



在打工、做兼职的各位 养老金和医疗保险将发生变化！

※根据厚生劳动省和日本年金服务机构的《社会保险适用扩大手册》制作

第一步

关于公司规模



第二步

满足以下所有条件的人。

<input type="checkbox"/> 每周工作时间在20小时以上	<input type="checkbox"/> 每月工资在88,000日元以上
<input type="checkbox"/> 预计雇用时间超过2个月 ※	<input type="checkbox"/> 非学生身份

※ 截止到2022年9月30日：预计雇用时间超过一年
从2022年10月1日起：预计雇用时间超过两个月

有资格加入 厚生年金和健康保险！！

※加入厚生年金、健康保险的人请确认加入后会发生什么变化。
对保险有任何疑问，请咨询公司。

如何变化？

保险的支付方式发生改变！

过去您需要在便利店或通过银行汇款缴纳的国民年金和国民健康保险费将变更为厚生年金和健康保险费，每月将从工资中扣除。



一半的保险费用将由公司承担！

如果您加入了国民年金或国民健康保险，您必须支付全部保险费。如果加入了厚生年金或健康保险，保险费的一半将从每个月的工资中扣除，另一半由公司承担。

加入国民年金、
国民健康保险

本人
19,800円/月

加入厚生年金、
健康保险

公司
12,500円/月

本人
12,500円/月

※该金额以年收入 1,060,000 日元（月收入 88,000 日元）为例。

国民年金可以申请免除（全额免除，部分缴纳）
原则上厚生年金不能免除！请您注意！

有何变化？

成为各种补贴的对象！

① 伤病补贴

病假期间支付相当于2/3的工资

加入了厚生年金和健康保险的人，如果因非工作原因需疗养而请假时，从无法工作之日起的3天至无法工作的整个期间（最长为1年6个月）将能领取“伤病补贴”。



② 生育津贴

产假期间支付相当于2/3的工资

加入厚生年金及健康保险的人，因分娩休假而不能领取公司工资时，将享有“生育津贴”。期间为从分娩前42天开始，至分娩后56天为止。

无需在意抚养金额！

在配偶抚养范围内工作的人员（年收入在130万日元或以下），根据现行修正案，年收入在106万日元（每月88,000日元）以上的人员有资格加入厚生年金！



虽然您将承担保费费用，但您将有机会享受各种津贴和其他福利，这将增加您的保障。

支付情况的模拟案例

※金额仅供参考。具体金额取决于您所在的地区、年收入和所加入的保险。

案例 1

配偶是留学生，我每周在便利店打工28小时。
我的保险费将发生怎样的变化？

修改前		修改后	
国民年金、国民健康保险		厚生年金、健康保险	
年收入	120万円	年收入	120万円
年金保险费	16,980円 (每月)	年金保险费	9,000円 (每月)
健康保险费	5,200円 (每月)	健康保险费	6,000円 (每月)

A女士
【在留资格】
家族滞在



案例 2

我是配偶的抚养对象，通过调整工作时长将年收入控制在130万日元以内。我的保险费将发生怎样的变化？



B女士
【在留资格】
日本人配偶

修改前		修改后	
是配偶的抚养对象		厚生年金、健康保险	
年收入	120万円	年收入	120万円
年金保险费	无需负担	年金保险费	9,000円 (每月)
健康保险费	无需负担	健康保险费	6,000円 (每月)

案例 3

我加入了国民健康保险和国民年金。但是因为是学生，国民年金办理了学生免除手续。我的保险费将发生怎样的变化？

这次的制度修改不涉及学生人群，
所以没有变化！

C先生
【在留资格】
留学生

