၁။ ပြည်သူပိုင်ပင်စင်စနစ် ဖြစ်သော အမျိုးသားပင်စင်စနစ်၏အရေးကြီးအချက်အလက်များ

(၁) ဂျပန်နိုင်ငံတွင်နေထိုင်သောအသက်၂၀နှင့်၅၉နှစ်ကြားရှိသောနိုင်ငံသား၊ နိုင်ငံခြားသားများအပါအဝင် အားလုံးတို့သည် အမျိုးသားပင်စင်စနစ်တွင် ပါဝင်ရမည်ဖြစ်ပြီး ပင်စင်အာမခံကြေးဆောင်ရန်တာဝန်ရှိကြောင်းဥပဒေအရပြဋ္ဌာန်းထားသည်။

(၂) ပြည်သူပိုင်ပင်စင်စနစ်သည်လူ့ဘောင်အဖွဲ့အစည်းတစ်ခုလုံးကိုအထောက်အပံ့ဖြစ်စေသောမျိုးရိုးအစဉ်အဆက်ကြားကျွေးမွေးစောင့်ရှောက်သော ပုံစံစနစ်ဖြင့် ဖွဲ့စည်းထားပါသည်။

(၃) ပြည်သူပိုင်ပင်စင်စနစ်များက အသက်အရွယ်ကြီးသူများအတွက် ပင်စင်သာမက မသန်စွမ်းသူများအတွက်ပင်စင် နှင့် အကယ်၍ သင့်ထံတွင် မမျှော်လင့်ထားသော ငွေကြေးပိုင်းဆိုင်ရာ အခက်အခဲများရှိချိန်၌ ကျန်ရစ်သူအတွက်ပင်စင်ကိုလည်း ပေးအပ်ပါသည်။

(၄) ဂျပန်နိုင်ငံတော်အစိုးရက ပင်စင်အကျိုးခံစားခွင့် ငွေကြေးရန်ပုံငွေ၏ တစ်စိတ်တစ်ပိုင်းကို ပေးဆောင်ပါသည်။

(၅) ပြည်သူပိုင်ပင်စင်တွင် ပေးဆောင်ထားသောအာမခံကြေး အားလုံးသည် လူမှုဖူလုံရေးအာမခံကြေးမှနုတ်ပယ်ခံစားခွင့်ရှိသည်။

၂။ လစဉ် အာမခံကြေး

2021 ခုနှစ် ဧပြီလ မှ 2022 ခုနှစ် မတ်လအထိ အမျိုးသားပင်စင် အတွက် တစ်လလျှင် အာမခံကြေး ¥16,610 ဖြစ်ပါသည်။ အာမခံကြေးကို ဘဏ်စသောငွေကြေးဆိုင်ရာ အဖွဲ့အစည်းများ၊ စာတိုက်များ၊ ၂၄နာရီစတိုးဆိုင်များတွင်ကောင်တာငွေချေစနစ်ဖြင့်ပေးနိုင်ပါသည်။ ထို့အပြင် ဧ အ်တိုမက်တစ်ဘဏ်ငွေလွှဲ၊ အကြွေးဝယ်ကတ်များ သို့မဟုတ် အင်တာနက်ငွေချေစနစ်ကို အသုံးပြုပြီး ငွေပေးချေနိုင်ပါသည်။

၃။ အမျိုးသားပင်စင်မှ ထောက်ပံ့ပေးသောပင်စင်များ

(၁) သက်ကြီးအခြေခံပင်စင်
အမျိုးသားပင်စင်၏အာမခံကြေးကို၁၀နှစ်အထက်ပေးဆောင်ပြီး၊ထိုအချက်နှင့်ကိုက်ညီသောသူသည်ယေဘုယျအားဖြင့် အသက်၆၅နှစ် မှစတင်၍ ပင်စင်ထောက်ပံ့ကြေးခံစားခွင့်ရှိသည်။

(၂) မသန်မစွမ်းသူများအတွက် အခြေခံပင်စင်
အမျိုးသားပင်စင်စနစ်၏အဖွဲ့ဝင်ဖြစ်ပြီးနာမကျန်းဖြစ်ခြင်းနှင့်တစ်စုံတစ်ရာထိခိုက်ဒဏ်ရာခြင်းများကိုကုသလျှင်ထိုကုသခြင်းစတင်ခံယူသည့်နေ့မှစ၍ ထိုရောဂါ၊ ထိခိုက် ဒဏ်ရာကြောင့် မသန်စွမ်းဖြစ်မှု အဆင့် ၁ သို့မဟုတ် အဆင့်၂ စသည့်သက်ဆိုင်ရာအဆင့်များ ခွဲခြားသတ်မှတ်ကာ မသန်စွမ်းမှုအခြေအနေပေါ်မူတည်ပြီး မသန်စွမ်းသူများအတွက် အခြေခံပင်စင်ကို ပေးအပ်ပါသည်။

(၃) ကျန်ရစ်သူမိသားစုဝင်များအတွက် အခြေခံပင်စင်
အမျိုးသားပင်စင်စနစ်၏အဖွဲ့ဝင်ဖြစ်ပြီးအာမခံရရှိထားသူတစ်ဦးသေဆုံးခဲ့ပါကင၎င်း၏စားဝတ်နေရေးအတွက်စောင့်ရှောက်ပေးခဲ့သောကျန်ရစ်သူမိသားစုဝင်များ (ကလေး ရှိသော အိမ်ထောင်ဖက် သို့မဟုတ် သား၊သမီး)ထံသို့ ကျန်ရစ်သူမိသားစုဝင်များအတွက်အခြေခံပင်စင်ခံစားခွင့်ပေးအပ်ပါသည်။

အသေးစိတ်များသိလိုပါက ကျေးဇူးပြု၍ JPS ရုံးခွဲ သို့မဟုတ် သင်နေထိုင်ရာ မြို့ရွာ၊ရပ်ကွက်ရုံးရှိ အမျိုးသား ပင်စင်ဌာန သို့ ဆက်သွယ်မေးမြန်းနိုင်ပါသည်။

JPS ဝက်ဘ်ဆိုက်ကို https://www.nenkin.go.jp/international/index.html ဂျပန်နိုင်ငံ ပင်စင် ဝန်ဆောင်မှု (Japan Pension Service)နှိပ်ပါ

ပင်စင်ဝင်ရန်နှင့်ပတ်သက်၍ အထွေထွေစုံစမ်းမေးမြန်းမှုများအတွက် ကျွန်ုပ်တို့အား အောက်ပါဖုန်းနံပါတ်သို့ ဆက်သွယ်မေးမြန်းနိုင်ပါသည်။
"Nenkin Kanyusha Dial"　0570-003-004　(Navi-Dial Service)
အကယ်၍ သင်၏ ဖုန်းနံပါတ် 050 ဖြင့် ခေါ်ဆိုမည်ဆိုပါက ကျေးဇူးပြု၍ နံပါတ် 03-6630-2525 ကိုခေါ်ဆိုပါ။ (ကြိုးဖုန်း)
ဝန်ဆောင်ချိန်များ - တနင်္လာနေ့ - သောကြာနေ့　နံနက် 8:30 နာရီ - ည 7:00 နာရီ
လစဉ် ဒုတိယ စနေနေ့　နံနက် 9:30 နာရီ - ညနေ 4:00 နာရီ
အများပြည်သူအားလပ်ရက်(ရုံးပိတ်ရက်) (လစဉ် ဒုတိယ စနေနေ့မှလွဲပြီး) ဒီဇင်ဘာလ ၂၉ ရက်နေ့မှ ဇန္နဝါရီလ ၃ ရက်နေ့အထိတွင် ဝန်ဆောင်မှုမရှိပါ)

日本年金機構
Japan Pension Service

2107 1016 047

အမျိုးသား ပင်စင်အာမခံကြေး ကင်းလွတ်ခွင့်/ငွေပေးချေရန် ဆိုင်းငံ့မှုအတွက် လျှောက်ထားခြင်း　[一般用]

ဂျပန်နိုင်ငံတွင်နေထိုင်သောအသက်၂၀နှင့်၅၉နှစ်ကြားရှိသောနိုင်ငံသား၊ နိုင်ငံခြားသားများအပါအဝင်အားလုံးတို့သည်ဂျပန်နိုင်ငံ၏ပြည်သူပိုင်ပင်စင်စနစ်ဖြစ်သော အမျိုးသားပင်စင်စနစ်တွင် ပါဝင်ရမည်ဖြစ်ပြီး ပင်စင်အာမခံကြေးဆောင်ရန်တာဝန်ရှိကြောင်းဥပဒေအရပြဋ္ဌာန်းထားသည်။(နေထိုင်သည့်အချိန်ကာလနှင့်မသက်ဆိုင်ပဲ ဂျပန်နိုင်ငံအတွင်း အိမ်လိပ်စာရှိသည့်မည်သူမဆိုဂျပန်နိုင်ငံ၏ပြည်သူပိုင်ပင်စင်စနစ်ဖြစ်သောအမျိုးသားပင်စင်စနစ်တွင်ပါဝင်ရမည်ဖြစ်ပြီးပင်စင်အာမခံကြေးဆောင်ရန်တာဝန်ရှိကြောင်းဥပဒေ အရပြဋ္ဌာန်းထားသည်။)

အကယ်၍ အာမခံကြေးဆောင်ရန် ငွေကြေးအရအခက်အခဲရှိပါက နှစ်စဉ်လျှောက်လွှာတင်ခြင်းအားဖြင့် အာမခံကြေးကင်းလွတ်ခွင့်(သို့မဟုတ်) အာမခံကြေး ပေးဆောင်ရန်ဆိုင်းငံ့မှုစသည်တို့ကိုလုပ်ဆောင်နိုင်ပါသည်။ ပြီးခဲ့သောနှစ်တစ်နှစ်တာဝင်ငွေများကိုစစ်ဆေးပြီးအသိအမှတ်ပြုခံရလျှင်အာမခံကြေးကင်းလွတ်ခွင့်(သို့မဟုတ်)အာမခံကြေး ပေးဆောင်ရန်ဆိုင်းငံ့မှုရရှိနိုင်သည်။ (ဤကဲ့သို့လျှောက်ထားခြင်းသည် နှစ်စဉ်မဖြစ်မနေဆောင်ရွက်ရမည်ဖြစ်သည်။)

ဤကဲ့သို့လျှောက်ထားခြင်းအားဖြင့် သင်၏အနာဂါတ်တွင်ရရှိနိုင်မည့် သက်ကြီးပင်စင်သာမက အကယ်၍ သင်ထိခိုက်ဒဏ်ရာရပြီး မသန်စွမ်းမှု ဖြစ်ပွားခဲ့ပါက မသန်စွမ်းသူများအတွက်အခြေခံပင်စင်ကိုပါ ခံစားခွင့် ရရှိနိုင်မည်ဖြစ်သည်။

(၁) ကင်းလွတ်ခွင့် (အပြည့်အဝကင်းလွတ်ခွင့် သို့မဟုတ် တစ်စိတ်တစ်ပိုင်း ကင်းလွတ်ခွင့်) လျှောက်ထားခြင်း

သင်နှင့်သင်၏အိမ်ထောင်ဖက်၊ အိမ်ထောင်ဦးစီး၏ ယခင်နှစ်တစ်နှစ်တာဝင်ငွေပမာဏသည် သတ်မှတ်ထားသော ပမာဏအောက်ဖြစ်ခဲ့လျှင်သော်လည်းကောင်း၊ အလုပ်လက်မဲ့ဖြစ်သွားလျှင်သော်လည်းကောင်း အာမခံကြေးအပြည့်အဝကင်းလွတ်ခွင့် သို့မဟုတ် တစ်စိတ်တစ်ပိုင်း ကင်းလွတ်ခွင့် လျှောက်ထားနိုင်ပါသည်။ (တစ်စိတ်တစ်ပိုင်း ကင်းလွတ်ခွင့်ရရှိခဲ့လျှင်၎င်းမှနုတ်၍ကျန်သောအာမခံကြေးကိုပေးဆောင်ရမည်ဖြစ်ပြီး ပေးဆောင်ရန်ပျက်ကွက်ခဲ့ပါက တစ်စိတ်တစ်ပိုင်းကင်းလွတ်ခံစားခွင့် ပျက်ပြယ်ကာ အာမခံကြေး မသွင်းထားသည့် ကာလအဖြစ်သတ်မှတ်ခံရမည်ဖြစ်သောကြောင့် အာမခံကြေးကိုမပျက်မကွက်ဆောင်ရန်လိုအပ်ပါသည်။

(၂) အာမခံကြေးပေးဆောင်ရန်ဆိုင်းငံ့မှုလျှောက်ထားခြင်း

အသက်၅၀နှစ်အောက် (ကျောင်းသား/သူမှလွဲပြီး) ဖြစ်ပါကသင်နှင့်သင်၏အိမ်ထောင်ဖက်၊ အိမ်ထောင်ဦးစီး၏ယခင်နှစ်တစ်နှစ်တာဝင်ငွေပမာဏသည်သတ်မှတ်ထားသော ပမာဏ အောက်ဖြစ်ခဲ့လျှင် အာမခံကြေးပေးဆောင်ရန်ဆိုင်းငံ့မှုလျှောက်ထားနိုင်ပါသည်။

လျှောက်လွှာတင်ရာတွင် သတိထားရန်အချက်များ

- **လျှောက်ထားရမည့်နှစ်နှင့်ပတ်သက်၍**
  - ကင်းလွတ်ခွင့် ၏ တစ်နှစ်တာဆိုသည်မှာ နှစ်တစ်နှစ်တာ၏ ဇူလိုင်လမှ နောက်နှစ်ဇွန်လအထိဖြစ်ပါသည်။ (နှစ်တစ်နှစ်တာ၏ ဇူလိုင်လမှ စတင်ပြီး နောက်နှစ်ဇွန်လတွင် အဆုံးသတ်ပါသည်။)
  - နောက်နှစ်တွင်လည်းဆက်လက်၍ကင်းလွတ်ခွင့်လျှောက်မည်ဆိုပါက ယေဘုယျအားဖြင့် နှစ်စဉ်ဇူလိုင်လတိုင်းတွင် လျှောက်လွှာတင်သွင်းရန် လိုအပ်ပါသည်။

- အခွန်ကင်းလွတ်ခွင့်လျှောက်နိုင်သောကာလ
  - ယခင်နှစ်များအတွက်......လျှောက်လွှာလက်ခံသည့်လမှစတင်၍ လွန်ခဲ့သော၂၅လ (အာမခံကြေးပေးဆောင်ပြီးသည့်လမှလွဲ၍) အထိ။
  - လက်ရှိနှစ်အတွက်...... နောက်နှစ်ဇွန်လ (ဇန်နဝါရီ နှင့် ဇွန်လအတွင်း လျှောက်လွှာတင်ပါက ၎င်းနှစ်၏ ဇွန်လ) အထိ။

  လျှောက်လွှာတစ်စောင်လျှင်ဇူလိုင်လမှ နောက်နှစ်ဇွန်လအထိသာလျှောက်ထားနိုင်သောကြောင့် လိုအပ်သော လျှောက်လွှာအရေအတွက်အပေါ် မူတည်ပြီး လျှောက်လွှာတင်နိုင်ပါသည်။

  မှတ်ချက်: ယခင်နှစ်များအတွက်သည်လွန်ခဲ့သော၂၅လအထိလျှောက်နိုင်သော်လည်း လျှောက်ထားခြင်းနှောင့်နှေးကြန့်ကြာမှုကြောင့် မသန်စွမ်းသူပင်စင်ခံစားခွင့် မရရှိနိုင်သည့် အလားအလာဖြစ်ပွားနိုင်သောကြောင့် အချိန်မီလျှောက်ရန်လိုအပ်ပါသည်။

- **ပူးတွဲတင်ရမည့်စာရွက်စာတမ်းများ**

အလုပ်လက်မဲ့ဖြစ်မှု၊ ဒေဝါလီခံမှု၊စီးပွားရေးလုပ်ငန်းပိတ်သိမ်းမှုကြောင့်စသည့်အကြောင်းပြချက်များနှင့်လျှောက်လွှာတင်မည်ဆိုပါက **ထောက်ခံစာ (အလုပ်သမားအာမခံထောက်ခံစာ သို့မဟုတ် အလုပ်သမားအာမခံအလုပ်ထွက်စာ မိတ္တူ)** နှင့်တကွပူးတွဲတင်ရမည်ဖြစ်သည်။ထို့အပြင်သက်ဆိုင်ရာ ရပ်ကွက်၊ခရိုင်၊မြို့နယ်ရုံးရှိအမျိုးသားပင်စင်ကောင်တာ သို့မဟုတ် ပင်စင်ရုံးတွင်မေးမြန်းနိုင်ပါသည်။

- <u>My Number ကိုအသုံးပြု၍ လျှောက်ထားရာတွင် ပူးတွဲတင်ရမည့်စာရွက်စာတမ်းများ</u>

သင့်၏ မိတော်စွည်ပင်သာယာရေးတွင် My Number ပါဝင်သည့် ဖောင်တင်လင် သင်၏ My Number ကတ်ကို ပြသရန် လိုအပ်ပါသည်။ အကယ်၍ သင့်တွင် ကတ်မရှိလ င် အောက်ပါအမှတ်စ (1) င့ (2) တစ်ခုစီတွင် င်းပြထားသ ည့် စာရွက်စာတမ်းတစ်ခုကို ပြသရပါမည်—
အကယ်၍ သင်၏ ဖောင်ပုံစံများကို စာတိုက်မှ ပေးပို့ပါက သင့် My Number ကတ်၏ စိဖက်စလုံးကို မိတ္တူကူး၍ ပူးတွဲပေးပို့ရပါမည်။ အကယ်၍ သင့်တွင် ကတ်မ လင် အောက်ပါအမှတ်စ (1) င့ (2) တစ်ခုစီတွင် င်းပြထားသည့် စာရွက်စာတမ်းများ၏ မိတ္တူကို ပူးတွဲပေးပို့ရပါမည်—

(1) သင်၏ My Number အစစ်အမှန်ဖြစ်ကောင်း သ က်သေပြင်ရန်၊ သင်၏ My Number ကိုဖော်ပြသော သင်၏ နေထိုင်ခွင့်မှတ်ပုံတင် မိတ္တူ (သို့) (သင်၏ My Number အသိပေး အကြောင်းကြားစာ(အကယ်၍နေထိုင်ခွင့် မှတ်ပုံတင်တွင် မှတ်တမ်းတင်ထားသည့် အမည်နှင့် လိပ်စာ တူလျှင်)
(2) ဤ နံပါတ်ပိုင်ရှင် အစစ်အမှန်ဖြစ်ကောင်း သက်သေပြ ရန် သင်၏ ယာဉ်မောင်းလိုင်စင် (သို့) ၎င်းကူးလက်မှတ် (သို့) နေထိုင်ခွင့်ကဒ်ပြား (သို့) အခြားသက်သေခံ အထောက်အထားစာရွက်များ (အသေးစိတ်အတွက် ကျေးဇူးပြု၍ JPS ရုံးခွဲကို ဆ က်သွယ်မေးမြန်းနိုင် ပါသည်။)

[လျှောက်လွှာတင်ရမည့်နေရာများ]

●လျှောက်လွှာတင်ရမည့်နေရာများမှာမိမိနေထိုင်သောသက်ဆိုင်ရာရပ်ကွက်၊ခရိုင်၊မြို့နယ်ရုံးရှိအမျိုးသားပင်စင်ကောင်တာသို့မဟုတ်ပင်စင်ရုံးများ (စာတိုက်မှတစ်ဆင့်ပို့ဆောင် လျှောက်ထားနိုင်ပါသည်) ဖြစ်ပါသည်။

*အသေးစိတ်များသိလိုပါက မိမိနေထိုင်ရာ ရပ်ကွက်၊ခရိုင်၊မြို့နယ်ရုံးရှိအမျိုးသားပင်စင်ကောင်တာ သို့မဟုတ် ပင်စင်ရုံးတွင်စုံစမ်းမေးမြန်းနိုင်ပါသည်။

<u>**အကယ်၍သင်သည်အမျိုးသားပင်စင်အာမခံကြေးကင်းလွတ်ခွင့်/ငွေပေးချေရန်ဆိုင်းငံ့မှုအတွက် လျှောက်လွှာတင်မည်ဆိုပါကလျှောက်လွှာဖြည့်စွက်နည်းနာမူနာပုံစံ ကို နောက်စာမျက်နှာတွင် ကြည့်ရှုလေ့လာနိုင်ပါသည်။**</u>

ဖြည့်စွက်ပုံနမူနာ

အမျိုးသားပင်စင်အာမခံကြေးကင်းလွတ်ခွင့်/ ငွေပေးချေရန်ဆိုင်းငံ့မှု လျှောက်ထားခြင်းပုံစံနမူနာဖြစ်သည်။ အမျိုးသားပင်စင်အာမခံကြေးကင်းလွတ်ခွင့်/ ငွေပေးချေရန်ဆိုင်းငံ့မှုလျှောက်လွှာတွင်သင်ဖြည့်စွက်ရေးသားရမည့်အပိုင်းသည်မှင်နီ ဖြင့်ရေးထားသောအပိုင်းဖြစ်သည်။ (ဂျပန်ဘာသာ သို့မဟုတ်အင်္ဂလိပ်အက္ခရာဖြင့် ဖြည့်စွက်ရေးသားပါ။) အကယ်၍ ဖြည့်စွက်ထားသည့်အချက်များနားမလည်မပြည့်စုံပါကဂျပန်ဘာသာဖြင့်ဖြည့်စွက်ရေးသားမှုကို တောင်းဆိုကောင်းတောင်းဆိုလိမ့်မည်ဖြစ်သည်၊

လျှောက်လွှာတင်သည့် ရက်စွဲ (နှစ်/လ/ရက်)၊ သင်လျှောက်လွှာတင်သည့်နေ့တွင် လက်ရှိနေထိုင်နေသော သင်၏နေရပ်လိပ်စာ၊ သင်၏အမည်ကို သင်၏နိုင်ငံကူးလက်မှတ် အတွင်း ပြထားသည့်အတိုင်း ရိုမန်အင်္ဂလိပ်အက္ခရာများဖြင့် ဖြည့်သွင်းပါ။

နံပါတ် ①တွင် ဂဏန်း 12 လုံးပါသည့် "My Number" (ဂျပန်နိုင်ငံအတွင်း သင်၏ သီးသန့်နံပါတ်) သို့မဟုတ် ဂဏန်း 10 လုံးပါသည့် အခြေခံပင်စင်နံပါတ်ကို ဖြည့်သွင်းပါ။ အခြေခံပင်စင်နံပါတ်အတွက် ဘယ်ဖက်တွင် ကပ်ပြီးရေးပါ။

သင်၏အမည်ကို③တွင်၊ သင်၏အိမ်ထောင်ဖက်ကို⑤တွင်၊ အိမ်ထောင်ဦးစီး(*)၏အမည်ကို ⑦တွင် ဖြည့်ပါ။ (ယခုနှစ်အတွက် လျှောက်ထားလိုပါက ယခုနှစ်၏ ၊ ယခင်နှစ်များအတွက်လျှောက်ထားလိုပါက ထိုနောက်ဆုံးကာလ ၏သင်၊ သင်၏အိမ်ထောင်ဖက်၊ အိမ်ထောင်ဦးနာမည်ကိုဖြည့်စွက်ပါ။

ဥပမာ။ ။ 2020ခုနှစ်အတွက်လျှောက်ထားလိုပါက 2021ခုနှစ်၊ ဇွန်လ 30ရက်နေ့မှ နာမည်များကို ဖြည့်ပါ။)

(*)အိမ်ထောင်ဦးစီးသည် - ရပ်ကွက်ထောက်ခံစာပါအိမ်ထောင်စု၏အိမ်ထောင်ဦးနာမည်ဖြစ်ရမည်။

(*)အိမ်ထောင်ဦးစီးသည် - ရပ်ကွက်ထောက်ခံစာပါအိမ်ထောင်စု၏အိမ်ထောင်ဦးနာမည်ဖြစ်ရမည်။

ပြီးခဲ့သည့်ဒီဇင်ဘာ 31 ရက်မှ လျှောက်လွှာတင်သည့်နှစ်အတွင်း သင်၊ သင်၏အိမ်ထောင်ဖက်၊ သို့မဟုတ်အိမ်ထောင်ဦးစီးတွင် 16နှစ်မှ 18 နှစ်အတွင်း မှီခိုနေသည့်မိသားစုဝင်များရှိပါက⑪တွင် ဖြည့်ပါ။

သုံးလိုင်းရှိပါသည်။ ပထမအကြောင်းသည် သင့်အကြောင်း၊ ဒုတိယအကြောင်းသည် သင့်အိမ်ထောင်ဖက် အကြောင်း၊ တတိယအကြောင်းသည် သင့်အိမ်ထောင်ဦးစီး အကြောင်း။

ဥပမာ၊ အကယ်၍ သင်၏အိမ်ထောင်ဦးစီးတွင် မှီခိုနေသောမိသားစုဝင်တစ်ဦး ရှိပါက တတိယစာကြောင်း၏ထိပ်နှင့် "あり" (ဟုတ်ကဲ့) ကိုစက်ဝိုင်းနှင့် ဝိုင်း၍ ညာဘက်ရှိ ()တွင် 1 ကိုထည့်ပါ။

အခြေခံအားဖြင့်သင်သည် ကင်းလွတ်ခွင့် သို့မဟုတ် ရွှေ့ဆိုင်းလိုပါက လျှောက်လွှာကို ဇူလိုင်လတွင် တင်ရန်လိုအပ်သည်။ သို့သော် လာမည့်နှစ်အတွက် ပြင်ဆင်လိုပါက ⑬တွင် ရေးပါ။

၁။ သင်သည် ယခုနှစ်အတွက် အခွန်ကင်းလွတ်ခွင့် သို့မဟုတ် ရွှေ့ဆိုင်းခြင်း ခွင့်ပြုချက်ရထားပြီး လာမည့်နှစ်အတွက်လဲ ဆက်လက် လျှောက်ထားနိုင်သည်ဆိုပါက လျှောက်ထားလိုပါသလား။

မလိုပါက ကျေးဇူးပြု၍ ညာဘက်ရှိအကွက်ထဲတွင် 希望しません ကိုဝိုင်းပါ။

၂။ ထို့အပြင်၊ သင်သည် ယခုနှစ်အတွက် အခွန်ကင်းလွတ်ခွင့် ခွင့်ပြုချက်ရထားပြီး လာမည့်နှစ်အတွက်လဲ ဆက်လက် ရရှိမည်ဆိုပါက လျှောက်ထားလိုပါသလား။

မလိုပါက ကျေးဇူးပြု၍ ညာဘက်ရှိအကွက်ထဲတွင် 希望しません ကိုဝိုင်းပါ။

*အသေးစိတ်များသိလိုပါက JPS ရုံးခွဲ သို့မဟုတ် ရပ်ကွက်၊ခရိုင်၊မြို့နယ်ရုံးတွင် စုံစမ်းမေးမြန်းနိုင်ပါသည်။

ပုံစံ၏ပထမအပိုင်းတွင် သင်သည် အာမခံထားသူနှင့်လျှောက်ထားသူအနေဖြင့် အာမခံကင်းလွတ်ခွင့် သို့မဟုတ် ရွှေ့ဆိုင်းရန်လျှောက်ထားကြောင်းဖော်ပြသည်။

သင်၊ သင်၏အိမ်ထောင်ဖက်နှင့်သင့်အိမ်ထောင်ဦးစီး၏ အကြောင်းအချက်အလက်များကို ပြည့်စုံမှန်ကန်ကြောင်းကိုလည်း ဤနေရာတွင်ဖော်ပြပါ။

သင်၏လျှောက်လွှာကိုစစ်ဆေးရန်လိုအပ်သည့် ဝင်ငွေအပါအဝင်ကိုယ်ရေးကိုယ်တာအချက်အလက်များကို မျှဝေရန် ဂျပန်ပင်စင်ဝန်ဆောင်မှု (JPS) နှင့်မြူနီစီပယ်ရုံးများကို လွှဲအပ်ကြောင်း အတည်ပြုသည့် ကော်လံဖြစ်သည်၊

様式コード 4 6 3 5

အာမခံကြေးကင်းလွတ်ခွင့်/ငွေပေးချေရန်ဆိုင်းငံ့မှုလျှောက်လွှာပုံဖြစ်ပါသည်။

国民年金保険料免除・納付猶予申請書

日本年金機構理事長 あて 令和 2021年 7 月 1 日

以下のとおり免除・納付猶予を申請します。
また、配偶者および世帯主の記入に漏れがないことを申し立てします。
この申請に必要な本人、配偶者および世帯主に関する情報（所得情報、生活保護受給情報等）の確認について、市区町村（前住所地等を…）ます。

သင်၏လိပ်စာ

〒 123 － 4567

住所： Tokyo-To, Suginami-Ku, Takaido Nishi, 1-2-3

သင်၏အမည်

被保険者氏名： JOHN SMITH

指定全額免除申請事務取扱者	市区町村	日本年金機構

基礎年金番号（１０桁）で申請する場合は「①個人番号（または基礎年金番号）」欄に左詰めで記入してください。

A. 基本情報

① 個人番号（または基礎年金番号）	X X X X X X X X X X X X	② 電話番号	**သင်၏ ဖုန်းနံပါတ်** 1. 自宅 2. 携帯電話 3. 勤務先 4. その他 — 080 － XXXX － XXXX
③ 被保険者氏名	(フリガナ) **သင်၏အမည်** JOHN SMITH	④ 被保険者生年月日	**သင်၏မွေးနေ့** 5. 昭和 7. 平成 1990 年 8 月 10 日
⑤ 配偶者氏名	(フリガナ) **သင့်အိမ်ထောင်ဖက်၏အမည်** JANE SMITH	⑥ 配偶者生年月日	**သင့်အိမ်ထောင်ဖက်၏ မွေးနေ့** 5. 昭和 7. 平成 1990 年 10 月 1 日
⑦ 世帯主氏名	(フリガナ) **အိမ်ထောင်ဦးစီး၏အမည်** JAMES SMITH	※ 世帯主氏名は被保険者または配偶者以外が世帯主である場合に記入してください。	

⑧ 特記事項

◆配偶者が別世帯の場合は、配偶者の個人番号（１２桁の番号）を記入してください。
◆申請期間中の世帯状況に変更（結婚・離婚・世帯主変更等）があった場合は、変更事由、対象者氏名および変更年月日等を記入してください。また、申請期間中に海外転出入があった場合は、国名と転出入日を記入してください。
◆「⑩申請期間」欄に記載した年の１月１日時点において海外に居住していた場合は、国名および転入日を記入してください。

John Smith, U.S.A.　John Smith moved from the U.S.A. on 2021/11/1

（配偶者が別世帯の場合）配偶者の個人番号（ XXXX － XXXX － XXXX ）

B. 申請内容

⑨ 免除等区分

◆ ⑨免除等区分は基本的に記入不要です。記入がない場合は、以下の免除等区分について１～５の順に全て審査します。審査を希望しない免除等区分がある場合は、該当する数字を「×」で抹消してください。
※ 「納付猶予」は、５０歳未満の期間が対象となり、年金を受け取るために必要な期間に算入されます。「納付猶予」の審査順序を変更する場合は、その旨を「⑭備考」欄に記入してください。

1. 全額免除	2. 納付猶予	3. ４分の３免除	4. 半額免除	5. ４分の１免除
（保険料全額を免除）			（保険料１/２納付が必要）	（保険料３/４納付が必要）

လျှောက်လွှာတင်သည့် နှစ်

⑩ 申請期間　平成／令和 2021 年度分

⑪ 16歳以上19歳未満の扶養親族

被保険者： 16歳以上19歳未満の扶養親族 あり（ 人）・ なし
配偶者 ： 16歳以上19歳未満の扶養親族 あり（ 人）・ なし
世帯主 ： 16歳以上19歳未満の扶養親族 あり（ 1 人）・ なし

⑫ 特例認定区分（添付書類要確認）

被保険者： 1. 失業 平成/令和 2021年 4 月 1 日 ⇒ 雇用保険加入（あり・なし） 2. 天災等 3. その他（ ）
配偶者 ： 1. 失業 平成/令和 年 月 日 ⇒ 雇用保険加入（あり・なし） 2. 天災等 3. その他（ ）
世帯主 ： 1. 失業 平成/令和 年 月 日 ⇒ 雇用保険加入（あり・なし） 2. 天災等 3. その他（ ）

⑬ 継続希望

1.「全額免除」または「納付猶予」が承認された場合は、翌年度以降も同じ免除区分での免除申請を希望します。希望しない場合は 希望しません を〇で囲んでください。 — 希望しません
2. 1を希望した上で、納付猶予が承認された次の年度において全額免除の審査基準に該当する場合、その年度以降は全額免除を希望します。希望しない場合は 希望しません を〇で囲んでください。 — 希望しません

⑭ 備考

※ 所得に関する情報について、関係法令に基づき、申告義務がある場合には、正しく申告する必要があります。

②တွင် သင်၏ဖုန်းနံပါတ်ကိုဖြည့်စွက်ပါ။ ဖုန်းအမျိုးအစားကို ရွေးချယ်ပါ။
1. အိမ်ဖုန်း 2. ဟန်းဖုန်း 3. ရုံးဖုန်း 4. အခြား
④တွင် မွေးသက္ကရာဇ်ကိုဖြည့်ပါ။ ⑥တွင် အိမ်ထောင်ဖက်၏ မွေးသက္ကရာဇ်ကိုဖြည့်ပါ။

သင်နှင့် သင့်အိမ်ထောင်ဖက်သည် လျှောက်လွှာတင်သည့်နှစ်၏ 1လပိုင်း1ရက်နေ့တွင် ဂျပန်နိုင်ငံမဟုတ်ပဲ တစ်ခြား နိုင်ငံတွင် ရှိနေခဲ့ပါက ထိုနိုင်ငံ၏အမည်ကို ⑧တွင်ဖြည့်စွက်ရေးသားပါ။ (ဥပမာ။ ။ သင်သည် လက်ရှိဂျပန်နိုင်ငံတွင် 2021/7/1 မှစ၍ ပြန်လည် နေထိုင်လျက်ရှိပြီး 2021 ခုနှစ်1လပိုင်း1ရက်နေ့တွင်အမေရိကန် နိုင်ငံတွင်နေထိုင်ခဲ့ကာ 2021ခုနှစ်အတွက် လျှောက်လွှာတင်လိုပါက သင်၏နာမည်နှင အမေရိကန် နိုင်ငံကိုရေးသားဖြည့်စွက်ပါ။)

သင့်အိမ်ထောင်ဖက်သည် လျှောက်လွှာတင်သည့်နေ့ (ယခင်နှစ်အတွက်လျှောက်ခြင်းဖြစ်ပါက လျှောက်လွှာတင်သည့်နှစ်၏ ဇွန်လ 30ရက်) တွင် ဂျပန်နိုင်ငံရှိ အခြားလိပ်စာတွင် နေထိုင်ခဲ့ပါက ထိုလိပ်စာကို ဖြည့်ပါ။

သင်၊ သင့်အိမ်ထောင်ဖက် သို့မဟုတ် အိမ်ထောင်ဦးစီးသည် ⑩ တွင် ဖော်ပြထားသော လျှောက်ထားနှစ်အတွင်း နိုင်ငံရပ်ခြားသို့/မှ ပြောင်းရွှေ့သွား/လာခဲ့ပါက ⑧ တွင် သက်ဆိုင်ရာအမည်၊ ရက်စွဲနှင့် နိုင်ငံကို ရိုက်ထည့်ပါ။ (ဥပမာ၊ အကယ်၍ သင်သည် အမေရိကန်နိုင်ငံမှ ဂျပန်နိုင်ငံသို့ 2021/11/1 တွင် ပြောင်းရွှေ့ခဲ့ပါက "(သင်၏အမည်) သည် အမေရိကန်နိုင်ငံမှ 2021/11/1 နေ့တွင် ပြောင်းရွှေ့ခဲ့သည်" ဟု ဖြည့်ပါ။)

သင် အာမခံကြေးကင်းလွတ်ခွင့် သို့မဟုတ် ရွှေ့ဆိုင်းခွင့် လျှောက်ထားလိုသော ခုနှစ်(ဂဏန်း4လုံး)ကို ဖြည့်စွက်ရေးသားပါ။
လျှောက်လွှာနှစ်သည် ထိုနှစ်၏ဇူလိုင်လ မှနောက်နှစ်ဇွန်လ အထိဖြစ်သည်။
(ဥပမာ)2021ခုနှစ်တစ်နှစ်တာအတွက် ⇒2021ခုနှစ်ဇူလိုင်လမှ2022ခုနှစ်ဇွန်လအထိ

ယခင်နှစ်များအတွက် လျှောက်ထားလိုပါက လျှောက်လွှာတင်သည့်နေ့မှစတင်၍ လွန်ခဲ့သော25လ အတွက် လျှောက်နိုင်သည်။ သို့သော် 25လအတွင်းရှိ အာမခံကြေး ပေးဆောင်ပြီးသည့် လများအတွက်မူ ထပ်မံ လျှောက်ထား၍ မရနိုင်ပါ။

သင်၊ သင့်အိမ်ထောင်ဖက် သို့မဟုတ် အိမ်ထောင်ဦးစီးသည် အလုပ်လက်မဲ့ဖြစ်ခြင်းကြောင့် အာမခံကင်းလွတ်ခွင့်လျှောက်ထားလိုလျှင် ဥပမာ။ ။<u>ကုမ္ပဏီမှနုတ်ထွက်လိုက်သည့်နေ့၏ နောက်နေ့</u> (yyyy / mm / dd) ကိုရိုက်ထည့်ပါ။ ဆိုလိုသည်မှာ ⑫တွင်ပထမဆုံးအလုပ်လက်မဲ့ဖြစ်သည့်နေ့ကိုဖြည့်ပါ။ သင့်အချက်အလက်များကိုပထမစာကြောင်းတွင်၊ သင့်အိမ်ထောင်ဖက်၏ အချက်အလက်များကို ဒုတိယလိုင်းတွင်၊ အိမ်ထောင်ဦးစီး၏ အချက်အလက်များကို တတိယစာကြောင်းတွင်ထည့်ပါ။

အကယ်၍ သင်နုတ်ထွက်ခြင်းမပြုမီ သင်တို့တစ်ဦးဦးတွင် အလုပ်အကိုင်အာမခံရှိထားပါက မြှားအမှတ်အသား၏ ညာဘက်ခြမ်းတွင်ရှိသော"あり" (ဟုတ်ကဲ့) ကိုဝိုင်း၍ အာမခံသက်ရောက်မှုဆိုင်ရာ သက်သေအထောက်အထားများကိုတင်ပြပါ။