

せんだいたぶんかきょうせい 仙台多文化共生センターだより

ねんきん し 年金について知ろう



にほん ねんきんせいど し
日本の年金制度について知っていますか？

こんごう にほん きほんてき ねんきんせいど きこく ひつよう てつづ ねんきん き
今号では、日本の基本的な年金制度や、帰国するときに必要な手続き、年金について気をつ
けておくことなどをお知らせします。年金の情報を正しく理解しましょう。

ねんきん 年金について

あなたが20歳から60歳までで日本に住んでい
る場合、公的年金に加入する必要があります。

公的年金は2種類あり、日本国内に住所のあるす
べての人が加入します。その人の働き方によって
加入する年金制度が決まります。

年金に加入するときや、やめるときの手続き、くわ
しい内容を知りたいときは、自分の住んでいる区
の保険年金課か、地域の年金事務所などに問い合わ
せることができます。

せんだいし かくく ほけんねんきんか れんらくさき ＜仙台市・各区保険年金課 連絡先＞

あおばく 青葉区 ほけんねんきんか 保険年金課	あおばくかみすぎ 青葉区上杉1-5-1 (022) 225-7211 (代表番号)
みやぎのく 宮城野区 ほけんねんきんか 保険年金課	みやぎのくごりん 宮城野区五輪2-12-35 (022) 291-2111 (代表番号)
わかばやし 若林区 ほけんねんきんか 保険年金課	わかばやしほしゆんいんまえちよう 若林区保春院前丁3-1 (022) 282-1111 (代表番号)
たいほくく 太白区 ほけんねんきんか 保険年金課	たいほくくながまちなみ 太白区长町南3-1-15 (022) 247-1111 (代表番号)

いづみく 泉区 ほけんねんきんか 保険年金課	いづみく いづみちゆうおう 泉区泉中央2-1-1 (022) 372-3111 (代表番号)
みやぎそうごうししよ 宮城総合支所 ほけんねんきんか 保険年金課	あおばくしもあやしあざかんのんどう 青葉区下愛子字観音堂5 (022) 392-2111 (代表番号)
あきうそうごうししよ 秋保総合支所 ほけんふくしか 保健福祉課	たいほくくあきうまちながいくろあざおおほら 太白区秋保町長袋字大原45-1 (022) 399-2111 (代表番号)

しな い ねんきんじむしょ れんらくさき ＜市内の年金事務所 連絡先＞

せんだいきたねんきんじむしょ 仙台北年金事務所 あおばく いづみく す (青葉区・泉区に住 んでいる人)	あおばくみやまち 青葉区宮町4-3-21 (022) 224-0891
せんだいひがしねんきんじむしょ 仙台東年金事務所 みやぎのく す (宮城野区に住んで いる人)	みやぎのくみやぎの 宮城野区宮城野3-4-1 (022) 257-6111
せんだいみなみねんきんじむしょ 仙台南年金事務所 わかばやし たいほくく す (若林区・太白区に住 んでいる人)	たいほくくながまちなみ 太白区长町南1-3-1 (022) 246-5111

※ 2ページ目は、年金の種類や制度についてお知
らせします。

げんご こうほうし 6言語の広報誌

にほんご えいご ちゆうごくご かんごくご ご
日本語のほかに、英語/English、中国語/中文、韓国語/한국어、ベトナム語/Tiếng Việt、ネパール語
/नेपाली があります。ホームページでも見ることができます。仙台多文化共生センターでも配っています。



公的年金制度の種類

<厚生年金>

- あなたが会社で仕事を始めたとき、会社で厚生年金に加入する手続きをします。あなたの保険料は給料から毎月自動的に引かれます。
- 会社を辞めたときは、厚生年金もやめることになるので、すぐに住んでいる区の役所に届けてください。

<国民年金>

- あなたが厚生年金に加入していないとき、国民年金に加入する必要があります。
- 毎年4月に新年度の保険料についてお知らせが郵送で届きます。保険料は分割払いや口座振替にできます。

年金に関するいろいろな制度

<脱退一時金>

保険料を6か月以上納めたけれど、年金を受け取らずに帰国するときは、2年以内に脱退一時金を受け取ることができます。請求書は、帰国前に地域の年金事務所まで受け取るか、帰国後は郵送でも請求できます。

- ※ 脱退一時金を受け取った期間は、年金に加入していないことになります。受け取りはよく考えてからにしましょう。

<https://www.nenkin.go.jp/international/japanese-system/withdrawalpayment/payment.html>

(日本年金機構・脱退一時金 14言語)

<二重加入防止のための社会保障協定>

いくつかの国と日本は年金の支払いが二重にならないように、国同士が社会保障協定を結んでいます。

協定を結んでいる国の人が一定期間、日本で働くときは、自分の国の年金のみに加入することができます。

社会保障協定国(2021年11月現在)

ドイツ、イギリス、韓国、アメリカ、ベルギー、フランス、カナダ、オーストラリア、オランダ、チェコ、スペイン、アイルランド、ブラジル、スイス、ハンガリー、インド、ルクセンブルク、フィリピン、スロバキア、中国 など



<https://www.nenkin.go.jp/service/shaho-kyotei/20141125.html>

<国民年金保険料の納付・後払い(追納)>

保険料を払わなくて良い期間(免除)、学生の期間、未払いの期間がある人は、後から支払いができる月数や金額を「ねんきんネット」上で確認することができます。



https://www.nenkin.go.jp/n_net/
(日本語のみ)

- ※ 将来受け取る年金額にも関わることなので、支払い通知書や未払いの督促状が届いたら、そのまま放っておかないでください。支払いが難しいときは、区役所か年金事務所に相談しましょう。

日本年金機構

日本語ページ

<https://www.nenkin.go.jp>



多言語ページ

<https://www.nenkin.go.jp/international/index.html>

(14言語)



- ※ 窓口では10カ国語の通訳サービス

が利用できます。

<https://www.nenkin.go.jp/international/index.files/01.pdf>



お知らせ

「**せんだい**多文化まちづくりプロジェクト」が始まりました！

みなさんの周りにも、留学生や働いている外国人が多くなったと思いませんか。私たちのまち「**せんだい**」と「**多文化**」をキーワードに、動画を紹介するプロジェクトが始まりました。

このプロジェクトでは、**せんだい**に暮らす外国人のこえ、国際交流・協力などで活躍する人や団体、SenTIAの事業を数分間の動画にまとめ「**せんだい**多文化まちづくりチャンネル」で紹介します。

現在は、2021年8月に開催した国際交流イベント「**せんだい**国際七夕祭り」、**せんだい**の国際協力団体「NPO法人アマニ・ヤ・アフリカ」の動画などを公開しています。コロナで大変な今だからこそ世界のことを考えよう、世界とつながろうというメッセージが伝わる内容です。それ以外に

も、企業で働く外国人スタッフなど、**せんだい**で活躍する外国人の姿も紹介します。

動画はときどき、追加していきます。ぜひ見てくださいね。

せんだい多文化まちづくりチャンネル

<https://tabunka.sentia-sendai.jp/>



相談員コーナー 「年金」

このコーナーでは、毎号のテーマにあわせて、相談員の経験や考えを紹介します。

学生のころ、「年金」のことは自分に関係のない話だと思っていました。ところが実際は、「年金」は自分の生活に大きく関わっていました。

私の父が亡くなったときに、私の家族は「遺族年金」を受け取っていました。遺族年金とは、国民年金や厚生年金に入っていた人が亡くなったとき、その人の収入で生活をしていた家族に対して、生活を保障する目的で払われる年金のことです。その時に私は、「年金」と言ってもいろいろな種類があり、仕事を退職してから受け取るお金だけが年金ではないのだ、と知りました。

父はいつも仕事ばかりしていましたが、亡くなってからも、遺族年金で私たちの生活を支えてくれたことに感謝しています。

私も、就職してからはずっと年金を払っています。年金の中には遺族年金のほかに、「障害年金」などの制度もあります。障害年金は、体に障害ができてしまったり、けがをして働けなくなった時に使える年金の制度です。

家族が亡くなったり、自分に障害ができてしまうことなど、これからの将来のことは、誰もわかりません。その時のために、「備える」という意味もありますので、年金をきちんと払うことは、とても大事なことです。（相談員G）

各言語版には、それぞれの相談員が「相談員コーナー」を毎号書いています。

それぞれの日本語訳はブログから確認することができます。ぜひ見てください！

せんだいたぶんかきょうせい

仙台多文化共生センター

Sendai Multicultural Center



かいしつじかん まいにち ごぜん じ ごご じ ねんまつねんし つき ふつかていど きゅうしつび のぞ
開室時間 毎日 午前9時～午後5時(年末年始、月1～2日程度の休室日を除く)

じゅうしょ せんだいしあおぼくあおばやまむぼんち せんだいこくさい かいぎどう かい
住所 〒980-0856 仙台市青葉区青葉山無番地 仙台国際センター 会議棟1階

TEL (022) 265-2471

FAX (022) 265-2472

Email tabunka@sentia-sendai.jp

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



■ 外国語相談

せいかつじょう こま もんだい がいこくご そうだん
生活上の困りごとや問題を外国語で相談できます。

つうやく でんわ でんわ
「通訳サポート電話」(022) 224-1919 に電話してください。

たいおうげんご えいご ちゅうごくご かんこくご べトナムご ねパールご たがログご タイご ポルトガルご、
スペインご ロシアご インドネシアご イタリアご フランスご ドイツご マレーご、
クメールご ミャンマーご モンゴルご シンハラご

■ そのほかのサービス

けんしゅうしつ じどうしつ こうりゅうけいじばん としよ かしだし しみんかつどう こうりゅう じょうほう
研修室、児童室、交流掲示板、図書の貸出をしています。市民活動や交流のための情報や
スペースもあります。

外国人のための専門相談会

べんごし ぎょうせいしよし せんもんか せんもんそうだんかい ていきてき ひら
弁護士や行政書士などの専門家による「専門相談会」を定期的に開いています。

せんだい く おく なに こま りよう
仙台での暮らしを送るうえで何か困ったことがあれば、ぜひ利用してください。

ひみつ まも ひとり ぶん
秘密は守ります。1人30分です。

かいさいじかん ごご じ ごご じ
開催時間はすべて、午後1時から午後4時です。

そうだんかい ひ かくにん
相談会の日にはホームページから確認できます。

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



ぎょうせいしよし
行政書士



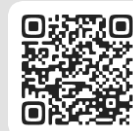
べんごし
弁護士



ろうどうきょく
労働局



しゅつにゆうこくざいりゅうかんりきょく
出入国在留管理局



ぜいりし
税理士



へんしゅう はっこう せんだいかんこうこくさいきょうかい せん てい あ こくさいかじぎょうぶ
編集・発行: 仙台観光国際協会 (SenTIA) 国際化事業部

せんだいたぶんかきょうせい せんだいし いたく う こうざい せんだいかんこうこくさいきょうかい うんえい
仙台多文化共生センターは仙台市からの委託を受け、(公財)仙台観光国際協会が運営しています。

ねん がつはっこう
2022年1月発行