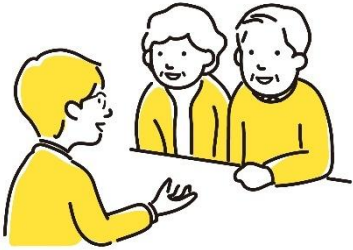


仙台多文化共生中心通訊

關於年金制度



無論日本人或是外國人，只要居住在日本，自 20 歲至未滿 60 歲的人，都必須加入公共的年金制度。公共年金制度有兩種。稱為厚生年金與國民年金。在公司工作的話，要加入厚生年金。公司會辦理手續。沒有加入厚生年金的話，就必須加入國民年金。根據工作方式來選擇加入哪一種年金。

在此，就仙台多文化共生中心實際的諮詢案例，想向外國朋友們介紹，有關日本年金制度，您應該知道的事項。

Q: 什麼時候可以領取年金?

原則上滿 65 歲後辦理相關手續，就可以開始領取年金。在 65 歲之前，若因為生病或受傷而有留下障礙，也有可能領取「傷殘年金」。此外，若加入年金的人在未領取年金就過世的情況下，其家屬可以領取「遺屬年金」。

Q: 若未加入年金會怎麼樣?

若未繳納年金，萬一發生意外的時候，可能會無法領取年金給付。另外，在申請在留期間更新許可時，以及申請在留資格變更許可時，需要提交年金加入與繳納狀況相關的文件。為了將來的自己，如果你已滿 20 歲以上，記得加入年金制度並按時繳納。



關於學生繳納特例制度

學生有經濟困難的情況下，設有「學生繳納特例制度」。申請的前一年度的收入低於標準以下時，可申請延後繳納。成為社會人士之後，再行補繳。可在居住區域區役所的保險年金課，或是市內的年金事務所辦理相關手續。在一部分的學校，也可以在校內辦理手續。學生繳納特例制度，每一年都需要重新申請。如果第二年沒有再次申請，無法成為學生繳納特例的適用對象。

7 種語言的刊物

繁體中文之外還包括日語 / にほんご、英語 / English、簡體中文 / 简体中文、韓語 / 한국어、越南語 / Tiếng Việt、尼泊爾語 / नेपाली。可於網站瀏覽。或至仙台多文化共生中心索取。

請翻下一頁→



什麼是退保一次性給付金？

年金加入 6 個月以上，不領取年金而回國時，回國後的 2 年以內可申請，可領取「退保一次性給付金」。退保一次性給付金是依據年金的加入期間，以及所繳納的金額來計算。若在日本加入年金滿 10 年以上時，不能申請退保一次性給付金。加入年金滿 10 年以上後回國的情況下，將來可以領取日本的年金。



← 掃描左側的 QR 碼，即可閱讀附有假名注音的日文說明，了解退會一時金的相關資訊。

有關退保一次性給付金的詳細資訊，
有日語、英文、中文等 15 種語言可供閱覽。→



如果不繳納年金會怎麼樣嗎？

如果超過繳納期限，會產生滯納金，而增加必須繳納的金額。若一直處於未繳納，將會收到通知必須繳費事由的「催繳通知單」。即使如此仍然持續未繳納的話，將會從銀行存款中強制性的扣款，而收到「扣押通知單」的通知。請勿放任未繳費不處理，應繳納時按時繳費，若繳費上有困難時，請務必諮詢相關單位。



有關基礎年金號碼

辦理與年金相關的手續時，像是自公司離職時，或申請退保一次性給付金時，會需要使用基礎年金號碼。年金手冊或基礎年金號碼通知單上面會記載基礎年金號碼。基礎年金號碼終身都不會改變。請妥善保管年金手冊等，避免遺失。

若想進一步了解年金相關資訊



← 這裡有關於年金的說明資料。請閱覽。(有日語、英文、中文等 15 種語言)

另外，也有說明有關年金制度和加入手續等的影片。(有英文、中文、韓文等 6 種語言)→



可諮詢年金相關事務的地方：

- 居住區域的區公所保險年金課
 - 年金事務所
- 於年金事務所的窗口，可透過電話使用口譯服務。(有英文、中文等 11 種語言)
- 年金專線(0570-05-1165)
- 年金專線除了日文之外，也可使用口譯服務，可用英文、中文等 11 種語言來進行諮詢。



來自 SenTIA · 仙台多文化共生中心的公告

仙台多文化共生中心的暱稱決定叫做「SenCUL」！

SenTIA 電子報的訂閱資訊

「SenCUL」是從英文名稱“Sendai Multicultural Center”而來的。

- Sen = Sendai (仙台)
- CUL = Multicultural (多文化)



「由於仙台多文化共生中心的全名太長而太難記住」，因為有這樣的心聲，所以取了簡短又好記的暱稱。請大家叫我們「SenCUL (森卡露)」！

SenTIA 國際化事業部將會以電子報發送各類相關資訊。內容包括提供給外國市民的生活資訊和 SenTIA 的業務相關公告、防災資訊和災害發生時的資訊、和宣傳刊物的通知、市政通訊等等來自仙台市的公告。電子報以日文、英文、中文、韓語、越南語、尼泊爾語發行。歡迎訂閱查看！

請掃描此 QR 碼即可前往電子報訂閱頁面。



諮詢員專欄 「對年金的感想」

這個專欄將依每期主題 介紹諮詢員的經驗與想法

來到日本生活之後，每個月的收入除了要繳交健保費之外，還要繳交一筆年金。雖然年金制度看起來感覺複雜，但性質上就類似台灣的勞保和國民年金，只是繳交金額相對比較高。

當初我來日本時因為是留學生，沒有收入，便到年金事務所申請學生繳費特例制度(学生納付特例制度)，可暫緩繳納，減輕學生的負擔，等到將來工作有收入之後再行補繳。

此外，年金事務所也會定期寄送通知目前繳納的金額、年資，附上試算未來可以領到的金額，讓人實際看到每個月辛苦繳納的成果。

遇到一些外派來日本工作期滿後要回國的朋友，已繳交的年金也不會白繳，可以申請一次性退保金(脱退一時金)，會退還一部分已繳的年金。

另外，最近因為簽證審查趨於嚴格，外國人想要更新簽證資格時，也可能會被要求提出年金繳納證明，因此按時繳納會比較安心。

還有大家關心的「幾歲才能領到年金?可以領到多少?」，現行制度的一般領取年齡是年滿 65 歲，當初繳得越長越多，領到的也比較多，數萬~十幾萬日圓都有可能。另外有延後領取鼓勵制度，選擇延後領取會加給領到的越多，最多約可以增加 8 成的金額。依照個人狀況，也許可以選擇多領一些年金。

只靠年金是否能夠老後生活開銷，視個人情況而定。如果想要老後更寬裕，一方面自己也儲蓄退休金比較安心。現在選擇退休後繼續工作的人也變多，除了增加收入，也多了出門走動與人接觸的機會，更加豐富老後生活，對維持身心健康也有幫助。

(諮詢員 L)

每期的各種語言版本中，各語言的諮詢員會撰寫「諮詢員專欄」。

部落格上會公開日語版本。歡迎閱讀。

仙台多文化共生中心

せんだいたぶんかきょうせい

仙台多文化共生センター



開放時間 毎日 上午9點~下午5點 (年末年初、毎月約1~2天的休館日除外)
地址 〒980-0803 仙台市青葉區國分町3丁目6-1 仙台 PARK BUILDING 1樓
TEL (022) 265-2471
FAX (022) 265-2472
Email tabunka@sentia-sendai.jp
官網 <https://int.sentia-sendai.jp/j/exchange/>



■ 外語諮詢

可以外語諮詢生活上的困擾或問題。

請來電「口譯協助專線」(022) 224-1919。

支援語言： 英語、中文、韓語、越南語、尼泊爾語、他加祿語、泰語、
葡萄牙語、西班牙語、俄羅斯語、印尼語、義大利文、法語、
德語、馬來語、高棉語、緬甸語、蒙古語、僧伽羅語、
印地語、孟加拉語、烏爾都語

為外國人提供專業諮詢會

定期連同律師和行政書士等專家舉辦「專業諮詢會」。

在仙台的生活上若有任何困擾，請多加利用。

保守秘密。每人30分鐘。

舉辦時間皆為下午1點到4點。



請從官網確認諮詢會的日期。

<https://int.sentia-sendai.jp/j/exchange/consultation.html>

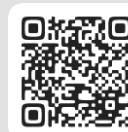
行政書士



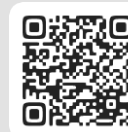
律師



勞動局



出入國在留管理局



稅務師



仙台市創業支援中心

ASSISTA



編輯・發行：仙台觀光國際協會 (SenTIA) 國際化事業部

仙台多文化共生中心是受仙台市委託，由(公財)仙台觀光國際協會營運。

2025年2月發行