ဂျပန်အမျိုးသားပင်စင်စနစ် ミャンマー語 / မြန်မာဘာသာ

၁။ အမျိုးသားပင်စင်စနစ်နှင့် အခြားသောပြည်သူ့ပင်စနစ် ၏အကျဉ်းချုပ်

(က) ဂျပန်နိုင်ငံတွင်နေထိုင်သော အသက်၂၀မှ၆၀နှစ်အတွင်း နိုင်ငံခြားသားများအပါအဝင် ဥပဒေအရအမျိုးသားပင်စင်စနစ်နှင့်အကျုံးဝင်ပြီး အာမခံကြေးများပေးရမည်။

(ခ) ပြည်သူ့ပင်စင်စနစ်(အမျိုးသားပင်စင်စနစ်အပါအဝင်) သည် လူ့အဖွဲ့အစည်းအသီးသီးပေါင်းစည်းပြီး မိသားစုဝင်များအား နည်းလမ်းအရထောက်ပံ့ရန် ရည်ရွယ်သည်။

(ဂ) ပြည်သူ့ပင်စင်စနစ်သည်ကပြည့်ပင်စင်အပြင် မမျှော်လင့်သော အခက်အခဲဖြစ်သည့်အခါ ထောက်ပံ့သည့် မသန်စွမ်းပင်စင်နှင့်ကျန်ရစ်သူမိသားစုပင်စင်လည်းရှိ၏။

(ဃ) အမျိုးသားပင်စင်မှာမူ လက်ခံရရှိမည့်ပင်စင်၏ တစ်စိတ်တစ်ပိုင်းကို ဂျပန်နိုင်ငံအစိုးရမှ ထောက်ပံ့ပေးသည်။

(င) ပြည်သူ့ပင်စင်တွင်ပေးဆောင်ထားသော အာမခံကြေးအားလုံးသည် လူမှုဖူလုံရေးအာမခံကြေးနှုတ်ယူခြင်းတွင် အကျုံးဝင်သည်။

၂။ အမျိုးသားပင်စင်ဝင်နိုင်သနှင့် လျှောက်ပုံလျှောက်နည်း

အမျိုးသားပင်စင်ဝင်နိုင်သူ အမျိုးအစားသုံးမျိုးနှင့် လျှောက်ပုံလျှောက်နည်းမှာ အောက်ပါအတိုင်းဖြစ်သည်။

(၁) ပင်စင်အမျိုးအစားတစ် အာမခံထားသူ

ဂျပန်နိုင်ငံတွင်နေထိုင်သူ အသက် ၂၀ မှ ၆၀ နှစ်အတွင်းဖြစ်၍ အောက်ပါပင်စင်အမျိုးအစားနှစ်နှင့်သုံးတွင် အကျုံးမဝင်သူ။

→ ပင်စင်အမျိုးအစားတစ်တွင်အကျုံးဝင်သည့် နိုင်ငံခြားသားများသည် နေထိုင်သောမြို့နယ်၏အုပ်ချုပ်ရေးရုံး၌ နေထိုင်ကြောင်းလျှောက်ပြီး၊ ထိုအုပ်ချုပ်ရေးရုံး၏ အမျိုးသားပင်စင်နေရာတွင် စာရင်းသွင်းမှတ်ပုံတင်ပါ။

→ အာမခံကြေးများကို ဂျပန်ပင်စင်ရုံးချုပ်မှ ပို့ပေးသောအကြောင်းကြားစာအတိုင်း ပေးဆောင်ပါ။ ("နံပါတ် ၄ လစဉ်အာမခံကြေးများ" တွင်ကြည့်ပါ)

မှတ်ချက်။ ဆေးဝါးကုသခွင့်ဗီဇာသို့မဟုတ် ရက်ရှည်အလည်အပတ်ဗီဇာဖြင့် ဝင်ရောက်လာသော နိုင်ငံခြားသားများ မပါဝင်ပါ။

(၂) ပင်စင်အမျိုးအစားနှစ် အာမခံထားသူ

ကုမဏီ နှင့် စက်ရုံများတွင် အလုပ်လုပ်သူဖြစ်၍ အလုပ်သမားပင်စင်အာမခံ ထားရှိသောသူ။

→ ပင်စင်ဝင်ခြင်းကို အလုပ်ရှင်မှ တာဝန်ယူလုပ်ဆောင်ပေးမည်ဖြစ်သည်။ အသေးစိတ်ကို အလုပ်ရှင်ထံ မေးမြန်းပါ။

→ အာမခံကြေးများကို လစာမှနှုတ်ယူပြီး၊ အလုပ်ရှင်မှ ပေးဆောင်ပေးမည်။

(၃) ပင်စင်အမျိုးအစားသုံး အာမခံထားသူ

ပင်စင်အမျိုးအစားနှစ် အာမခံထားသူ၏မှီခိုသူဖြစ်၍ အသက် ၂၀မှ၅၉နှစ်အတွင်းရှိ ဂျပန်နိုင်ငံအတွင်းနေထိုင်သော အိမ်ထောင်ဖက်ဖြစ်ပါက ပင်စင်အမျိုးအစားသုံးတွင်ပါဝင်မည်။

→ ပင်စင်ဝင်ခြင်းကို အမျိုးအစားနှစ်အာမခံထားသူ ခင်ပွန်း/ဇနီး အလုပ်လုပ်သောလုပ်ငန်းခွင်၏ အလုပ်ရှင်ကဆောင်ရွက်ပေးမည်။ အသေးစိတ်ကို အလုပ်ရှင်ထံစုံစမ်းပါ။

→ အာမခံကြေးပေးဆောင်ရန် မလိုအပ်ပါ။ ပင်စင်အမျိုးအစားနှစ် အာမခံထားသူမှ အားလုံးကိုပေးဆောင်မည်ဖြစ်သည်။

→ သင်သည် ဂျပန်နိုင်ငံမှ ခေတ္တထွက်ခွါသွားခဲ့ပါက ပင်စင်အမျိုးအစားသုံး အာမခံထားသူတွင် ပါဝင်မည့်သူ ဖြစ်မည်။

၃။ ပင်စင်လက်စွဲစာအုပ်

ပင်စင်လျှောက်ခြင်းပြီးဆုံးပါက ပင်စင်လက်စွဲစာအုပ်ကိုလက်ခံရရှိမည်။ ထိုပင်စင်စာအုပ်သည် ပင်စင်ကိုလက်ခံရယူသောအခါနှင့် စုံစမ်းမေးမြန်းသောအခါများတွင် သက်သေခံလက်မှတ်အဖြစ် အလွန်အရေးကြီးသည်။ ဘဝတစ်လျှောက်သုံးစွဲရမည်ဖြစ်၍ လုံခြုံစိတ်ချမည့်နေရာတွင်သိမ်းဆည်းထားပါ။ ပင်စင်လက်စွဲစာအုပ်ပျောက်ဆုံး ပျက်စီးခဲ့လျှင်၊ ပင်စင်အမျိုးအစားတစ် အာမခံထားသူသည် ပင်စင်ရုံး (သို့) မြို့နယ်အုပ်ချုပ်ရေးရုံး၌လည်း ကောင်း၊ ပင်စင်အမျိုးအစားနှစ် အာမခံထားသူသည် ပင်စင်ရုံး (သို့) အလုပ်ရှင်မှတစ်ဆင့်လည်းကောင်း၊ ပင်စင်အမျိုးအစားသုံး အာမခထားသူသည် ခင်ပွန်း/ဇနီး၏ အလုပ်ရှင်မှတစ်ဆင့်လည်ကောင်း၊ ပြန်လည်ထုတ်ပေးရန် လျှောက်ပါ။

၄။ လစဉ်အာမခံကြေးများ

2020ခုနှစ်ဧပြီလ မှ 2021ခုနှစ်မတ်လအထိ အမျိုးသားပင်စင်အာမခံကြေးသည်လစဉ် 16,540 ယန်း ဖြစ်သည်။ လစဉ်အာမခံကြေးများကို နောက်လကုန် နောက်ဆုံးထားပေးပါ။

အာမခံကြေးများကို ဘဏ်စသည့် ဘဏ္ဍာရေးဆိုင်ရာအဖွဲ့အစည်းများ၊ စာတိုက်များနှင့် အချိန်မရွေးဝယ်ယူနိုင်သောဆိုင်များတွင် ငွေသားဖြင့်ပေးဆောင် နိုင်သည့်အပြင် ဘဏ်မှလစဉ်ဖြတ်တောက်ခြင်း၊ အင်တာနက်ဖြင့်ငွေပေးဆောင်ခြင်းများလည်း ရှိသည်။

ထို့ပြင် လာမည့်လများအတွက်ကြိုတင်ပေးဆောင်ပါက အာမခံကြေးသက်သာမည့်စနစ်လည်းရှိသည်။ ကြိုတင်အာမခံကြေးကိုဘဏ်မှဖြတ်တောက်ခြင်း သည် ငွေသားဖြင့်ကြိုတင်ပေးဆောင်ရခြင်းထက် ပို၍ပို၍သက်သာသည်။

၅။ အာမခံကြေးများပေးရန် အခက်အခဲရှိပါက (ကင်းလွတ်ခွင့်စနစ်)

ဝင်ငွေနည်းခြင်းစသည့် အကြောင်းကြောင့်အာမခံကြေးပေးဆောင်ရန် အခက်အခဲ ရှိပါက မြို့နယ်အုပ်ချုပ်ရေးရုံး၌ အာမခံကြေးကင်းလွတ်ခွင့်ကို လျှောက်ထားပါ။ ပင်စင်ရုံးတွင် ယခင်နှစ်ဝင်ငွေစသည်တို့ကိုစစ်ဆေးပြီး မှန်ကန်ပါက အာမခံကြေး အပြည့်အဝ (သို့မဟုတ်) တစ်စိတ်တစ်ပိုင်း ကင်းလွတ်ခွင့်ရရှိမည်။ အာမခံကြေးကင်းလွတ်ခွင့်အမျိုးအစား၊ ပေးဆောင်ရန်အာမခံကြေးနှင့် အာမခံကြေး ကိုအပြည့်အဝပေးဆောင်ခဲ့သည့်အခါများနှင့် နှိုင်းယှဉ်ကာ ကင်းလွတ်ခွင့် ကာလနှင့် သက်ဆိုင်သော သက်ပြည့်အခြေခံပင်စင်ငွေမှာညာဘက်ဇယားအတိုင်းဖြစ်သည်။

ကင်းလွတ်ခွင့်အမျိုးအစား	အာမခံကြေး	သက်ပြည့်အခြေခံပင်စင်
အပြည့်အဝကင်းလွတ်ခွင့်	သုညယန်း	8 ပုံ 4 ပုံ
၄ ပုံ ၁ ပုံ ပေးဆောင်ခြင်း (၄ ပုံ ၃ ပုံ ကင်းလွတ်ခွင့်)	4,140 ယန်း	8 ပုံ 5 ပုံ
၂ ပုံ ၁ ပုံ ပေးဆောင်ခြင်း (၂ ပုံ ၃ ပုံ ကင်းလွတ်ခွင့်)	8,270 ယန်း	8 ပုံ 6 ပုံ
၄ ပုံ ၁ ပုံ ပေးဆောင်ခြင်း (၄ ပုံ ၃ ပုံ ကင်းလွတ်ခွင့်)	12,410 ယန်း	8 ပုံ 7 ပုံ
ဝင်ငွေနည်းသူများအတွက် အာမခံကြေးရွှေ့ဆိုင်းခြင်းစနစ်	သုည ယန်း	သုည
ကျောင်းသားများအတွက် အထူးပေးဆောင်ခြင်းစနစ်	သုည ယန်း	သုည

[သတိပြုရန်]

(၁) ၄ ပုံ ၁ ပုံ ၊ ၂ ပုံ ၁ ပုံ နှင့် ၄ ပုံ ၃ ပုံ အာမခံကြေးပေးဆောင်ခြင်း၏ တစ်စိတ်တစ်ပိုင်း ကို ပျက်ကွက်ခဲ့ပါက၊ တစ်စိတ်တစ်ပိုင်းကင်းလွတ်ခွင့် အာမခံကြေးစနစ်သည် အကျုံးမဝင်တော့ဘဲ၊ ပေးဆောင်ရန်ပျက်ကွက်မှု အဖြစ်သတ်မှတ်မည်။ ထို့အတွက် ရေ့ရေးသက်ပြည့်အခြေခံပင်စင် တွက်ချက်ခြင်းများတွင် မပါဝင်သည့်အပြင် မသန်စွမ်းပင်စင်စသည့် ကျန်ရစ်သူပင်စင်တို့ကိုလည်း လက်ခံရရှိမည်မဟုတ်ပါ။

(၂) အာမခံကြေးရွှေ့ဆိုင်းခြင်းစနစ်သည် အသက် ၅၀နှစ် (#) အောက်ဖြစ်ပါက လျှောက်ထားနိုင်သည်။(#) 2016ခုနှစ် ဇွန်လမတိုင်မီ အသက် ၃၀ နှစ် မပြည့်ခင်ကာလ အတွင်းသာအကျုံးဝင်သည်။

(၃) ကျောင်းသားများအတွက် အထူးပေးဆောင်ခြင်းစနစ်ကို ကျောင်းသားများကလျှောက်ထားနိုင်သည်။ သို့သော် နိုင်ငံခြားအခြေခံဂျပန်ကျောင်းခွဲများနှင့်ဝင်ခွင့်များ အတွက် အချိန်တိုကာလသင်ကြားသောကျောင်းသားများနှင့် မသက်ဆိုင်ပါ။

၆။ အာမခံကြေးကင်းလွတ်ခွင့်ကာလများအတွက် ပြန်လည်ပေးဆပ်ခြင်း

ယခင်နှစ်များတွင် အပြည့်အဝ (သို့မဟုတ်) တစ်စိတ်တစ်ပိုင်း အာမခံကြေး ကင်းလွတ်ခွင့်ကာလများရှိခဲ့ပါက၊ ထို အာမခံကြေးများကို ၁၀နှစ်အတွင်း ပြန်လည်ပေးဆပ်နိုင်သည်။ ကင်းလွတ်ခဲ့သောအာမခံကြေးများကို ပြန်လည်ပေးဆပ်ပြီးပါ။ သက်ပြည့်အခြေခံပင်စင်တွက်ချက်ခြင်းသည် အာမခံကြေး အပြည့်အဝပေးဆောင်ခြင်းနှင့်တူညီသည်။ သို့သော် ကင်းလွတ်ခွင့်ပြုသည့်နှစ်၏ နောက်နှစ်မှ စတင်ရေတွက်၍ ၃ နှစ်တာ နောက်ပိုင်းပြန်လည်ပေးဆပ်ပါက၊ ယခင်နှစ်များ၏ အာမခံကြေးအပေါ် သတ်မှတ်ထားသော ကျသင့်ငွေကို တိုး၍တောင်းခံမည်ဖြစ်သည်။

၇။ အမျိုးသားပင်စင်စနစ်မှ ပေးအပ်မည့် ပင်စင်ပမာဏ

(၁) သက်ပြည့် အခြေခံပင်စင်

အမျိုးသားပင်စင် အာမခံကြေးများကို ၁၀ နှစ်ကျော် ပေးဆောင်ခဲ့ခြင်းစသည့်အခြေအနေများနှင့် ပြည့်စုံပါက၊ အသက် ၆၅ နှစ်မှစ၍ ပေးအပ်မည်ဖြစ်သည်။ *1

★ ပင်စင်ပမာဏ = 781,700 ယန်း (နှစ် ၄၀ ကြာ အာမခံကြေးပေးဆောင်ခဲ့သူအတွက် 2020ခုနှစ်၏ တစ်နှစ်စာငွေပမာဏ)

(၂) မသန်စွမ်း အခြေခံပင်စင်

အမျိုးသားပင်စင်ဝင်ထားသောအချိန်တွင် နာမကျန်းဖြစ်ခြင်း၊ ထိခိုက်ဒဏ်ရာရခြင်းတို့ကြောင့်ဖြစ်သည့် မသန်စွမ်းမှု ပထမအဆင့် (သို့မဟုတ်) ဒုတိယအဆင့်နှင့်ကိုက်ညီသောမသန်စွမ်းမှုဖြစ်ပါက မသန်စွမ်း အခြေခံပင်စင်ကို ပေးအပ်မည်ဖြစ်သည်။ *2

★ ပင်စင်ပမာဏ = 977,125 ယန်း (ပထမအဆင့် မသန်စွမ်းမှုအတွက် 2020 ခုနှစ်၏ တစ်နှစ်စာငွေပမာဏ)

ပင်စင်ပမာဏ = 781,700 ယန်း (ဒုတိယအဆင့် မသန်စွမ်းမှုအတွက် 2020 ခုနှစ်၏ တစ်နှစ်စာငွေပမာဏ)

(၃) ကျန်ရစ်သူ အခြေခံပင်စင်

အမျိုးသားပင်စင်ဝင်ထားသောအချိန်တွင် အာမခံထားသူသေဆုံးပါက မှီခိုသူခင်ပွန်း/ဇနီး (သို့) မှီခိုသူသား/သမီးထံ ကျန်ရစ်သူ အခြေခံပင်စင်ကို ပေးအပ်မည်ဖြစ်သည်။ *2

★ ပင်စင်ပမာဏ = 1,006,600 ယန်း (သား/သမီးတစ်ယောက်ရှိသည့် ခင်ပွန်း/ဇနီးအတွက် 2020 ခုနှစ်၏ တစ်နှစ်စာငွေပမာဏ)

*1 အသက် ၆၅ နှစ်မတိုင်မီအထိ ဂျပန်နိုင်ငံသားအဖြစ်ခံယူထားသူ အမြဲတမ်းနေထိုင်ခွင့်ရရှိထားသူတို့၏နိုင်ငံခြားနေထိုင်ခွင့်ကာလအတွင်း ၁၉၆၁ခုနှစ် ဧပြီလ၁ ရက်နေ့ မှ ဂျပန်နိုင်ငံသားမဖြစ်ခင်နေ့အထိ အသက်၂၀မှ၆၀နှစ်ကြားကာလသည်၁၀နှစ်တာ၏ပေးအပ်မှုကာလမှာအကျုံးဝင်၍ ဖြည့်ဆည်းကာလဟုခေါ်သည်။ ဖြည့်ဆည်းကာလဆိုသည်မှာသက်ပြည့်ပင်စင်၏လိုအပ်သောကာလကိုပြည့်စုံခြင်းရှိမရှိ ကြည့်သောအချိန်တွင်ထည့်တွက်ပေးသော်လည်း သက်ပြည့်ပင်စင်ပင်စင်ပမာဏတွင် မထည့်တွက်။

*2 မသန်စွမ်းအခြေခံပင်စင်နှင့် ကျန်ရစ်သူအခြေခံပင်စင် တို့တွင် သတ်မှတ်ထားသောအာမခံကြေးပေးဆောင်ရမည်ဖြစ်ပြီး၊ ပေးဆောင်ခြင်းမရှိပါက လက်ခံရရှိမည်မဟုတ်ပါ။ အသေးစိတ်သိလိုပါက မေးမြန်းနိုင်ပါသည်။ (" နံပါတ် ၁၀ အမျိုးသားပင်စင်အတွက် ဆက်သွယ်ရန် " တွင်ကြည့်ပါ)

၈။ နိုင်ငံခြားသားများအတွက် နှုတ်ထွက်ပင်စင်ပုတ်ပြတ် ပေးအပ်ငွေ

အမျိုးသားပင်စင် ပေးဆောင်ခြင်းပြီးဆုံးသောကာလ (အမျိုးအစား နှစ် နှင့် သုံး အာမခံသည့်ကာလများ မပါဝင်ပါ) စသည်၏ စုစုပေါင်း၆လကျော်ရှိပြီး သက်ပြည့်အခြေခံပင်စင် လက်ခံရမည့်ကာလ မပြည့်သေးသော နိုင်ငံခြားသားများသည်၊ ဂျပန်ပြည်တွင်းလိပ်စာမရှိသည့်နေ့မှ ၂နှစ်အတွင်း နှုတ်ထွက်ပင်စင် ပုတ်ပြတ်ပေးအပ်ငွေကို လျှောက်ထားနိုင်သည်။

နှုတ်ထွက်ပင်စင်ပုတ်ပြတ်ပေးအပ်ငွေပမာဏမှာ အာမခံကြေးပေးဆောင်သည့်လအရေအတွက်ပေါ်မူတည်ကာညာဘက်ဇယားအတိုင်းဖြစ်သည်။ (နောက်ဆုံးပေးဆောင်ခြင်းသည် 2020ခုနှစ်ဖြစ်လျှင်)

*အာမခံကြေးပေးဆောင်ခြင်း ပြီးဆုံးသောကာလစုစုပေါင်းကို အောက်ပါအတိုင်းတွက်ချက်မည်။ အပြည့်အဝပေးဆောင်ပြီးသော လအရေအတွက် +(၄ ပုံ ၁ ပုံ ပေးဆောင်ပြီးသော လအရေအတွက်) x ၁/၄ +(တစ်ဝက်ပေးဆောင်ပြီးသော လအရေအတွက်) x ၁/၂ + (၄ ပုံ ၃ ပုံ ပေးဆောင်ပြီးသော လအရေအတွက်) x ၃/၄

အာမခံကြေးပေးဆောင်သော လ စုစုပေါင်း	နှုတ်ထွက်ပင်စင်ပုတ်ပြတ် ပေးအပ်ငွေ
၆ လ မှ ၁၁ လ အတွင်း	49,620 ယန်း
၁၂ လ မှ ၁၇ လ အတွင်း	99,240 ယန်း
၁၈ လ မှ ၂၃ လ အတွင်း	148,860 ယန်း
၂၄ လ မှ ၂၉ လ အတွင်း	198,480 ယန်း
၃၀ လ မှ ၃၅ လ အတွင်း	248,100 ယန်း
၃၆ လ နှင့် အထက်	297,720 ယန်း

[ပေးအပ်ရန်တောင်းဆိုသော လျှောက်ပုံလျှောက်နည်း]

(၁) မြို့နယ်အုပ်ချုပ်ရေးရုံး၌ ဂျပန်နိုင်ငံတွင် ဆက်လက်နေထိုင်ခြင်းမရှိတော့ကြောင်းလျှောက်ထားသည့်အခါတွင် အမျိုးသားပင်စင်စနစ် ရုတ်သိမ်းခြင်းကိုပါ တစ်ပါတည်း လျှောက်ထားပါ။ လျှောက်ထားရန်ပုံစံကို မြို့နယ်အုပ်ချုပ်ရေးရုံး ပင်စင်ရုံးများနှင့် ဂျပန်ပင်စင် ရုံးချုပ်ဝဘ်ဆိုဒ်များတွင် ထုတ်ယူနိုင်ပါသည်။ (https://www.nenkin.go.jp/international/index.html)

(၂) လျှောက်လွှာတင်သည့်အခါ လျှောက်လွှာတွင်ရေးထားသောသတိပြုရန်အချက်များကို သေချာစွာဖတ်ရှုပြီးမှ လိုအပ်သောအချက်အလက်များကို ဖြည့်သွင်း၍ ထိုလိပ်စာအတိုင်း လေကြောင်းမှပို့ပေးပါ။ 〒168-8505 Japan Pension Service, 3-5-24, Takaido-nishi, Suginami-ku, Tokyo, Japan

*နှုတ်ထွက်ပင်စင်ပုတ်ပြတ်ပေးအပ်ငွေကိုလက်ခံယူပါက ထိုပေးအပ်ငွေအကျုံးဝင်သောကာလသည် အာမခံကြေးပေးဆောင်ပြီးသည့်ကာလ မဖြစ်ကြောင်းကိုသတိပြုပါ။

၉။ လူမှုလုံခြုံရေး သဘောတူညီချက်

ဂျပန်နိုင်ငံနှင့် နှစ်နိုင်ငံအကြား ပင်စင်စနစ်၂မျိုး ပြိုင်တူဝင်ချင်းကို ကာကွယ်ရန်နှင့်အတူ၊ နိုင်ငံခြား၏ပင်စင်စနစ်ဝင်သည့်ကာလကိုထည့်သွင်း၍ ပင်စင် ရယူနိုင်အောင် သဘောတူညီချက်ထားရှိသောနိုင်ငံများရှိသည်။ အသေးစိတ်သိလိုပါက ဂျပန်ပင်စင်ရုံးချုပ်ဝဘ်ဆိုဒ်ကို ကြည့်ရှုပါ။(https://www.nenkin.go.jp/international/index.html)

၁၀။ အမျိုးသားပင်စင်အတွက် ဆက်သွယ်ရန်

အမျိုးသားပင်စင် နှင့်ပတ်သက်၍ အသေးစိတ်သိရှိလိုပါက ပင်စင်လက်စွဲစာအုပ်ဖြင့် မြို့နယ်အုပ်ချုပ်ရေးရုံးနှင့် ပင်စင်ရုံးများတွင် မေးနိုင်ပါသည်။ ပင်စင်ရုံးများစာရင်းကို ဝဘ်ဆိုဒ်တွင် ဝင်ရောက်ကြည့်ရှုနိုင်ပါသည်။ (https://www.nenkin.go.jp/international/index.html)

ပင်စင်နှင့်ပတ်သက်၍ ဆွေးနွေးရန် " NENKIN Dial " သို့ ဖုန်းဖြင့်မေးနိုင်ပါသည်။ ဖုန်းခေါ်ချိန်တွင် ပင်စင်လက်စွဲစာအုပ်(အခြေခံပင်စင်နံပါတ်)ကိုအဆင်သင့်ထားရှိပေးပါ။ ပြည်တွင်းမှခေါ်ဆိုရန် " NENKIN Dial " : 0570-05-1165 (ပြည်တွင်းခေါ်ဆိုနှုန်း)။ ပြည်ပမှခေါ်ဆိုရန် " NENKIN Dial " : +81-3-6700-1165 (ပြည်ပခေါ်ဆိုနှုန်း)

日本年金機構
Japan Pension Service

2004 1016 070