

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。

にっ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。

でんわ はな
電話で 話す

でんわばんごう
電話番号:0570-003-004

はじ でんわばんごう でんわ
050で 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
英語
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
その他の 言葉
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

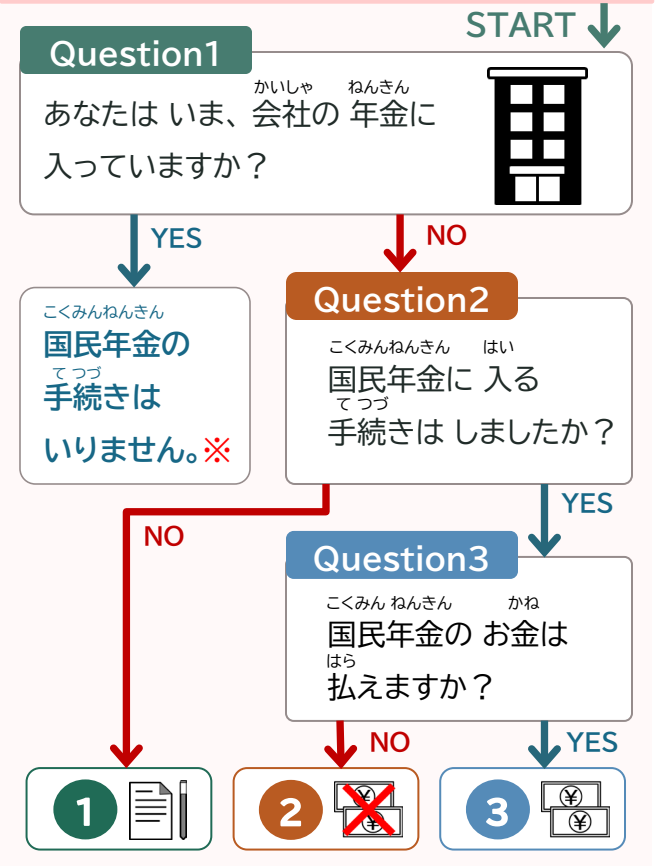
てつづ
手続き
Procedures

めりっと
メリット
Merit

そう だん
相談
Information

日本年金機構
Japan Pension Service

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 来てから 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。

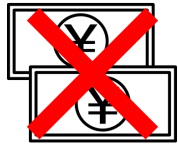
にほん にゆうこく ひ
① 日本に 入国した 日

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 こくみんねんきん かね
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。

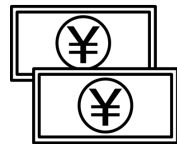
かね こくみんねんきん かね
① お金がないから、国民年金の お金を
はら ひと
払うことができない 人

がくせい ひと
② 学生(student)の 人

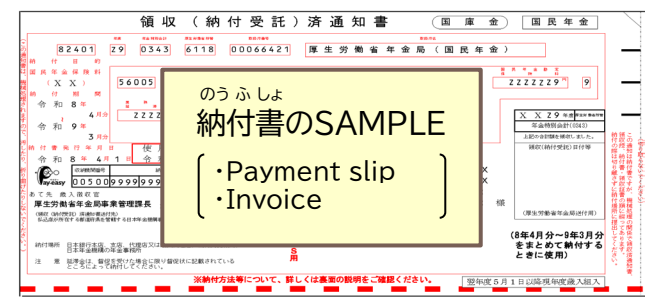
はら てつづ
■ 払わなくてもよくなる 手続きは、
み websiteを 見てください。



3 こくみんねんきん かね
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)、
こんびにえんすすとあ はら
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。

