



साइतामा प्रिफेक्चरको मस्कट कोबाटन

१. राष्ट्रिय पेन्सन (कोकुमिन नेन्किन)

२. कर्मचारी पेन्सन बिमा (कोसेई नेन्किन होकेन)

जापानको सार्वजनिक पेन्सन प्रणालीमा राष्ट्रिय पेन्सन (कोकुमिन नेन्किन) र कर्मचारी पेन्सन बिमा (कोसेई नेन्किन होकेन) गरी दुई प्रकार छन्। वृद्धावस्था, अपाङ्गता वा मृत्यु जस्ता अवस्थाहरूमा जीवनयापनको स्थायित्व सुनिश्चित गर्न, जापानमा बसोबास गर्ने सबै व्यक्तिहरूले पेन्सन योजनामा अनिवार्य रूपमा सहभागी हुनुपर्छ। व्यक्तिको काम गर्ने तरिका अनुसार उनीहरू कुन पेन्सन प्रणालीमा सहभागी हुने भन्ने निर्धारण गरिन्छ।

राष्ट्रिय पेन्सन भन्नेको सदस्यहरूले समान रूपमा आधारभूत पेन्सन प्राप्त गर्ने प्रणाली हो। ६५ वर्ष भन्दा माथि पुग्दा जीवनभरि प्राप्त गर्न सकिने वृद्धावस्था पेन्सन बाहेक, यदि कुनै रोग वा चोटका कारण अपाङ्गता बाँकी रह्यो भने अपाङ्गता पेन्सन प्राप्त गर्न सकिन्छ। साथै, यदि परिवारको मुख्य कमाउने व्यक्तिको मृत्यु भयो भने, बाँचिरहेका परिवारका सदस्यहरूले पारिवारिक पेन्सन प्राप्त गर्न सक्छन्।

कर्मचारी पेन्सन बिमा भन्नेको निश्चित व्यवसायिक संस्थामा कार्यरत व्यक्तिहरूका लागि अनिवार्य रूपमा समावेश गरीने प्रणाली हो। यसमा पनि राष्ट्रिय पेन्सन जस्तै वृद्धावस्था पेन्सन, अपाङ्गता पेन्सन तथा पारिवारिक पेन्सन हुन्छन्।

१. राष्ट्रिय पेन्सन (कोकुमिन नेन्किन)

राष्ट्रियता सम्बन्धी कुनै पनि सर्त नराखी, जापानमा बसोबास गर्ने २० वर्षदेखि ६० वर्ष उमेर समूहका सबै व्यक्ति राष्ट्रिय पेन्सन प्रणालीमा समावेश हुनुपर्नेछ। समावेश प्रक्रिया नगरपालिकाको राष्ट्रिय पेन्सन सम्बन्धी कार्यालयमा गर्न सकिन्छ। यदि कसैले कर्मचारी पेन्सन बिमा जस्ता योजनामा सहभागिता जनाइसकेको छ भने, उसलाई राष्ट्रिय पेन्सनमा पुनः समावेश हुन आवश्यक छैन। सामान्यतया, निश्चित समयसम्म बिमा शुल्क तिरेका व्यक्तिहरूलाई पेन्सन प्रदान गरिन्छ, जसलाई

बीमित व्यक्ति वा उनको परिवारका सदस्यहरूले प्राप्त गर्न सक्छन्। (थप जानकारीको लागि, (२) भुक्तानी अनुभाग हेर्नुहोस्।)

(१) बिमा शुल्क (होकेनर्यो)

बिमा शुल्क सबै सदस्यहरूको लागि समान हुन्छ। जापान पेन्सन सङ्गठनबाट बिमा शुल्क तिर्ने पत्र पठाइनेछ, तोकिएको समय सीमा भित्र सो रकम भुक्तान गर्नुपर्छ।

{आय कम भएको वा बिमा शुल्क तिर्न गाह्रो भएमा, बिमा शुल्क छुट दिने प्रणाली पनि उपलब्ध छ।}

(२) लाभ (क्युफु)

① निम्न आधारभूत पेन्सनहरू निश्चित सर्तहरू पूरा भएमा प्रदान गरिन्छ।

- वृद्ध आधारभूत पेन्सन : बिमा शुल्क तिर्ने अवधि कम्तीमा १० वर्ष भएमा, ६५ वर्ष पुगेपछि प्राप्त गर्न सकिन्छ।
- अपाङ्गता आधारभूत पेन्सन: राष्ट्रिय पेन्सनमा सहभागी भएको अवधिमा रोग वा चोटले गर्दा अपाङ्गता भएमा, बिमा शुल्क तिरेको वा छुटको अवधि कम्तीमा दुई तिहाई भएमा, अपाङ्गताप्रमाणीकरणको मितिमा (२० वर्षको उमेर पुगेपछि वा प्रारम्भिक चिकित्सा परीक्षण मितिबाट १ वर्ष ६ महिना पुगेपछि) निर्धारित अपाङ्गताको स्तर पूरा भएमा प्राप्त गर्न सकिन्छ।
- पारिवारिक आधारभूत पेन्सन: राष्ट्रिय पेन्सनमा सहभागी वा वृद्धावस्था पेन्सनको योग्यता अवधि पूरा गरेको व्यक्ति (तर बिमा शुल्क तिरेको वा छुट गरिएको अवधि २५ वर्ष भन्दा कम भएका बाहेक) को मृत्यु हुन्छ भने, ती व्यक्तिको आम्दानीमा निर्भर जीवन बिताउने बालबच्चा भएका जीवनसाथी (अप्रिल १, २०१४ संशोधन) वा बालबच्चालाई प्रदान गरिन्छ। (यस अवस्थामा बालबच्चा १८ वर्ष पूरा हुने आर्थिक वर्षको अन्त्यसम्म वा अपाङ्गता भएमा २० वर्षसम्म हुन सक्छ, तर विवाहित बाहेक।)

② अन्य लाभहरू:

- विधवा पेन्सन: राष्ट्रियपेन्सनको बिमा शुल्क भुक्तानी गरेको या छुट अवधि समावेश गरी १० वर्षभन्दा बढी भएको पति, वृद्धावस्था आधारभूत पेन्सन वा अपाङ्गता आधारभूत पेन्सन नलिई निधन भएमा, १० वर्षभन्दा बढी निरन्तर वैवाहिक सम्बन्धमा रहेको पत्नी लाई ६० देखि ६५ वर्ष सम्म पेन्सन प्रदान गरिन्छ।
* विधवा पेन्सन र मृत्यु एकमुष्ट भुक्तानी दुवै पाउने अवस्थामा, कुनै एक छनौट गर्नु पर्ने हुन्छ।
- मृत्यु एकमुष्ट भुक्तानी: राष्ट्रियपेन्सनको बिमा शुल्क भुक्तानी गरेको अवधि ३६ महिना भन्दा धेरै भएको व्यक्ति वृद्धावस्था पेन्सन वा अपाङ्गता पेन्सन नलिई मृत्यु भएको अवस्थामा, सँगै बस्ने उत्तराधिकारीलाई मृत्यु एकमुष्ट भुक्तानी प्रदान गरिन्छ। (मृत्यु भएको मितिको भोलिपल्टदेखि २ वर्ष बितेपछि दाबी गर्न सकिँदैन।)
*मृत्यु एकमुष्ट भुक्तानी प्राप्त गर्न योग्य उत्तराधिकारीहरू(मृत्यु भएको व्यक्तिको पति वा पत्नी, सन्तान, बुबा-आमा, नातिनातिना, हजुरबुबा-हजुरआमा, दाजुभाइ-दीदीबहिनी को क्रममा रहेको हुन्छ।)

(३) एकमुष्ट निकासी भुक्तानी (दाताई इचिजिकिन)

निम्न सबै सर्तहरू पूरा गरेका व्यक्तिले, जापान छोडी जापानमा ठेगाना हटेको मितिबाट दुई वर्ष भित्र आवेदन दिएमा भुक्तानी अवधि अनुसार एकमुष्ट निकासी भुक्तानी प्रदान गरिन्छ।

- जापानी नागरिकता नभएका व्यक्ति
- राष्ट्रिय पेन्सनको प्रथम श्रेणी बीमित व्यक्तिको रूपमा बिमा शुल्क तिरेको अवधि ६ महिनाभन्दा बढी भएका व्यक्ति
- जापानमा ठेगाना नभएको व्यक्ति
- वृद्धावस्था आधारभूत पेन्सन प्राप्त गर्ने योग्यता नभएको व्यक्ति
- पेन्सन (अपाङ्गता भत्ता समेत) प्राप्त गर्ने अधिकार कहिल्यै नभएको व्यक्ति
-

※जापानसँग पेन्सन समायोजन सम्झौता गरेको देशको पेन्सन योगदान अवधि भएको व्यक्तिले, निश्चित सर्तहरू अन्तर्गत, योगदान अवधि समायोजन गरेर जापान र सम्झौतामा संलग्न देश दुबैबाट पेन्सन प्राप्त गर्न सक्ने सम्भावना हुन्छ।

एकमुष्ट निकासी भुक्तानी (दाताई इचिजिकिन) प्राप्त गर्नका लागि निम्न प्रक्रिया पूरा गर्नुपर्छ:

- जापान छोड्नु अघि, पेन्सन कार्यालय (नेनकिन जिमुस्यो) वा नगर कार्यालयबाट एकमुष्ट भुक्तानी दाबी फारम(दाताई इचिजिकिन साइतेई सेइक्यूस्यो) प्राप्त गर्नुपर्छ।
- साधरणतया, जापान छोडेपछि एकमुष्ट भुक्तानी दाबी फारम भरि आवश्यक कागजातहरूसँगै तल दिइएको जापान पेन्सन संस्था (निहोन नेनकिन किकोउ) को मुख्यालय मा पठाउनु पर्छ।

पठाउने ठेगाना:

जापान पेन्सन संस्था मुख्यालय (निहोन नेनकिन किकोउ होनबू) (Japan Pension Service) 3-5-24 Takaido-Nishi, Suginami-ku, Tokyo 168-8505

२. कर्मचारी पेन्सन बिमा (कोसेई नेन्किन होकेन)

सामाजिक बिमा लागू हुने संस्थाहरूमा निश्चित समय र दिनभन्दा बढी काम गर्ने ७० वर्षभन्दा कम उमेरका व्यक्तिले यसमा सहभागी हुनुपर्छ।

साथै, पेन्सन लिदै पेन्सन नियम लागू हुने संस्थाहरूमा काम गर्ने ६० वर्षभन्दा माथिका व्यक्तिले, आम्दानी अनुसार पेन्सनको रकम घट्न सक्छ।

(१) बिमा शुल्क (होकेनर्यो)

बिमा शुल्क तलब (भत्ता सहितको कुल तलब)को आधारमा निर्धारण गरिएको मानक मासिक पारिश्रमिक र बोनसको आधारमा निर्धारण गरिएको मानक बोनस रकममा बिमा शुल्क दर लगाएर गणना गरिन्छ। यसको आधा रकम रोजगारदाता र आधा बीमित व्यक्तिले भुक्तानी गर्नुपर्छ। रोजगारदाताले बीमित व्यक्तिको तलब र बोनसबाट बिमा शुल्क कटौती गर्छ।

(२) बिमा लाभ (होकेन क्युफु)

- वृद्ध कर्मचारी पेन्सन (रोरेई कोसेई नेन्किन)
वृद्ध आधारभूत पेन्सन प्राप्त गर्ने योग्यता भएका व्यक्तिहरूले कर्मचारी पेन्सन मा सहभागी भएको अवधि भएमा, ६५ वर्षपछि वृद्ध आधारभूत पेन्सनमा थप रकम प्राप्त गर्न सक्छन्। (कर्मचारी पेन्सनमा १ वर्षभन्दा बढी सहभागी भएमा, जन्म मिति अनुसार ६५ वर्ष भन्दा अगाडि पनि प्राप्त गर्न सकिन्छ।)
- अपाङ्गता कर्मचारी पेन्सन (शोगाई कोसेई नेन्किन)
कर्मचारी पेन्सनमा सहभागी भएको अवधिमा रोग वा चोटपटकले गर्दा अपाङ्ग भएमा, अपाङ्गता स्तर अनुसार भुक्तानी गरिनेछ। (अपाङ्गता स्तर गम्भीर भएमा, अपाङ्गता आधारभूत को अतिरिक्त भुक्तानी गरिनेछ।)
- पारिवारिक कर्मचारी पेन्सन (इजोकु कोसेई नेन्किन)
कर्मचारी पेन्सनमा सहभागी भएको व्यक्ति वा वृद्ध आधारभूत पेन्सन प्राप्त गर्ने योग्यता पूरा गरेको व्यक्ति (तर बिमा शुल्क भुक्तानी गरेको या छुट अवधि २५ वर्षभन्दा कम भएका बाहेक) को मृत्यु भएमा, ती व्यक्तिको आम्दानीमा निर्भर जीवन बिताउने निम्नलिखित परिवारलाई प्रदान गरिन्छ। (तल उल्लेखित १ को अवस्थामा पारिवारिक आधारभूत पेन्सन पनि प्रदान गरिन्छ।)
१. बालबच्चा* भएको जीवनसाथी (पतिको हकमा मृत्युको समयमा ५५ वर्षभन्दा माथि, ६० वर्षपछि प्राप्त गर्न सकिन्छ) वा बालबच्चा *
२. बालबच्चा नभएको जीवनसाथी (पतिको हकमा मृत्युको समयमा ५५ वर्षभन्दा माथि, ६० वर्षपछि प्राप्त गर्न सकिन्छ)
३. नाति-नातिना*
४. आमाबुवा, हजुरआमाबुवा (मृत्युको समयमा ५५ वर्षभन्दा माथि, ६० वर्षपछि प्राप्त गर्न सकिन्छ)
*बालबच्चा र नातिहरू १८ वर्ष पूरा हुने आर्थिक वर्षको अन्त्यसम्म वा अपाङ्गता भएमा २० वर्षसम्म हुन सक्छ, तर विवाहित बाहेक।)

(३) एकमुष्ट निकासी भुक्तानी (दाताई इचिजिकिन)

सर्तहरू र प्रक्रियाहरू राष्ट्रिय पेन्सनको लागि जस्तै छन्, तर कर्मचारी पेन्सनको एकमुष्ट निकासी भुक्तानीमा २०.४२% आयकर कट्टी गरिनेछ।

आफ्नो देश फर्कनु अघि, कर कार्यालयमा आयकर र उपभोग करको लागि प्रबन्धक नियुक्त गर्न सकिन्छ र कर प्रबन्धकले तपाईंको तर्फबाट कर फिर्ता दाबी गर्ने प्रक्रिया पूरा गरेमा, कट्टा गरिएको आयकर फिर्ता प्राप्त गर्न सकिन्छ।

जापान पेन्सन संस्थाको वेबसाइटमा, विस्तृत पेन्सन जानकारी र सूचनाहरू जापानी भाषा बाहेक १४ अन्य भाषाहरूमा पढ्न सक्नुहुन्छ।

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

📞 परामर्श काउन्टर र सम्पर्क जानकारी:

<परामर्श काउन्टर रिसेप्शन समय>

सोमबार 8:30~19:00 ※सोमबार सार्वजनिक बिदा पर्यो

भने, हप्ताको पहिलो खुल्ने दिन

मंगलबार देखि शुक्रबार 8:30~17:15

दोस्रो शनिबार 9:30~16:00

साइतामा प्रिफेक्चर विदेशीका लागि जीवनयापन गाइड

नाम	फोन नम्बर	ठेगाना
उरावा पेन्सन कार्यालय	048-831-1638	5-5-1 Kitaurawa, Urawa-ku, Saitama-shi
उरावा पेन्सन कार्यालय कावागुची शाखा कार्यालय	048-227-2362	Kawaguchi Center Building, 13th Floor 4-1-8 Honcho, Kawaguchi-shi
ओमिया पेन्सन कार्यालय	048-652-3399	4-19-9 Miyaharacho, Kita-ku, Saitama-shi
कुमागाया पेन्सन कार्यालय	048-522-5012	1-93 Sakuragicho, Kumagaya-shi
कुमागाया पेन्सन कार्यालय काजो शाखा कार्यालय	0480-62-8061	Kazo City Office 2nd Floor, 2-1-1 Mimata, Kazo-shi
कावागोए पेन्सन कार्यालय	049-242-2657	U-PLACE, 5th Floor 8-1 Wakitahoncho, Kawagoe-shi
तोकोरोजावा पेन्सन कार्यालय	04-2998-0170	1152-1 Kamiyasumatsu, Tokorozawa-shi
कासुकाबे पेन्सन कार्यालय	048-737-7112	Kasukabe Central Building, 4th & 6th Floor 1-52-1 Chuo, Kasukabe-shi
कोशिगाया पेन्सन कार्यालय	048-960-1190	Koshigaya Twin City, B City, 3rd Floor 16-1 Yayoicho, Koshigaya-shi
चिचिबु पेन्सन कार्यालय	0494-27-6560	13-28 Uenomachi, Chichibu-shi

*शाखा कार्यालयहरूमा हप्ताको सुरुवाती दिनमा लामो समय सम्मको परामर्श र दोस्रो शनिबार खुल्ला रहने परामर्श सेवा उपलब्ध छैन।

पेन्सन सम्बन्धी परामर्श वा प्रक्रिया पूरा गर्नुपरेमा, कृपया अग्रिम रूपमा बुकिङ गर्नुपर्नेछ।

☎ बुकिङको लागि सम्पर्क नम्बर: 0570-05-4890 सोमबार-शुक्रबार (कार्यालय दिन) 8:30-17:15