



# Tsukuba!

No. 6

กันยายน 2025

ภาษาไทย

## หัวข้อ: เกี่ยวกับระบบเงินบำนาญ

【年金制度について】

※ คิวอาร์โค้ดหรือบาร์โค้ดสองมิติทั้งหมดที่อยู่ในคำแนะนำเหล่านี้ จะลิงก์ไปยังหน้าเว็บไซต์ภาษาญี่ปุ่น ถ้าต้องการดูเป็นภาษาอื่น ๆ ให้กดเลือกฟังก์ชันแปลภาษาอัตโนมัติ

ระบบบำนาญของรัฐ ประกอบด้วยระบบบำนาญแห่งชาติ สำหรับทุกคนที่มีอายุระหว่าง 20 ปี แต่ไม่ถึง 60 ปี จำเป็นต้องเข้าร่วม และเงินบำนาญถูกจ้างสำหรับพนักงานบริษัทและข้าราชการทุกคนจำเป็นต้องเข้าร่วม

### เงินบำนาญของรัฐบาล

1. บุคคลที่อาศัยอยู่ในประเทศญี่ปุ่นมีอายุตั้งแต่ 20 ปี แต่ไม่ถึง 60 ปี รวมถึงชาวต่างชาติ ทุกคนจำเป็นต้องลงทะเบียนเข้าระบบเงินบำนาญของรัฐและมีหน้าที่ชำระเบี้ยประกันตามกฎหมาย
2. เงินบำนาญของรัฐ เป็นระบบโครงสร้างช่วยเหลือซึ่งกันและกันทางสังคมให้กับประชาชนรุ่นต่อรุ่น
3. เงินบำนาญของรัฐ ไม่ได้จ่ายแค่เงินบำนาญผู้ชราภาพเท่านั้น ยังรวมถึงการจ่ายเงินบำนาญผู้ทุพพลภาพและเงินบำนาญมรดกอีกด้วย
4. เบี้ยประกันเงินบำนาญของรัฐที่จ่ายไปแล้ว สามารถนำไปหักลดหย่อนเบี้ยประกันสังคมได้ทั้งหมด

เอกสารประชาสัมพันธ์ฉบับนี้ จะมุ่งเน้นอธิบายเกี่ยวกับระบบบำนาญแห่งชาติเป็นหลัก

### เงินบำนาญแห่งชาติ (Kokumin Nenkin)

1. รัฐบาลจะช่วยจ่ายเงินสมทบบางส่วนให้แก่เงินบำนาญแห่งชาติที่จะได้รับ
2. ผู้รับประกันเงินบำนาญจะต้องชำระเบี้ยประกันบำนาญแห่งชาติเต็มจำนวน
3. หากประสบปัญหาทางการเงิน สามารถยื่นคำร้องขอขเว้นหรือขอผ่อนผันชำระเบี้ยประกันได้

#### ● วิธีการสมัคร

ผู้ที่มีอายุย่างเข้าสู่ 20 ปีขึ้นไปแล้ว กรุณาสมัครเข้าร่วมระบบเงินบำนาญแห่งชาติที่แผนกเงินบำนาญคำรักษาพยาบาล ผู้ที่อายุต่ำกว่า 20 ปี หลังจากอายุครบ 20 ปีแล้ว จะได้รับจดหมายแจ้งกับใบชำระเบี้ยประกันทางไปรษณีย์จากสำนักงานเงินบำนาญเพื่อแจ้งให้สมัครเข้าร่วม หากไม่ได้รับ โปรดติดต่อสำนักงานเงินบำนาญ

#### ● วิธีชำระเบี้ยประกันเงินบำนาญแห่งชาติ

จะได้รับใบชำระเบี้ยประกันทางไปรษณีย์ กรุณาชำระเบี้ยประกันเงินบำนาญแต่ละเดือนภายในวันสุดท้ายของเดือนถัดไป และสามารถชำระเป็นเงินสดได้ที่ธนาคาร ที่ทำการไปรษณีย์ หรือร้านสะดวกซื้อ ฯลฯ นอกจากนี้ ยังสามารถชำระผ่าน การหักบัญชีอัตโนมัติ บัตรเครดิต อินเทอร์เน็ตแบงก์กิ้ง เป็นต้น

#### ● สิทธิประโยชน์ที่ได้รับจากเงินบำนาญแห่งชาติ

**เงินบำนาญผู้ชราภาพ:** โดยทั่วไป เงินบำนาญนี้จะจ่ายให้กับผู้ที่มีอายุตั้งแต่ 65 ปีขึ้นไปและเป็นผู้ที่มีคุณสมบัติตรงตามเงื่อนไข เช่น ผู้ที่ชำระเบี้ยประกันบำนาญแห่งชาติ 10 ปีขึ้นไป สำหรับข้อมูลเกี่ยวกับสิทธิประโยชน์อื่นๆ โปรดตรวจสอบเพิ่มเติมทางเว็บไซต์



<https://www.nenkin.go.jp/service/jukyu/seido/index.html>

## กรณีประสบปัญหาชำระเงินบำนาญ

หากประสบปัญหาทางการเงินในการชำระเงินบำนาญ สามารถยื่นคำร้องเพื่อขอผ่อนผัน (Yuyo) หรือ ขอยกเว้น (Menjo) ได้

อย่าลืมยื่นคำร้อง หากปล่อยทิ้งไว้โดยไม่ได้ชำระเบี้ยประกันเงินบำนาญแห่งชาติ เมื่อชราภาพจะไม่ได้รับเงินบำนาญและส่งผลกระทบต่อการสมัครขอรับเงินบำนาญผู้ทุพพลภาพ อย่างไรก็ตาม การค้างจ่ายเงินบำนาญหรือขอยกเว้น (จ่ายบางส่วนหรือทั้งหมด) อาจส่งผลกระทบต่อการพิจารณาการขออนุญาตพำนักอาศัยในญี่ปุ่น

### 【เมื่อคำร้องขอผ่อนผันหรือขอยกเว้นได้รับการอนุมัติ】

ไม่ต้องชำระเบี้ยประกันเงินบำนาญเต็มจำนวนในช่วงระยะเวลาขอผ่อนผันหรือขอยกเว้น

### 【สิ่งที่ควรระวัง】

อาจส่งผลกระทบต่อการได้รับสิทธิประโยชน์ต่าง ๆ เช่น เงินบำนาญผู้ชราภาพและเงินบำนาญผู้ทุพพลภาพ รวมไปถึงการพิจารณาขออนุญาตพำนักอาศัยในญี่ปุ่น



[https://www.nenkin.go.jp/service/kokunen/menjo/20150428.html#cmsse\\_tsume](https://www.nenkin.go.jp/service/kokunen/menjo/20150428.html#cmsse_tsume)

## 1. สำหรับนักศึกษา

หากรายได้ส่วนบุคคลในปีที่ผ่านมาต่ำกว่าจำนวนเงินที่กำหนดไว้ สามารถยื่นคำร้อง “ ยกเว้นการชำระเบี้ยประกันนักศึกษา (Gakusei Nofu Tokurei) ” หากผ่านการอนุมัติแล้ว จะสามารถ “ ผ่อนผัน ” ชำระเบี้ยประกันเงินบำนาญ

### ● ช่วงเวลาที่สามารถยื่นคำร้องได้

ภายใน 1 ปีงบประมาณที่ได้รับยกเว้นชำระเบี้ยประกันสำหรับนักศึกษา จะเริ่มต้นตั้งแต่เดือนเมษายนและสิ้นสุดภายในเดือนมีนาคมของปีถัดไป เป็นระยะเวลา 1 ปี

#### - สำหรับปีงบประมาณปัจจุบัน

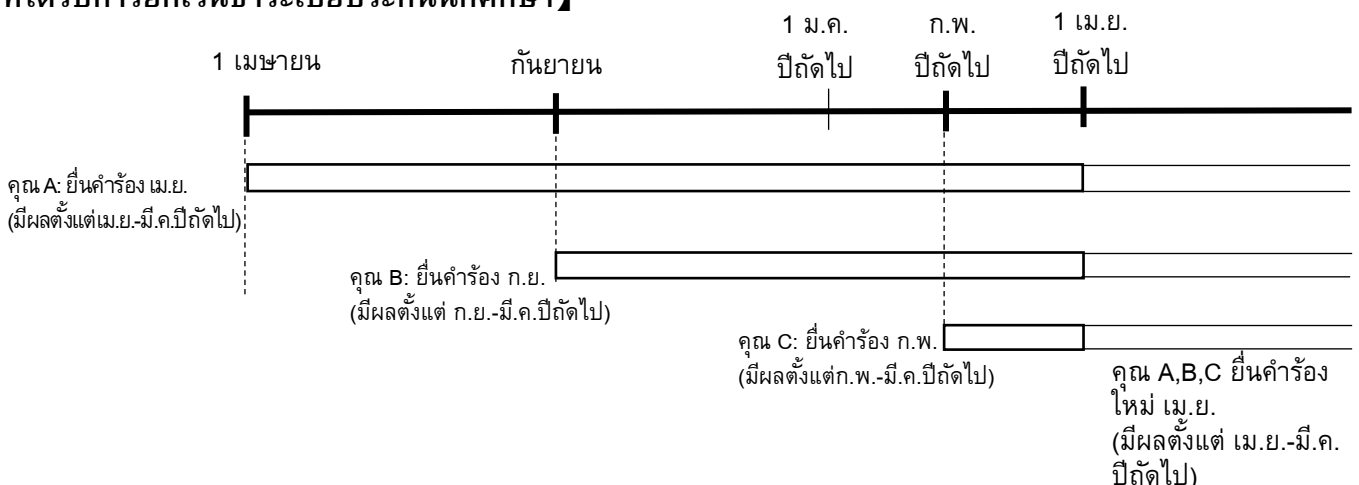
จะสิ้นสุดภายในเดือนมีนาคมของปีถัดไป (หากยื่นคำร้องระหว่างเดือนมกราคม ถึง เดือนมีนาคม คำร้องนี้จะมีผลจนถึงเดือนมีนาคมของปีนั้น ๆ )

หากต้องการยื่นคำร้องขอยกเว้นชำระเบี้ยประกันนักศึกษาในปีงบประมาณถัดไป ต้องสมัครใหม่ภายในเดือนเมษายน

#### - สำหรับปีงบประมาณที่ผ่านมา

สามารถยื่นคำร้องย้อนหลังได้ไม่เกิน 2 ปี 1 เดือน แม้ว่าจะเคยเป็นนักศึกษามาก่อนหน้าช่วงเวลาดังกล่าว จะไม่มีสิทธิ์ได้รับการยกเว้นชำระเบี้ยประกันสำหรับนักศึกษา ดังนั้น ได้โปรดยื่นคำร้องล่วงหน้า

### 【ปีที่ได้รับการยกเว้นชำระเบี้ยประกันนักศึกษา】



### ● เอกสารที่ต้องยื่น :

สำเนาบัตรประจำตัวนักศึกษา (ทั้ง 2 ด้าน) ระบุช่วงเวลาเข้าเรียน หรือ หนังสือรับรองกำลังเรียนอยู่ (ฉบับจริง)

## 2. กรณีไม่ใช้หนี้การศึกษา

สามารถยื่นขอ “ ยกเว้น (Menjo) ” หรือ “ ผ่อนผัน (Yuyo) ” ได้ ขึ้นอยู่กับสถานะทางการเงิน

“ ยกเว้น ” หมายถึง จำนวนเงินที่จ่ายลดลง หรือ ไม่จำเป็นต้องจ่ายทั้งหมด

หากใบคำร้องได้รับการอนุมัติหลังจากตรวจสอบรายได้ในปีที่ผ่านมาแล้ว การชำระเบี้ยประกันเงินบำนาญก็จะได้รับการ “ ยกเว้น ” หรือ “ ผ่อนผัน ” (ขั้นตอนการยื่นคำร้องนี้ จำเป็นต้องยื่นทุกปี) กรณีได้รับการอนุมัติยกเว้นหรือผ่อนผันการชำระเต็มจำนวน อาจได้รับการพิจารณาอย่างต่อเนื่อง (โดยอัตโนมัติ)

### ● ช่วงเวลาที่สามารถยื่นคำร้องได้

ภายในช่วง 1 ปีงบประมาณของการยกเว้นหรือเรื่องอื่น ๆ จะเริ่มตั้งแต่เดือนกรกฎาคม ถึง เดือนมิถุนายนของปีถัดไป

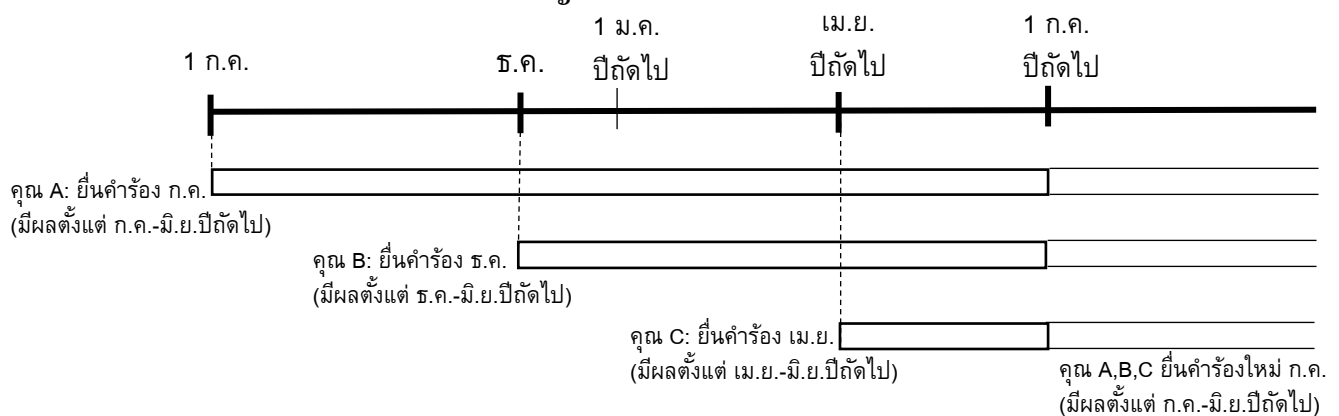
- สำหรับปีงบประมาณปัจจุบัน

สิ้นสุดถึงเดือนมิถุนายนของปีถัดไป (หากยื่นคำร้องระหว่างเดือนมกราคม ถึง เดือนมิถุนายน คำร้องนี้จะมีผลจนถึงเดือนมิถุนายนของปีนั้น) หากต้องการยื่นคำร้องขอยกเว้นอื่นๆ ต่อเนื่องสำหรับปีงบประมาณถัดไป ต้องยื่นใหม่อีกครั้งภายในเดือนกรกฎาคม อย่างไรก็ตาม หากได้รับการอนุมัติการยกเว้นหรือผ่อนผันการชำระเบี้ยประกันเต็มจำนวนใน

ปีงบประมาณนี้ อาจได้รับการพิจารณาโดยอัตโนมัติสำหรับปีงบประมาณถัดไป

- สำหรับปีงบประมาณที่ผ่านมา สามารถยื่นคำร้องย้อนหลังได้ไม่เกิน 2 ปี 1 เดือน

### 【ปีงบประมาณที่ได้รับการยกเว้นจ่ายเงินบำนาญ】



### ● เอกสารจำเป็น

หากกำลังยื่นคำร้องขอสวัสดิการว่างงาน ล้มละลาย หรือปิดกิจการ จะต้องส่งเอกสารจำเป็น (เช่น สำเนาใบรับรองสิทธิ์การประกันการจ้างงาน หรือใบแจ้งการลาออกจากงานของผู้เอาประกันการจ้างงาน) สำหรับเอกสารอื่นๆ ที่จำเป็นโปรดสอบถามจากที่ว่าการอำเภอหรือสำนักงานเงินบำนาญ

◇ สถานที่ที่สามารถยื่นคำร้องยกเว้นการชำระเบี้ยประกันนักศึกษา การยกเว้น หรือการผ่อนผันชำระเงินบำนาญ คือ สำนักงานเงินบำนาญ หรือ ที่ว่าการอำเภอทสึคุบะ ชั้น 1F แผนกเงินบำนาญคารุคิยาพยาบาล

## เงินบำนาญลูกจ้าง (Kosei Nenkin)

ลูกจ้างที่ทำงานในบริษัทจะต้องลงทะเบียนสมัครเงินบำนาญลูกจ้าง เบี้ยประกันเงินบำนาญลูกจ้างสามารถคำนวณโดยการคูณค่าจ้างกับอัตราเบี้ยประกัน ดังนั้น จำนวนเบี้ยประกันจะแตกต่างกันขึ้นอยู่กับค่าจ้าง (สัดส่วนตามค่าจ้าง) ซึ่งรวมถึงเบี้ยประกันบำนาญแห่งชาติด้วย บริษัทเป็นผู้จ่ายเบี้ยประกันบำนาญลูกจ้างครึ่งหนึ่ง และอีกครึ่งหนึ่งจ่ายโดยผู้เอาประกัน หากคู่สมรสลงทะเบียนประกันบำนาญลูกจ้างและอยู่ในอุปการะของคู่สมรส บริษัทของคู่สมรสจะเป็นผู้ดำเนินการตามขั้นตอนนี้ กรณีนี้ไม่จำเป็นต้องจ่ายเงินบำนาญด้วยตนเอง

## เกี่ยวกับเงินชดเชยหลังลาออกจากระบบ (Dattai Ichijikin)

ผู้ที่ลาออกจากระบบเงินบำนาญของญี่ปุ่นเพื่อเดินทางกลับประเทศบ้านเกิด และได้ชำระเบี้ยประกันเงินบำนาญของรัฐไปแล้ว สามารถขอรับเงินชดเชยคืนได้ เงินก้อนนี้สำหรับผู้ที่มีความสัมพันธ์ตรงตามเกณฑ์ทั้งหมดตามด้านล่างนี้ สำหรับรายละเอียดเกี่ยวกับจำนวนเงินและขั้นตอนต่าง ๆ โปรดติดต่อสำนักงานบริการบำนาญญี่ปุ่น

- ไม่ถือสัญชาติญี่ปุ่น
- ไม่ได้เป็นสมาชิกเงินบำนาญลูกจ้างหรือเงินบำนาญแห่งชาติ (ลาออกจากระบบแล้ว)
- ได้ชำระเบี้ยประกันเงินบำนาญมากกว่าเวลา 6 เดือนขึ้นไป  
(ไม่รวมช่วงเวลาที่ยกเว้นเต็มจำนวน หรือค้างชำระเบี้ยประกันบำนาญแห่งชาติ)
- ระยะเวลาการเป็นสมาชิกเงินบำนาญแห่งชาติและเงินบำนาญลูกจ้างรวมกันไม่เกิน 10 ปี
- ไม่เคยได้รับเงินตอบแทนเงินบำนาญ เช่น เงินบำนาญผู้คนพิการ เป็นต้น
- ยื่นแจ้งย้ายออกแล้วและไม่มีที่อยู่ญี่ปุ่นอีกต่อไป
- ไม่ได้ได้รับความคุ้มครองจากระบบเงินบำนาญของรัฐครั้งสุดท้ายภายในเวลาไม่ถึง 2 ปี

(หากไม่ได้ย้ายออกจากทะเบียนบ้านในวันที่ไม่ได้รับความคุ้มครอง แสดงว่ายังไม่ครบ 2 ปี นับจากวันที่ย้ายออกที่ระบุไว้ในใบแจ้งย้ายออก)

★**ข้อควรระวัง**★ ผู้ที่ได้รับเงินชดเชยหลังจากลาออกจากระบบ บันทึกการชำระเงินบำนาญแห่งชาติและเงินบำนาญพนักงานทั้งหมดที่จ่ายไว้ขณะพำนักอยู่ในญี่ปุ่นจะถูกลบทิ้ง จะไม่สามารถรับเงินบำนาญของญี่ปุ่นได้เมื่อชราภาพ ดังนั้นโปรดพิจารณาอย่างรอบคอบก่อนยื่นคำร้องขอ “เงินชดเชยหลังลาออก” สามารถดาวน์โหลดแบบฟอร์มคำร้องได้จากเว็บไซต์ของสำนักงานเงินบำนาญญี่ปุ่น หรือขอรับได้จากสำนักงานเงินบำนาญ



<https://www.nenkin.go.jp/service/jukyuseido/sonotakyufu/dattai-ichiji/20150406.html>

## ข้อตกลงประกันสังคม

ข้อตกลงเหล่านี้มีวัตถุประสงค์เพื่อป้องกันการลงทะเบียนซ้ำซ้อนในระบบเงินบำนาญและรับประกันสิทธิประโยชน์เงินบำนาญ โปรดตรวจสอบจากประเทศบ้านเกิดว่ามีระบบบำนาญหรือไม่

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



## ระบบเงินบำนาญญี่ปุ่น

สามารถค้นหาข้อมูลเกี่ยวกับระบบเงินบำนาญญี่ปุ่นได้หลากหลายภาษาที่เว็บไซต์ด้านล่างนี้「外国人のみなさま／International」

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



ณ ช่องติดต่อสอบถามสำนักงานเงินบำนาญ สามารถขอรับคำปรึกษาผ่านบริการล่ามแปล 11 ภาษา นอกจากนี้ ยังสามารถใช้บริการล่ามแปลให้คำปรึกษาทางโทรศัพท์ได้อีกด้วย

เวลาให้บริการจะแตกต่างกันไปตามภาษาที่ให้บริการ สำหรับข้อมูลเพิ่มเติม โปรดไปที่ลิงก์ URL ด้านล่าง

[https://www.nenkin.go.jp/international/interpretation/interpretation\\_japan.html](https://www.nenkin.go.jp/international/interpretation/interpretation_japan.html) หรือสแกนคิวอาร์โค้ดทางด้านขวา



## เสน่ห์ของเทศกาลโมมิจิภูเขาทสึคุบะ

เทศกาลโมมิจิภูเขาทสึคุบะ จะจัดขึ้นในเดือน พ.ย. บนภูเขาทสึคุบะ ใบไม้จะค่อยๆ เปลี่ยนสีจากยอดเขา และจะสวยที่สุดในช่วงต้นเดือนถึงกลางเดือน พ.ย. จะดึงดูดนักท่องเที่ยวจำนวนมาก เทศกาลโมมิจิภูเขาทสึคุบะ กิจกรรมที่เต็มไปด้วยเสน่ห์หลากหลาย ไม่เพียงแต่ความงดงามของใบไม้เปลี่ยนสีในฤดูใบไม้ร่วงเท่านั้น แต่ยังรวมถึงกิจกรรมต่างๆ เช่น การประดับไฟ และการเดินทางที่สะดวกสบายอย่าลืมมาเพลิดเพลินกับใบไม้เปลี่ยนสีที่ภูเขาทสึคุบะกันนะ

11月の筑波山では、毎年「筑波山もみじまつり」が開催されます。山頂から徐々に色づき始め、11月初旬から中旬にかけて見頃となり、多くの観光客で賑わいます。筑波山もみじまつりは、紅葉の美しさだけでなく、イベントやライトアップ、アクセスの良さなど、様々な魅力が詰まったイベントです。ぜひ、筑波山で秋の紅葉を満喫してください。