

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: 16,980 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 2024 (from April 2024 to March 2025)

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>



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

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

こうてきねんきんせいど あんない 公的年金制度のご案内

こうてきねんきんせいど まいつき ほけんりょう おさ ろうれい しょうがい しほう
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。

にほんす さいいじょう さいみまん こうせいねんきんほけん さいみまん すべ
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。

こくみんねんきん 国民年金のポイント

こうせいねんきんほけん はい
○厚生年金保険に入っていないければ、ご自身でお住まいの市区役所・町村役場にて加入手続を
しなければなりません。

こくみんねんきん
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。

ろうれいねんきん しょうがいねんきん じしん しはら いそくねんきん
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。

ねんきん じゅきゅう しょうけん み ひつよう
※年金を受給するためには要件を満たす必要があり
ます。

にほん はな
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。

ほけんりょう げつ いじょう しはら しょうけん み
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。

だいたい いち じきん せいきゅう ちゅういじこう
※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。

こくみんねんきんほけんりょう
国民年金保険料は、
まいつき えん しはら
毎月16,980円※をお支払いください。

ほけんりょう まえばら こうざふりかえ しはら ばあい
保険料の前払いや口座振替によるお支払いの場合、
保険料が引きされる支払方法があります。

※2024年度の1か月分の保険料額です。

こくみんねんきんほけんりょう しはら むすか
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。

しょうとく すく ばあい しつぎょう ばあい しょうけん み
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。

こうせいねんきんほけん 厚生年金保険について

こうせいねんきんほけん てきようじぎょうしょ はたら ばあい こうせいねんきんほけん かにゅう
○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。

かにゅうてつぎ じぎょうしょ おこな ほけんりょう じぎょうしょ はんぶんはら はんぶんはら
○加入手続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。

こうせいねんきん ろうれいねんきん しょうがいねんきん いそくねんきん だいたい いち じきん
○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>）



ねんきん かん じょうほう た げん ご ばん 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ゅうかんりちよう
○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



につぽん ねんきん きこう がいこく じん む くわ 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 língua 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>