

海外にお住まいの方で、

日本の年金制度に加入したことがある方へ

平成29年8月より、年金を受け取るために必要な資格期間が25年から10年に短縮されます。

資格期間とは、つぎのような期間のことをいいます

- 日本の年金保険料を納付した期間や共済組合に加入していた期間のほか、**日本国籍の方が海外に居住していた期間**も対象となります。
- 上記のような期間を合計して10年に満たない場合でも、**日本が「社会保障協定」を締結している国の年金加入期間**をお持ちの方は、通算措置により日本の年金を受給する権利を得られる可能性があります。

海外からも、年金の請求や年金記録の確認が可能です


- 海外から年金を請求するときは、日本年金機構ホームページからダウンロードした年金請求書に記入のうえ、必要書類を添えて、**日本での最終住所地を管轄する年金事務所へご提出ください。**

年金記録の確認は**ねんきんネット**で

- **ねんきんネット**は日本の年金記録をスマートフォンやパソコンで24時間確認できるサービスです。
- ご利用に必要なユーザIDは海外にお住まいの方でも受け取れます。
(日本の最終住所の確認が必要です。)



お問い合わせは**ねんきんダイヤル**へ

- 日本国内から  **0570-05-1165**
03-6700-1165
- 日本国外から **+81-3-6700-1165**
日本語のみ対応しています。基礎年金番号をお手元にご用意ください。
月曜日 8:30～19:00 第2土曜日 9:30～16:00
火曜日～金曜日 8:30～17:15



制度改正に関するご注意

- 今回の制度改正によって初めて受給資格を満たす方は、平成29年8月に年金を受給する権利が発生するため、**平成29年8月以降申請いただき、平成29年9月分からの年金をお受け取りいただけます。**
- 老齢年金を受給するための年齢はこれまでどおり変更ありません。
- 遺族年金・障害年金の受給要件はこれまでどおり変更ありません。
- 遺族年金や障害年金の受給権をお持ちの方は、老齢年金を受給できることになっても、いずれか1つの年金しか受け取れないことがあります。今回の制度改正により手続きを行っても、**実際に受け取る年金額が変わらないケース**もあります。

社会保障協定について

- 日本は諸外国との間で「社会保障協定」を締結しており、これにより相手国の年金制度に加入していた期間を日本の年金加入期間とみなすことができます。(年金加入期間の通算。ただし一部の国との協定では、年金加入期間の通算措置が含まれていませんのでご注意ください。)
- 日本の年金額は、日本の年金保険料を納めた期間などに応じて決まります。
- 社会保障協定の相手国にお住まいの方は、日本の年金を請求する際、請求書を相手国の年金実施機関の窓口へ提出することもできます。協定で定められた請求書に必要書類を添えてご提出ください。
- 具体的な協定相手国や各国との詳しい協定内容につきましては、厚生労働省・日本年金機構のホームページでご確認ください。

日本年金機構ホームページ
<http://www.nenkin.go.jp/>

社会保障協定や年金請求書については

日本年金機構

検索

日本年金機構 海外に居住する方

検索

