खानागावा अन्तर्राष्ट्रिय फाउण्डेशनद्वारा आयोजित सामाजिक सुरक्षा प्रणाली बारे सेमिनार

पेन्सन प्रणाली बारे सिकौं !

~बुढेसकाल वा चोटपटक अवस्था आदिमा ढुक्कसँग बिताउन सकिने गरी तपाईंले जानी राख्नु पर्ने कुराहरू~

रेइवा ५ (२०२३) साल जनवरी २२तारिख (आइतबार)

अफिस साइतोउ
स्याखाई होकेनरोउमु-सी ग्योउसेई-स्योसी
साइतोउ कुमिको

आजको कुरा

- राष्ट्रिय पेन्सनको कुरा
- सदस्यता लिने व्यक्तिहरूको कुरा
- सदस्यता अवधी र बीमा शुल्कको कुरा
- तपाईले प्राप्त गर्न सक्ने लाभहरूको कुरा
- एकमुस्ट निकासी भुक्तानीको कुरा

जापानको सामाजिक सुरक्षा प्रणाली

आफु एक्लैले सामना गर्न नसक्ने जोखिमहरूको लागि, नागरिकहरूले एकअर्कालाई सपोर्ट गरी राष्ट्र ले सहयोग गर्ने प्रणाली हो यो ।जापान को संविधानमा भएको जिवनको अधिकार (स्वस्थ्य अनि न्युनतम जिवन यापन गर्न पाउने अधिकार) को अनुभुती गराउनु यस्को उद्‌देश्य हो।

सामाजिक सुरक्षा को एउटा क्षेत्र मा सामाजिक बीमा हुन्छ र सामुहिक रुपमा बीमा शुल्क जम्मा गरि जोखिममा परेकाहरूलाई दिइन्छ ।

सामाजिक बीमाका प्रकार र जोखिमका उदाहरणहरू

① कामदारको क्षतिपूर्ति बीमा	काममा घाइते हुँदा
② रोजगार बीमा	बेरोजगार हुँदा
③ चिकित्सा बीमा	बिरामी पर्दा
④ पेन्सन बीमा	बृद्ध हुँदा
⑤ दीर्घकालीन(नर्सिङ्) हेरचाह बीमा	नर्सिङ हेरचाह आवश्यक हुँदा

राष्ट्रिय पेन्सन प्रणाली भन्नाले के हो ?

राष्ट्रिय पेन्सन , सामाजिक बीमा मध्येको एक भइ, जापानमा बस्ने मानिसहरूको एकआपसमा समर्थन गर्ने एक प्रणाली हो ।

① 65वर्ष वा सोभन्दा माथिको वृद्ध भएमा (⇒ वृद्धावस्था पेन्सन)

② रोग वा चोटपटकले गर्दा अशक्त भएमा(⇒ अशक्तता पेन्सन)

③ मृत्यु भएमा (⇒इजोकु/ सर्भाइभर्स पेन्सन)

तपाईले आफ्नो र शोकसन्तप्त परिवारको लागि जीवित सुरक्षाको रूपमा पेन्सन प्राप्त गर्न सक्नुहुन्छ।

कस्तो व्यक्तिले सदस्यता लिन सकिन्छ त ?

- जापानमा बस्ने 20 वर्ष वा सोभन्दा माथि देखि 60 वर्ष भन्दा मुनिका मानिसहरू, नियम अनुसार, सबैजनाले राष्ट्रिय पेन्सनमा सदस्यता हुनुपर्ने नियम छ।

- राष्ट्रियता तथा भिषाको प्रकार ले फरक पर्दैन ।

यद्यपि, "निर्धारित गतिविधि"भिसामा रही उपचार गर्नेहरू र एक वर्ष भित्रको भ्रमण मा रहने हरु यस्मा पर्दैनन् ।

- सदस्यहरू तीन प्रकारमा विभाजित छन्।

① नम्बर 1 बिमा गरिएको व्यक्ति
② नम्बर 2 बिमा गरिएको व्यक्ति
③ नम्बर 3 बिमा गरिएको व्यक्ति

फूलवाला आइडल क्याबिन अटेन्डेन्ट नर्स नर्सरी शिक्षिका

कुक अन्तरिक्ष यात्री डाक्टर प्रहरी फुटबल खेलाडी

राष्ट्रिय पेन्सन र कल्याणकारी (कोउसेई) पेन्सन

१० वर्ष वा सोभन्दा बढी
सदस्यता भएमा ६५ वर्षको उमेरदेखि वृद्धावस्था पेन्सन लिन सकिन्छ !

こう せい ねん きん
厚生年金
कल्याणकारी(कोउसेई) पेन्सन

こく みん ねん きん き そ ねん きん
国民年金（基礎年金）
राष्ट्रिय पेन्सन (आधारभूत पेन्सन)

だい ごうひほけんしゃ ① 第１号被保険者 नम्बर 1 बिमा गरिएको व्यक्ति じえいぎょうしゃ、がくせい、あるばいと **自営業者、学生、アルバイトなど** स्वरोजगार, विद्यार्थी, पार्ट-टाइम (आरुबाइतो) काम गर्ने, आदि	だい ごうひほけんしゃ ② 第2号被保険者 नम्बर 2 बिमा गरिएको व्यक्ति かいしゃいん、こうむいん **会社員、公務員など** कम्पनीको कर्मचारी, निजामती कर्मचारी आदि	だい ごうひほけんしゃ ③ 第3号被保険者 नम्बर 3 बिमा गरिएको व्यक्ति せんぎょうしゅふ（ふ）、ぱーと **専業主婦（夫）、パートなど** गृहिणी (पति), पार्ट-टाइम काम गर्ने, आदि

नम्बर 2

◎ सदस्यहरू

- कम्पनीका कर्मचारी, निजामती कर्मचारी आदि
- कल्याणकारी पेन्सनको सदस्यहरू (65 वर्ष वा सोभन्दा माथिका व्यक्तिहरू बाहेक जसले वृद्धावस्था पेन्सन प्राप्त गर्न सक्छन्)
- 20वर्ष मुनिका वा 60वर्ष वा सोभन्दा माथिको ले पनि मिल्छ , जापानमा नबसे पनि मिल्छ
- सदस्य हुने प्रक्रिया तपाई कार्यरत कम्पनीले गर्छ
- ◎ बीमा शुल्क
- मानक मासिक तलब (मानक बोनस) ×18.3%
- व्यक्ति स्वयम र कम्पनीले आधा आधा तिर्छ
- तलबबाट कटौती गरी कम्पनीले भुक्तानी गर्छ

उदाहरण) यदि मासिक तलब 20 मान येन हो भने ··
20मान×18.3%=36,600येन
आफुले 18,300येन
कम्पनीले 18,300 येन

नम्बर 3

उदाहरण) यदि सँगै बस्नुहुन्छ र ६० वर्ष भन्दा कम उमेरको हुनुहुन्छ भने,
बार्षिक आय १३लाख येन भन्दा कम को वार्षिक आय संग
नम्बर २ को वार्षिक आम्दानीको आधाभन्दा कम

◎ सदस्यहरू

- गृहिणी (पति), पार्ट-टाइम काम गर्ने, आदि
- नम्बर 2 को आश्रितमा रहेका श्रीमान्/श्रीमती (स्वास्थ्य बिमाको मानक)
- जापानमा बस्ने, 20वर्ष वा सोभन्दा माथिका 60वर्ष भन्दा मुनिका
- सदस्य हुने प्रक्रिया नम्बर 2 को कार्यरत कम्पनीले गर्छ
- ◎ बीमा शुल्क
- व्यक्ति स्वयमले तिर्नु पर्दैन

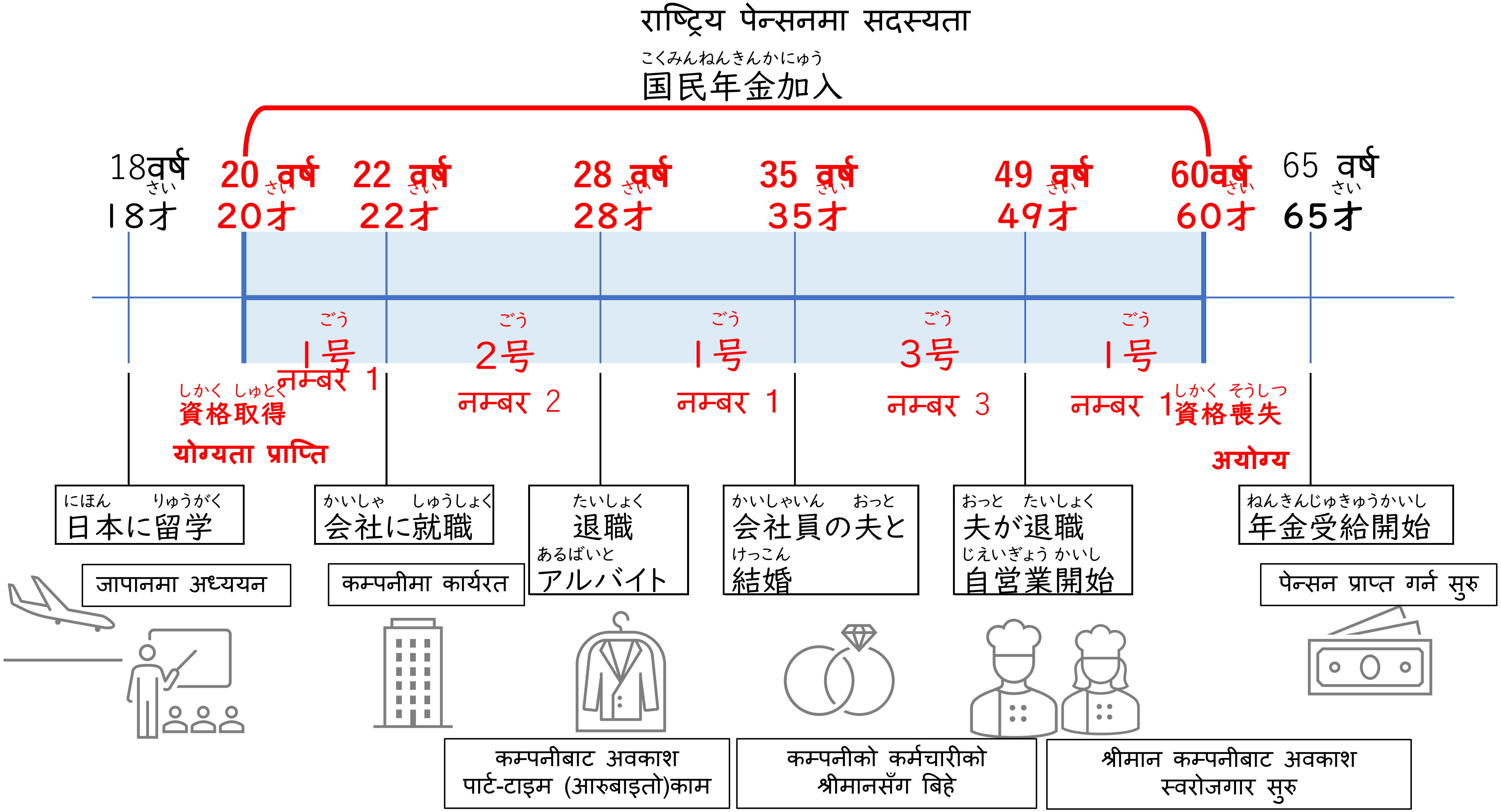
उदाहरण)ब्यक्तिगत ब्यापार गर्ने
- ५ भन्दा कम कर्मचारी भएको कार्यालय
- कृषि, वन र मत्स्यपालन
- रेस्टुरेन्ट, नाई, सौन्दर्य उद्योग, आदि।

नम्बर 1

◎सदस्यहरू

- जापानमा बस्ने 20वर्ष वा सोभन्दा माथिका देखि 60वर्ष मुनिका
- नम्बर 2 र नम्बर 3 बाहेकका व्यक्तिहरू
- स्वरोजगार व्यक्तिहरू, विद्यार्थी, पार्ट-टाइम काम, कल्याणकारी पेन्सनमा नपरेको व्यवसायीक प्रतिष्ठानहरूमा काम गर्ने व्यक्तिहरू, फ्रीटरहरू आदि
- सदस्य हुने प्रक्रिया, व्यक्ति स्वयमले आफ्नो ठेगानाको वडा कार्यालय वा पेन्सन कार्यालयमा गर्ने
- ◎बीमा शुल्क
- समतल दर प्रणाली : प्रति महिना16,590 येन (R4 सालको) आफैले तिर्ने
- छूट र स्थगित/postponed गर्ने प्रणाली छ
- अतिरिक्त बीमा शुल्क छ (प्रति महिना 400 येन)

म कुन नम्बर हुँ ?



राष्ट्रिय पेन्सनमा सदस्यता
こくみんねんきんかにゅう
国民年金加入
18वर्ष
さい
18才
20 वर्ष
さい
20才
22 वर्ष
さい
22才
28 वर्ष
さい
28才
35 वर्ष
さい
35才
49 वर्ष
さい
49才
60वर्ष
さい
60才
65 वर्ष
さい
65才
ごう
1号
नम्बर 1
ごう
2号
नम्बर 2
ごう
1号
नम्बर 1
ごう
3号
नम्बर 3
ごう
1号
नम्बर 1
しかく しゅとく
資格取得
योग्यता प्राप्ति
しかく そうしつ
資格喪失
अयोग्य
にほん りゅうがく
日本に留学
जापानमा अध्ययन
かいしゃ しゅうしょく
会社に就職
कम्पनीमा कार्यरत
たいしょく
退職
あるばいと
アルバイト
कम्पनीबाट अवकाश
पार्ट-टाइम (आरुबाइतो)काम
かいしゃいん おっと
会社員の夫と
けっこん
結婚
कम्पनीको कर्मचारीको
श्रीमानसँग बिहे
おっと たいしょく
夫が退職
じえいぎょう かいし
自営業開始
श्रीमान कम्पनीबाट अवकाश
स्वरोजगार सुरु
ねんきんじゅきゅうかいし
年金受給開始
पेन्सन प्राप्त गर्न सुरु

नम्बर 1 मा छ भने होसियार हुनुहोस्! तपाईले प्रक्रिया आफैँ गर्न आवश्यक छ

प्रक्रिया गर्ने ठाउँ: आफ्नो ठेगानाको वडा कार्यालय वा पेन्सन कार्यालय

◎ नम्बर 2 ⇒ नम्बर1मा हुँदा

- कम्पनीबाट अवकाश लिंदा

◎ नम्बर 3 ⇒ नम्बर 1मा हुँदा

- नम्बर 2को श्रीमान् (श्रीमती) ले अवकाश लिंदा
- सम्बन्धविच्छेद हुँदा
- तपाईको आय बढ्दा (लगभग: वार्षिक आय 13लाख वा सोभन्दा बढी)
- नम्बर 2को श्रीमान् (श्रीमती) 65वर्ष भई वृद्धावस्था पेन्सन पाउन थालेपछि

नम्बर1को बीमा शुल्कको लागि छूट र स्थगित /postponed गर्ने प्रणाली छ

यो आर्थिक रूपमा बीमा शुल्क तिर्न कठिनाइ भएका व्यक्तिहरू आदिको लागि लक्षित हो। तपाईले 10 वर्ष भित्र भएमा पछि भुक्तानी (अतिरिक्त भुक्तानी) गर्न सक्नुहुन्छ।

① छूट प्रणाली

यदि अघिल्लो वर्षको आय निश्चित रकमभन्दा कम छ भने, तपाईले दिएको आवेदन अनुसार आफ्नो बीमा शुल्कको व्यक्ति स्वयम, घरपरिवारको प्रमुख र तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीको सम्पूर्ण रकम वा केही अंश तिर्नु नपर्ने हुन्छ अर्थात् (छूट)।

रेइवा 3सालको	पूर्ण भुक्तानी	4भागको 1 छूट	आधा रकम छुट	4 भागको 3 छूट	पूर्ण रकम छुट
मासिक बीमा शुल्क	16,590येन	12,440येन	8,300येन	4,150येन	0येन
सन्दर्भ ： वृद्धावस्था आधारभूत पेन्सन	100.0% (777,800येन)	87.5% (680,575येन)	75.0% (583,350येन)	62.5% (486,125येन)	50.0% (388,900येन)

नम्बर1को बिमा प्रिमियमको लागि छूट र स्थगित/पोस्ट्पोन्ड गर्ने प्रणाली छ

② भुक्तानी स्थगित/ पोस्ट्पोन्ड गर्ने प्रणाली

50 वर्ष भन्दा मुनिका व्यक्तिहरू भएमा, यदि व्यक्ति स्वयम र तपाईंको श्रीमान् वा श्रीमतीको अघिल्लो वर्षको आय निश्चित रकमभन्दा कम छ भने, तपाईले दिएको आवेदन अनुसार बिमा प्रिमियम भुक्तानीको समय विस्तार गर्न सक्नुहुन्छ (स्थगित/ पोस्टपोन्ड)।

③ विद्यार्थीको भुक्तानी विशेष मामला

विद्यार्थीहरू भएमा, यदि व्यक्ति स्वयमको अघिल्लो वर्षको आय निश्चित रकम भन्दा कम छ भने, तपाईले दिएको आवेदन अनुसार बिमा प्रिमियम भुक्तानीको समय विस्तार गर्न सक्नुहुन्छ (स्थगित/पोस्ट्पोन्ड)।

⇒② र ③भएमा, 10 वर्षको योग्यता अवधि बढ्नेछ तर वृद्धावस्था आधारभूत पेन्सनको रकम बढ्नेछैन। यदि तपाईले प्रक्रिया पूरा गर्नुभएन भने (भुक्तानी गर्न बाँकी), दुबै बढ्ने छैन ।

⇒त्यस बाहेक, यदि बेरोजगार वा नयाँ कोरोनाको कारणले तपाईंको आय घट्यो भने तपाईले छूट वा स्थगित/ पोस्टपोन्ड को लागि आवेदन दिन सक्नुहुन्छ।

★ सन्दर्भ：आवेदन छूट र स्थगित/Postponed को लागि अनुमानित आय

◎आवेदन छूट र स्थगित/ पोस्ट्पोन्ड को लागि अनुमानित आय

अघिल्लो वर्षको (जनवरी देखि जुन सम्ममा आवेदन दिनु भएको खण्डमा, दुई वर्ष पहिलेको)आय तल देखाइएको रकम भन्दा कम वा बराबर हुनुपर्ने छ

(1) पूर्ण रकम छूट： (आश्रित आफन्तहरूको संख्या +1) ×35मान येन+32 मान येन
(2) 4भागको 3 छूट： 88 मान येन + आश्रित आफन्तहरूको संख्या ×38 मान येन ※
(3) आधा रकम छूट： 128 मान येन + आश्रित आफन्तहरूको संख्या ×38 मान येन ※
(4) 4 भागको 1 छूट： 168मान येन + आश्रित आफन्तहरूको संख्या ×38 मान येन ※
(5) भुक्तानी स्थगित/पोस्ट्पोन्डप्रणाली：(आश्रित आफन्तहरूको संख्या +1) ×35 मान येन +32 मान येन
(6) विद्यार्थीको भुक्तानी विशेष मामला ：128 मान येन + आश्रित आफन्तहरूको संख्या ×38 मान येन ※

※ यदि तपाई सँगै जीविकोपार्जन गरेका तपाईको श्रीमान् वा श्रीमती, वृद्ध आश्रित आफन्तहरू भएमा
48 मान येन, 16 वर्ष वा सोभन्दा माथिका देखि 23 वर्ष भन्दा मुनिको विशिष्ट आश्रित आफन्तहरू भएमा 63मान येन

सदस्यता अवधि १०वर्ष आवश्यक छ

बीमा शुल्क
保険料
भुक्तानी अवधि
納付済期間

＋

बीमा शुल्क
保険料
छूट अवधि
免除期間

＋

जम्मा
合算
लक्षित अवधि
対象期間
(カラ期間)※
खाली अवधि

→

10年 वर्ष
वा सोभन्दा भन्दा
बढी
以上

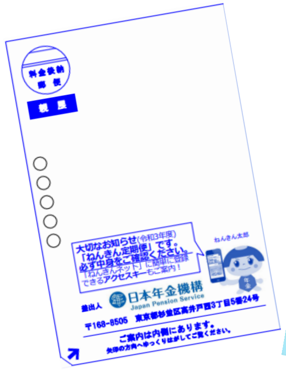
नियम अनुसार, तपाईंले 65 वर्षको उमेरदेखि वृद्धावस्था पेन्सन प्राप्त गर्न सक्नुहुन्छ

※खाली अवधि

सदस्यता अवधि बढाउन सक्ने विशेष अवधि (पेन्सन रकम बढाउन सकिँदैन)

⇒ जापानी नागरिकता प्राप्त गरेका र स्थायी बसोबास प्राप्त गर्नेहरूका लागि अपवादहरू पनि छन्।

「पेन्सन नियमित चिठ्ठी」जाँच गरौँ !



- सामाग्री   वृद्धावस्था पेन्सनको जानकारी
- लक्षित व्यक्ति राष्ट्रिय पेन्सन र कल्याणकारी पेन्सन सदस्यहरू (वृद्धावस्था पेन्सन प्राप्तकर्ताहरू सहित)
- समयावधि   प्रत्येक वर्षको जन्मदिनको महिनामा हुलाकबाट पठाइन्छ (1तारिखमा जन्मदिन परेमा अघिल्लो महिनामा)

वर्गीकरण	पठाउने ढाँचा	मुख्य सामग्री	
50वर्ष भन्दा मुनि	पोस्ट कार्ड	हालसालको एक वर्षको सदस्यता स्थिति	· बिमा प्रिमियम भुक्तानी रकम
35वर्ष, 45वर्ष (माइलस्टोन उमेर)	छाप लगाइएको पत्र	पूरा सदस्यता अवधिको पेन्सन रेकर्ड जानकारी	· अहिले सम्मको सदस्यता रेकर्ड अनुसार पेन्सन रकम
50वर्ष वा सोभन्दा माथि	पोस्ट कार्ड	हालसालको एक वर्षको सदस्यता स्थिति	· बिमा प्रिमियम भुक्तानी रकम
59वर्ष (माइलस्टोन उमेर)	छाप लगाइएको पत्र	पूरा सदस्यता अवधिको पेन्सन रेकर्ड जानकारी	· अपेक्षित पेन्सन रकम (लाभार्थीहरू बाहेक)

「 पेन्सन नियमित चिठ्ठी」को पेन्सन सदस्यता अवधि हेर्ने तरिका

राष्ट्रिय पेन्सन कुल

पेन्सन सदस्यता अवधि कुल

2. **अहिले सम्मको पेन्सन सदस्यता अवधि** (वृद्धावस्था पेन्सन प्राप्त गर्न, नियम अनुसार, 120 महिना वा सोभन्दा बढीको योग्यता अवधिको आवश्यक छ)

राष्ट्रिय पेन्सन (a) 国民年金（a）			船員保険（c）	年金加入期間 合計 (未納月数を除く) （a＋b＋c）	合算対象期間等 （d）	受給資格期間 योग्यता अवधि （a＋b＋c＋d）
第１号被保険者 (未納月数を除く)	第３号被保険者	国民年金 計 (未納月数を除く)				
75 月	0 月	75 月	0 月	455 月	0 月	455 月
कल्याणकारी पेन्सन बिमा （b）厚生年金保険（b）						
一般厚生年金	公務員厚生年金	私学共済厚生年金	厚生年金保険 計			
380 月	0 月	0 月	380 月			

कल्याणकारी पेन्सन बिमा कुल

120महिना（10वर्ष）भन्दा बढी छ ?

⇒ वृद्धावस्था पेन्सन, लिन मिल्छ

「पेन्सन नियमित चिठ्ठी」र स्थायी निवासी अनुमतिको लागि आवेदन

रेइवाको पहिलो वर्षदेखि स्थायी निवासीको लागि आवेदन दिँदा विगत दुई वर्षको पेन्सन बिमा प्रिमियमको भुक्तानी स्थिति प्रमाणित गर्ने कागजात आवश्यक हुन्छ। विशेष गरी, यो निम्न सामग्री हुन।

① 「पेन्सन नियमित चिठ्ठी」(पूरा अवधिको पेन्सन रेकर्ड जानकारी भएको)

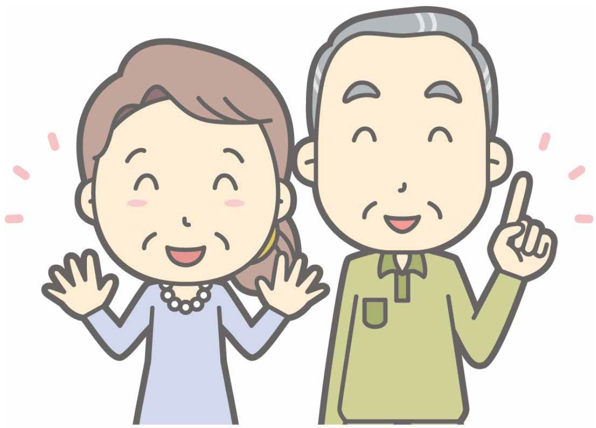
पोस्टकार्ड ढाँचा प्रयोग गर्न सकिँदैन। पूरा अवधिको पेन्सन रेकर्ड जानकारी भएको कागज, तपाईंले जापान पेन्सन संस्थामा जारीको लागि आवेदन दिन सक्नुहुन्छ(P.25)।

② 「पेन्सन नेट」को 「प्रत्येक महिनाको पेन्सन रेकर्ड」को प्रिन्ट स्क्रिन

जापान पेन्सन संस्थाको वेबसाइट (तलको URL हेर्नुहोस्)बाट पेन्सन नेटमा दर्ता गर्न सक्नुहुन्छ। https://www.nenkin.go.jp/n_net/index.html

③ राष्ट्रिय पेन्सन बीमा शुल्क को रसिद (प्रतिलिपि)

वृद्धावस्था पेन्सन



- 10 वर्ष वा सोभन्दा बढीको योग्यता अवधि भएका व्यक्तिहरूका लागि, 65 वर्ष पुगेपछि,
- राष्ट्रिय पेन्सनबाट तपाईले जीवनभरको लागि「वृद्धावस्था आधारभूत पेन्सन」प्राप्त गर्न सक्नुहुन्छ।

  पेन्सन रकम 777, 800येन

  （40 वर्षसम्म बिमा प्रिमियम भुक्तान गर्दा रेइवा 3 वर्षको रकम ）

  ※यसको अर्थ योग्यता अवधि, 10वर्षको सदस्यता भएमा हुन्छ भन्ने होइन।

  777,800येन×10वर्ष ／40वर्ष ＝194,450येन हुनेछ।

- कल्याणकारी पेन्सनमा सदस्यता भएका व्यक्तिहरूका लागि 「 वृद्धावस्था कल्याणकारी पेन्सन 」थपिनेछ।

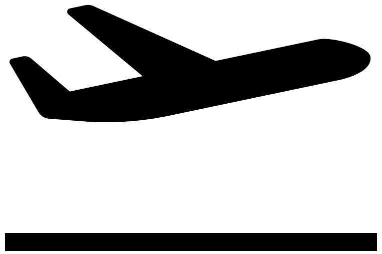
पेन्सन रकम विगतको पारिश्रमिक र सदस्यता अवधि अनुसार निर्धारण गरिन्छ।

अशक्तता पेन्सन ・इजोकु/Survivor's पेन्सन

- राष्ट्रिय पेन्सन तथा कल्याणकारी पेन्सनमा सदस्य भएको बेलामा बिरामी वा चोटपटकको कारण, अशक्त भएको खण्डमा, अशक्तता पेन्सनप्राप्त गर्न सकिन्छ ।
- राष्ट्रिय पेन्सन तथा कल्याणकारी पेन्सनमा सदस्य भएको बेलामा मृत्यु भयो भने, शोकसन्तप्त परिवार ले इजोकु पेन्सन प्राप्त गर्न सक्नुहुन्छ ।

※ यदि तपाईले आफ्नो बिमा प्रिमियमहरू भुक्तान नगरेको अवधि भएमा यसलाई नपाउन सकिन्छ ।

एकमुस्ट निकासी भुक्तानी



◎दाबी गर्न सक्ने व्यक्ति

यदि राष्ट्रिय पेन्सन वा कल्याणकारी पेन्सनमा सदस्य भएको अवधि 6 महिना वा सोभन्दा बढी भएको छ,

वृद्धावस्था आधारभूत पेन्सनका लागि योग्य नभएका विदेशीहरू, एक बिमा व्यक्तिको रूपमा अयोग्य भई, तपाईंले जापानमा आफ्नो ठेगाना गुमाएपछि दुई वर्षभित्र दाबी गर्नुभयो भने एकमुस्ट निकासी भुक्तानी उपलब्ध गराइनेछ।

एकमुस्ट निकासी भुक्तानी प्राप्त गर्ने अवधि सदस्यता अवधि होइन, त्यसैले भविष्यमा, जापानी वृद्धावस्था पेन्सन प्राप्त गर्न सक्नेहरूले होसियार हुनुपर्छ।

◎प्रक्रिया

① तपाई बस्नुहुने नगरपालिका कार्यालयमा, एक बसाई सरेको आवेदन पेश गर्नुहोस्

② तपाईंले जापान छोडेपछि, एकमुस्ट निकासी भुक्तानीको लागि दाबी आवेदन र संलग्न कागजातहरू जापान पेन्सन संस्थामा पठाउनुहोस्।

（〒168-8505 टोकियो सुगीनामी-कु ताखाइदो निसी 3-5-24）

एकमुस्ट निकासी भुक्तानी को दावीको उदाहरण

स्वास्थ्य, श्रम तथा कल्याण मन्त्रालय पेन्सन ब्यूरो अन्तर्राष्ट्रिय पेन्सन डिभिजन "प्राविधिक प्रशिक्षण लागू गर्ने व्यवसाय मालिकहरूलाई"पर्चाको आंशिक प्रशोधन

प्राविधिक प्रशिक्षण १・२नम्बर
(३बर्ष)
技能実習Ⅰ・2号
（3年）

केही समय स्वदेश फर्कने
दावी (३बर्ष)
一時帰国
請求（3年分）

निर्दिष्ट कौशल १नम्बर
(५बर्ष)
特定技能Ⅰ号
（5年）

स्वदेश फर्कने
दावी (५बर्ष)
帰国
請求（5年分）

अप्रिल २०२१ पछि
१ महिना भन्दा बढी
सदस्यता भएमा
↓
बढिमा ५ वर्ष सम्म
दावी गर्न पाइने
(कुल ८ वर्ष ✕)

प्राविधिक प्रशिक्षण २नम्बर समाप्त
⇨ नगर वडा गाउपालिका को कार्यालयमा बाहिर सर्ने जानकारी गराउने
⇨ जापान छोड्ने ⇨ जापान बाहिर बाट जापान पेन्सन संस्था (पेन्सन कार्यालय) मा इन्भ्वाइस पठाउने ⇨
⇨ जापान भित्र बाट जापान पेन्सन संस्था (पेन्सन कार्यालय) मा इन्भ्वाइस पठाउने ⇨ जापान छोड्ने ⇨
जापान पेन्सन संस्था (पेन्सन कार्यालय) मा इन्भ्वाइस आइपुग्छ
⇨ फेरी जापान आउने

★ सन्दर्भ: एकमुस्ट निकासी भुक्तानी को रकम (राष्ट्रिय पेन्सन)

तपाईले तिरेको बिमा रकमको, बढीमा आधा रकम सम्म फिर्ता आउने इमेज (रेइवा 4 सालको)

बिमा प्रिमियम भुक्तानी अवधि आदि महिनाको संख्या	भुक्तानी रकम गणना गर्न प्रयोग गरिएको संख्या	भुक्तानी रकम
6महिना वा सोभन्दा बढी 12 महिना भन्दा मुनि	6	49,770येन
12 ~ 18	12	99,540
18 ~ 24	18	149,310
24 ~ 30	24	199,080
30 ~ 36	30	248,850
36 ~ 42	36	298,620
42 ~ 48	42	348,390
48 ~ 54	48	398,160
54 ~ 60	54	447,930
60 ~	60	497,700

★ सन्दर्भः सामाजिक सुरक्षा सम्झौता

यदि तपाईलाई कम्पनीबाट पठाइयो र विदेशमा काम गर्नुहुन्छ भने, नियमको रूपमा, तपाईले आफ्नो देश र साझेदार देशको दुबै पेन्सन प्रणालीमा सदस्य हुनु पर्नेछ। त्यसको लागी, तपाईले बिमा शुल्क डबल अर्थात् दुई पटक तिर्नुपर्छ, साझेदार देशमा भुक्तानी गरिएको बिमा प्रिमियम, अपर्याप्त अवधिको कारणले गर्दा, यसले पेन्सन प्राप्त गर्न नसक्ने हुन्छ।

त्यसैले, जापानले दायाँ पट्टीको देशहरुसँग सामाजिक सुरक्षा सम्झौता गरि दोहोरो सदस्यता रोक्ने र कुल पेन्सन सदस्यता अवधिको गणना (बेलायत, दक्षिण कोरिया, चीन बाहेक) आदि गर्ने गरेको छ ।

जापान पेन्सन संस्था वेबसाइट बाट

★ सन्दर्भ: सोधपुछ स्थान

पेन्सनको बारे थप जान्न चाहनुहुन्छ भने, कृपया जापान पेन्सन संस्थाको वेबसाइट हेर्नुहोस्।
https:/www.nenkin.go.jp/

◎परामर्श डेस्क

- पेन्सन कार्यालय
- माची खादो को पेन्सन परामर्श केन्द्र
- नगरपालिका・गाउँपालिका कार्यालय

नजिकको स्थान यहाँ जाँच गर्न सक्नुहुन्छ।
https:/www.nenkin.go.jp/section/index.html

◎परामर्श फोन नम्बर

(050 बाट सुरु हुने फोन भएमा)

- रिजर्भेसन समर्पित फोन 0570−05−4890 अथवा 03-6631-7521
- पेन्सन डायल नम्बर 0570−05−1165 अथवा 03-6700-1165

पेन्सन नियमित चिठ्ठी(नेनकिन तेइकीबिन) र पेन्सन नेटको लागि सपर्पित डायल
0570−058−555 अथवा 03-6700-1144

अन्तमा

पेन्सन प्रणाली आफू र आफ्नो परिवारलाई आपतकालीन अवस्थामा मद्दत गर्ने एउटा प्रणाली हो।

बुझिन भनेर केही पनी प्रकृयाहरु नगरी बसियो भने,बुढेसकालमा वा चोटपटक लागेको अवस्था आदिमा साँच्चै अप्ठ्यारोमा परिन्छ ।

जापानमा एउटा भनाइ छ, ‘दुःख पर्दा एकआपसमा सहयोग ‘।

सबै भन्दा पहिले, आवश्यक प्रक्रियाहरू सही तरिकाले गरी, एकआपसमा सहयोग गरी सहज रुपमा समय बिताउन सक्ने समाज सङ्गै निर्माण गर्दै जाऔं ।

ध्यानपूर्वक सुनिदिनु भएकोमा धन्यवाद