーデン・クローネ
瑞士	スイス	瑞士法郎	スイス・フラン
叙利亚	シリア	日元	日本円
英国	イギリス	英镑	イギリス・ポンド
上述以外的国家	上記以外の国	美元	アメリカ・ドル

* 仅可在日本的金融机构领取。
日本の金融機関でのみお受け取りいただけます。

** 可以向缅甸汇款的银行为以下一家银行。(截止 2025 年 3 月)
ミャンマーの送金可能な銀行は以下の 1 行です。(2025.3 現在)
Co-operative Bank Ltd.

7. 履历 (加入公共年金制度的经过) 履歴(公的年金制度加入経過)

请填写加入公共年金制度 (厚生年金保险、国民年金、船员保险、共济组合) 的期间。

公的年金制度 (厚生年金保险、国民年金、船员保险、共济组合) 加入していた期間を記入してください。

※请尽量详细、准确地填写。できるだけ詳しく、正確に記入してください。

(1) 事业所 (船舶所有者) 的名称及担任船员时该船舶名 事業所 (船舶所有者) の名称及び船員であったときはその船舶名	(2) 事业所 (船舶所有者) 的所在地或国民年金加入时的地址 事業所 (船舶所有者) の所在地または国民年金加入時の住所	(3) 工作期间或国民年金的加入期间 勤務期間または国民年金の加入期間	(4) 加入的年金制度的类别 加入していた年金制度の種類
		年 月 日 至 为止	から まで 1.国民年金 国民年金 2.厚生年金保険 厚生年金保険 3.船员保险 船員保険 4.共济组合 共済組合
		年 月 日 至 为止	から まで 1.国民年金 国民年金 2.厚生年金保険 厚生年金保険 3.船员保险 船員保険 1.4.共济组合 共済組合
		年 月 日 至 为止	から まで 1.国民年金 国民年金 2.厚生年金保険 厚生年金保険 3.船员保险 船員保険 1.4.共济组合 共済組合
		年 月 日 至 为止	から まで 1.国民年金 国民年金 2.厚生年金保険 厚生年金保険 3.船员保险 船員保険 1.4.共济组合 共済組合

(注) 请仅填写加入国民年金的期间居住过的住址。

(注) 国民年金に加入していた期間は、住んでいた住所のみを記入してください。

需要以下资料

附件资料 (如果未附上①~④的资料等, 我们会退还请求书, 请不要遗漏附件。)

添付書類 (①~④の書類等が添付されていない場合は、請求書をお返しすることになりますので添付もれのないようお願いいたします。)

① 护照复印件 (可确认姓名、出生日期、国籍、签名、在留资格的页面)

パスポート (旅券) の写し (氏名、生年月日、国籍、署名及び在留資格が確認できるページ)

可确认日本国内已无住址的资料 (住民票除票的复印件等)

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)

◎出国前如已在所居住的市区町村提交迁出申报, 则可以从住民票的消除信息中确认在日本国内已无住址, 因此不需要附上此资料。

◎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、本書類の添付は不要です。

② 请附上可确认“银行名”、“支行名”、“支行地址”、“账户号码”及“申请者本人的账户姓名”的资料 (银行出具的证明书等)。

另外, 如在日本国内的金融机构领取, 需要用片假名登记账户姓名。

※邮储银行不可以领取脱退一时金。

「銀行名」、「支店名」、「支店の所在地」、「口座番号」及び「請求者本人の口座名義」であることが確認できる書類を添付してください (銀行が発行した証明書等)。なお、日本国内の金融機関で受け取る場合は、口座名義がカタカナで登録されていることが必要です。

※ゆうちょ銀行では脱退一時金を受け取ることができません。

基础年金号码通知书或年金手帐等可以表明基础年金号码的资料

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

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は除きます。)
- 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。

填写注意事项

请求书的 1~7 请务必填写。

如未填写可能会退还请求书。

①“4. 申请者姓名、出生日期及离日后的住址”及“5. 脱退一时金领取账户”请用大写字母填写，切勿遗漏。

②离日后的住址请分别填写“小区、街道、房间号码、其他”、“城市”、“省区”、“邮政编码”、“国家”。另外，居住在没有“省区”的地区者则无需填写“省区”。

③“5.脱退一时金领取账户”如不填写 SWIFT (BIC) 代码 (※) 就不可以汇款，因此请务必填写 SWIFT (BIC) 代码。

※SWIFT (BIC) 代码是由 11 位数 (或者 8 位数) 的字母数字构成的金融机构识别用代码。

※SWIFT (BIC) 代码可以直接向汇入账户的金融机构查询或者查看 SWIFT 官网。

【网址】

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

【二维码】



④“SWIFT (BIC) 代码”务必请从左侧起填写 11 位数。(SWIFT (BIC) 代码如为 8 位数，最后 3 位数请填写“XXX”)

另外，汇入账户如指定日本国内的金融机构，则不需要填写 SWIFT (BIC) 代码。(不可登记邮储银行。)

⑤“支行地址”请在上栏填写汇入账户的金融机构的地址后，另外在下栏填写“城市”、“国家”。

⑥填写的“银行名”、“支行名”、“账户号码/IBAN`代码”及“申请人本人的账户姓名”请务必与附件资料对照，确认是否一致。另外，欧洲、中东地区居住者原则上“账户号码/IBAN`代码”填写 IBAN`代码。(汇入账户指定日本国内的金融机构时除外。)

⑦“6. 基础年金号码通知书或者年金手帐等的记录事项”的基础年金编号栏中请填写年金手册中记载的基础年金编号，各制度的记号编号栏中填写至今加入过的年金制度的年金手册上的记号编号。

⑧“日本年金机构填写栏”请勿填写。

⑨“年金手册的基础年金编号及年金手册的记号编号”在以后查询时需要使用，请在提交请求书时务必作好记录。

(2025.3)

请剪切后贴在寄送请求书时的信封上。

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。

(从日本国内寄送时寄送地址也相同。)

(日本国内から送付する場合も送付先は同じです。)

AIR MAIL

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)

TEL. +81 - 3 - 6700 - 1165
(The telephone service is in Japanese.)