

致已完成国民年金参保手续的人员

您提交的申请经区役所受理后，将由日本年金机构进行后续审核，约 1 个月后该机构将寄送国民年金参保资格生效月起应缴的保险费缴纳单。

缴纳单
包含

每月缴纳单

+

可预付至 2026 年 3 月的
提前缴纳单

+

若能在 10 月底缴纳期限前完成缴费
可预付 2025 年 10 月～2026 年 3 月期间的缴纳单

◆提前缴纳可享受优惠。具体细则请参阅背面说明。

◆除上述选项外，也可提前缴纳至 2027 年 3 月。如需办理请主动提出申请。

收到缴纳单后，请在缴费期限内通过附近的金融机构(银行、邮局等)、便利店、网上银行(Pay-easy)、智能手机 APP 缴纳。如需银行账户转账或信用卡缴纳，请浏览背面说明。

2025 年度(2025 年 4 月～2026 年 3 月)保险费月額

☐ 定额保险费 17,510 日元

☐ 含附加年金保险费 17,910 日元

2023 年度定额 16,520 日元

2024 年度定额 16,980 日元

2026 年度定额 17,920 日元

★ 缴纳期限原则上为次月最后一天(若遇金融机构休息日，则顺延至下一工作日)。缴纳单上可能有记载“使用期限”，请注意这与缴纳期限不同。

★ 往年度保费将汇总为一次性应缴金额寄送。若希望按月分期缴费，请在收到缴纳单之后联系年金事务所。

关于附加年金(附加保险费)

※已加入国民年金基金者不能申请。

※会影响 iDeCo 的缴款限额。

详情请咨询所申请的金融机构。

★ 若在定额保险费基础上追加缴纳附加保险费(每月 400 日元)，领取老龄基础年金时，可每年额外领取(200 日元)×(缴纳的月数)金额的附加年金。

【例】总缴纳额 400 日元×100 个月=40,000 日元 的情况下

领取额(每年) 200 日元×100 个月=20,000 日元，将追加至每年的老龄基础年金中。

★ 提交附加保险费缴纳申请后，将从申请当月开始寄送附加保险费缴纳单。

★ 附加保险费自申请当月生效，不可追溯申请。

★ 申请退出附加保险费后，自退出申请月的前一个月起恢复定额保费。若已预付附加保险费，已缴费用不予退还，但会计入未来年金金额。

若遇保险金缴纳困难

※请咨询国民年金系(参照背面说明)

★ 因离职或经济困难等原因无法缴纳保费且符合国家收入标准者，可利用保费「全额免除·部份免除(1/4·半额·3/4)」等制度

★ 学生可申请「学生缴纳特例制度」。

★ 未满50岁人群可申请「缴纳延缓制度」。

上述制度均需单独提交申请。

※加入附加年金者若获免除批准，将自动退出附加年金。

※免除等期间对应的老龄基础年金也会减少。

请浏览背面说明。

关于银行自动转账・信用卡缴纳

- ★ 自动转账手续请携带银行存折、账户申报印、包含基础年金编号的资料(年金手册、基础年金编号通知书等)，至金融机构或年金事务所办理。也可以将缴纳单寄送时附带的自动转账申请书邮寄至年金事务所办理手续。除了书面手续以外，还可以通过个人号码门户网站“Mynaportal”登录年金网络“Nenkin Net”系统操作。
- ★ 如需信用卡缴纳，请咨询年金事务所。
- ★ 手续大约需要2个月。转账、缴纳开始前一周左右会收到年金事务所的通知。

预缴（提交缴纳）的优惠金额（定额保险费）

※2026 年度每月定额保险费 17,920 日元

缴纳方法	缴纳单・信用卡		银行账户转账		缴纳期限・转帐日
	缴纳额	优惠额	缴纳额	优惠额	
预缴 2 年	409,490 日元	15,670 日元	408,150 日元	17,010 日元	4 月末
预缴 1 年	206,390 日元	3,730 日元	205,720 日元	4,400 日元	4 月末
预缴 6 个月	各 104,210 日元	各 850 日元	各 103,870 日元	各 1,190 日元	4 月・10 月末
当月缴纳（早鸟折扣）			各 17,450 日元	各 60 日元	各月（当月）末
本来缴纳期（次月）	各 17,510 日元	各 0 日元	各 17,510 日元	各 0 日元	各月（次月）末

- ★ 年度初(4 月)通过账户转账、信用卡预先缴纳时，需在同年 2 月底前提交申请书。
- ★ 除了上述以外，年度中途至年度末(2026 年 3 月)，或到次年度末(2027 年 3 月)为止的预缴部分也有优惠。
- ★ 截止到次年度末(2027 年 3 月)的预缴单不会放在通常寄送的缴纳单内。请在办理参保手续时主动向窗口申请。
- ★ 办理参保手续后希望获得预缴单时，请咨询年金事务所。
- ★ 预先缴纳之后因加入厚生年金等导致多缴，超额部分将后续退还。

致首次加入年金制度的人员

请务必妥善保管

提交参保申请之后，日本年金机构将分别寄送基础年金编号通知书和缴纳单（国民年金参保月起应缴的保险费通知书）。因需生成基础年金编号，文件寄达约需 2 个月时间。

关于年金领取条件

原则上需要从 20 岁至 60 岁期间持续加入国民年金满 40 年。
老龄基础年金将在满足 10 年（120 个月）以上领取资格期间（※）的前提下，原则上从 65 岁开始发放。此外，要领取残疾基础年金，需在初诊日等的基准日的前一天之前满足规定的缴纳条件。
※领取资格期间包括国民年金保险费实际缴纳期间、保费免除或延缓期间、厚生年金（共济组合）加入期间、国民年金第 3 号被保险者（被抚养配偶）期间、以及 KARA 期间（合算对象期间）。KARA 期间的认定涉及多种具体条件，详情请咨询年金事务所。

关于一次性退保金

※仅面向外国人的制度

在日本定居的外国人，原则上需在 20 岁至 60 岁期间作为国民年金第 1 号被保险人参保(厚生年金参保者及第 3 号被保险人除外)。此后，缴纳国民年金保险费满 6 个月以上的外国人，在未领取任何年金的情况下出国(办理迁出国外的手续)时，可申请一次性退保金。自丧失日本住所之日起超过 2 年将无法申请。具体领取条件等详情请咨询年金事务所。

咨询

关于本次手续，附加保险金的申请，免除等申请事宜
世田谷区 国保・年金课 国民年金系 TEL. 03-5432-2356(直通)
关于保险费缴纳（缴纳单寄送、账户转账等）、确认年金记录、一次性退保金事宜
日本年金机构 世田谷年金事务所 TEL. 03-6844-3871(总机)

日本年金机构官网 <https://www.nenkin.go.jp/>

年金

检索