

To all foreigners leaving Japan

Persons enrolled in Japanese public pension schemes for 6 months or longer can apply for the Lump-sum Withdrawal Payments.

Note: Persons who have an enrollment period of pension in countries which have concluded agreements of aggregation of pension with Japan (as of January, 2007, Germany, America and Belgium. Japan is currently in preparation to admit France and Canada. In addition, Japan is currently in negotiations with Australia and the Netherlands. For the latest information of the conclusion of an agreement, please confirm it on the website of Social Insurance Agency) may receive Japanese as well as agreement partner countries' pension by summing up enrollment periods of pension on the specific requirements. However, if you receive the Lump-sum Withdrawal Payment, please note that the period corresponding to the paid amount cannot be summed up.

日本から出国される外国人のみなさまへ

年金に6か月以上加入されていた方は、脱退一時金が受けられます。

(注) 日本と年金通算の協定を締結している相手国〔平成19年1月現在、ドイツ、アメリカ及びベルギー。現在、フランス及びカナダと発効に向け準備中。また、オーストラリア、オランダについては現在交渉中。最新の協定締結状況は、社会保険庁のホームページでご確認ください。〕の年金加入期間のある方につきましては、一定の要件のもと年金加入期間を通算して、日本及び協定相手国の年金を受け取ることができるところがあります。ただし、脱退一時金を受け取ると、その期間を通算することができなくなりますので、注意が必要です。

Social Insurance Agency

社会保険庁

<http://www.sia.go.jp/>

**Claim Form for the Lump-sum Withdrawal Payments
(for National Pension and Employees' Pension Insurance)**

脱退一時金裁定請求書(国民年金/厚生年金保険)

Official use only
(センター記入欄)

受付番号

※ Please complete the form using the Roman alphabet. (Please print in capital letters.) Only complete the spaces in the broad-bordered boxes.
記入はアルファベットの太文字でお願いします。(太枠内のみ記入してください。)

Please fill in blanks 1 to 5 below.

◎ 次の1〜5について必要事項を記入してください。

3. Name, date of birth and address of the claimant (請求者氏名、生年月日及び住所)

Name 氏名				2. Claimant's signature 請求者本人の署名(サイン)					
Date of birth 生年月日				1. Date Year 年		Month 月		Day 日	
Address 住所				Country					

4. The bank account to which the Lump-sum Withdrawal Payments should be transferred. (脱退一時金振込先口座)

Official use only 支払機関センター記入欄	1	3	銀行番号
----------------------------------	---	---	------

Name of the bank 銀行名		Country	
Name of the branch 支店名		Country	
Bank branch address 支店の所在地		Country	

Bank account number 口座番号	Certified Bank Stamp 銀行の口座証明印
Name of the account holder (should be the claimant's) 請求者本人の口座名義	カタカナ(日本国内の金融機関を指定した際のみ記載)
English	

5. Claimant's pension handbook data (年金手帳の記載事項)

Basic Pension number 基礎年金番号								
Employees' Pension Insurance registration number 厚生年金保険の記号番号								
Employees' Pension Insurance (Seamen's Insurance) registration number 厚生年金保険(船員保険)の記号番号								
National Pension registration number 国民年金の記号番号								

Official use only
(社会保険業務センター記入欄)

加入制度 厚 船 国	チェック1	チェック2	チェック3	チェック4

(送金先国) (課税△/非0) (本人請求△/他2) (日独非対象者△/対象者01)

センター決定印	センター受付印
---------	---------

(入力回付年月日)

Documents to be attached

(※Please make sure that you have enclosed all the required documents since your claim form may be returned, if any one of the documents cited in ①～③ etc. is missing.)
添付書類 (※①～③の書類等が添付されていない場合は、請求書をお返すこととなりますので添付もれのないようお願いいたします。)

- ① Please attach a photocopy of your passport (page(s) showing your name, date of birth, date of your final departure from Japan, nationality, signature and resident status).
パスポート(旅券)の写し(最後に日本を出国した年月日、氏名、生年月日、国籍、署名、在留資格が確認できる頁)を添付してください。
- ② If a "Certified Bank Stamp" is not affixed to the claim form, please attach documents which identify the "Bank Name", "Branch Name", "Branch Address", "Account Number" and "Holder's Name" [must be the claimant himself / herself] (Photocopies of certificates issued by the bank, etc.) In addition, if the payment is to be made to a financial institution based in Japan, the Holder's Name needs to be registered in katakana.
請求書の「銀行の口座証明印」の欄に銀行の証明を受けるか、「銀行名」、「支店名」、「支店の所在地」、「口座番号」及び「請求者本人の口座名義」であることが確認できる書類を添付してください(銀行が発行した証明書等)。なお、日本国内の金融機関で受ける場合は、口座名義がカタカナで登録されていることが必要です。
- ③ Please attach your pension handbook.
年金手帳を添付してください。

Please fill in the period you were a member of Public Pension Plan (Employees' Pension Insurance, National Pension, Sailors' Pension).

公的年金制度(厚生年金保険、国民年金、船員保険)に加入していた期間を記入してください。

履歴(公的年金制度加入経過) ※できるだけくわしく、正確に記入してください。

History (Public Pension Plan Subscription Process) ※Please fill in all the details, as accurately as possible.

(1) 事業所(船舶所有者)の名称及び船員であったときはその船舶名 Office (vessel owner's) name and in case of crew, the vessel name	(2) 事業所(船舶所有者)の所在地または国民年金加入時の住所 Office (vessel owner's) address or the address when you joined the National pension	(3) 勤務期間または国民年金の加入期間 Work period or the period you were in the National Pension	(4) 加入していた年金制度の種類 The type of pension plan you were member
		から (From ~) まで (To ~)	1 国民年金 National Pension 2 厚生年金保険 Employees' Pension Insurance 3 船員保険 Sailors' Pension
		から (From ~) まで (To ~)	1 国民年金 National Pension 2 厚生年金保険 Employees' Pension Insurance 3 船員保険 Sailors' Pension
		から (From ~) まで (To ~)	1 国民年金 National Pension 2 厚生年金保険 Employees' Pension Insurance 3 船員保険 Sailors' Pension
		から (From ~) まで (To ~)	1 国民年金 National Pension 2 厚生年金保険 Employees' Pension Insurance 3 船員保険 Sailors' Pension

(注) 国民年金に加入していた期間は、住んでいた住所のみを記入してください。

(Note) For the period you were in the National Pension Plan, fill in only the address of the place you lived.

Japanese 日本語

脱退一時金は原則として以下の4つの条件にすべてあてはまる方が国民年金、厚生年金保険又は共済組合の被保険者資格を喪失し、日本を出国後2年以内に請求されたときに支給されます。

- ① 日本国籍を有していない方
- ② 国民年金の第1号被保険者としての保険料納付済期間の月数と保険料4分の1免除期間の月数の4分の3に相当する月数、保険料半額免除期間の月数の2分の1に相当する月数、及び保険料4分の3免除期間の月数の4分の1に相当する月数とを合算した月数、又は厚生年金保険の被保険者期間の月数が6か月以上ある方
- ③ 日本に住所を有していない方
- ④ 年金（障害手当金を含む）を受ける権利を有したことの無い方

提出書類

「脱退一時金裁定請求書(国民年金／厚生年金保険)」

添付書類

- ① パスポート（旅券）の写し（最後に日本を出国した年月日、氏名、生年月日、国籍、署名、在留資格が確認できるページ）
- ② 「銀行名」、「支店名」、「支店の所在地」、「口座番号」及び「請求者本人の口座名義」であることが確認できる書類（銀行が発行した証明書等。または、「銀行の口座証明印」の欄に銀行の証明を受けてください。）
- ③ 年金手帳

ご注意

- * 脱退一時金を受け取った場合、その該当する期間は年金の加入期間でなかったこととなります。また、日本と年金通算の協定を締結している相手国の年金加入期間のある方につきましては、一定の要件のもと年金加入期間を通算して、日本及び協定相手国の年金を受け取ることができるとあります。ただし、脱退一時金を受け取ると、その期間を通算することができなくなりますので、ご注意ください。
- * 請求者が脱退一時金の支給を受けずに死亡した場合、請求者の死亡当生計を同一にしていた配偶者、子、父母、孫、祖父母、兄弟姉妹が代わりに給付を受けることができます。（本人が死亡前に請求書を提出している場合のみ該当します。）
- * 国民年金の脱退一時金は、所得税が源泉徴収されませんが、厚生年金保険の場合は、支給の際に、20%の所得税が源泉徴収されます。
- * 所得税は税務署に還付申告できます。帰国前に管轄の税務署（日本を出国する直前に外国人登録をしていない住所を管轄する税務署）へ「納税管理人の届出書」（各税務署に備え付けてあります）を提出し納税管理人を指定します。納税管理人の資格は「日本に居住していること」以外に特にありません。「納税管理人の届出書」を提出しない方で日本から出国した場合は、還付申告時に「納税管理人の届出書」を提出してください。
- * 脱退一時金の送金と同時に「脱退一時金支給決定通知書」を送付しますので、原本を納税管理人に送付してください。納税管理人は本人に代わって還付申告します。

English

Lump-sum Withdrawal Payments are granted, in principle, on request to persons who satisfy the following four conditions after they withdraw from the National Pension, the Employees' Pension Insurance or the Mutual Aid Association and file a claim within two years of leaving Japan.

- ① Persons who do not possess Japanese citizenship.
- ② Persons who have paid National Pension Insurance contributions as a Category 1 insured person for a total of six months or more including months in the full contribution payment period and periods corresponding to three quarters of the months in the 25 percent contribution exemption period, half of the months in the 50 percent contribution exemption period, and a quarter of the months in the 75 percent contribution exemption period, or Employees' Pension Insurance contributions for six months or more.
- ③ Persons who do not have a place of residence in Japan (only those who had a proper visa on or after November 9, 1994 and then left Japan).
- ④ Persons who have never been qualified for receipt of pension benefits (including Disability Allowance).

Documents to Present

Lump-sum Withdraw Payment Arbitration Bill (National Pension/Employees' Pension Insurance)

Documents to be attached

- ① Please attach a photocopy of your passport (page(s) showing date of your final departure from Japan, your name, date of birth, nationality, signature and resident status).
- ② "Bank's Name", "Branch Name", "Branch Address", "Account Number" and "Holder's Name" (must be the claimant himself/herself)
- ③ Please attach your pension handbook.

Attention

- * Upon payments of Lump-sum Withdrawal Payment, the period of enrollment corresponding to the paid amount is nullified.
In addition, persons who have an enrollment period of pension in countries which have concluded agreements of aggregation of pension with Japan may receive Japanese as well as agreement partner countries' pension by summing up enrollment periods of pension on the specific requirements. However, if you receive the Lump-sum Withdrawal Payment, please note that the period cannot be summed up.
- * Should the applicant die before receiving the Lump-sum Withdrawal Payment, a dependent spouse, child, parent, grandchild, grandparent, or sibling considered to be a member of the same household, at the time of the applicant's death, is eligible to receive payment in place of the applicant (should an individual die after application).
- * The Lump-sum Withdrawal Payment for the National Pension Insurance is not subject to withholding income tax, however a 20% income tax is imposed on the Payment for Employees' Pension Insurance.
- * Claims for tax refunds can be made at tax offices. Before leaving Japan, please submit a "notification of tax agent" (provided at each tax office) to the relevant tax office (tax office with jurisdiction over the address where you filed for alien registration before departure from Japan) and designate your agent. Eligibility as a tax agent requires only "residence in Japan". If you left Japan without filing the "notification of tax agent," please submit it when making your claim for a tax refund.
- * An original copy of the "Notice on Payment of the Lump-sum Withdrawal Payment" (Entitlement)," which will be sent to you with remittance of the Lump-sum Withdrawal Payment, should be sent to the tax agent. The tax agent shall make a claim for the tax refund on behalf of the claimant.

国民年金被保険者の受給金額

外国籍の方が、日本出国後に脱退一時金を請求することができます。

第1号被保険者としての保険料納付済期間の月数と保険料4分の1免除期間の月数の4分の3に相当する月数、保険料半額免除期間の月数の2分の1に相当する月数、保険料4分の3免除期間の月数の4分の1に相当する月数を合計した月数が6か月以上あって、年金等の受給権が発生していない方が対象になります。最後に国民年金の被保険者の資格を喪失したとき(日本国内に住所を有しなくなった日)から2年以内に請求してください。

受給額

最後に保険料を納付した月により、受給金額は以下のとおりとなります。

- ◇ 最後に保険料を納付した月が平成19年度に属する場合と平成19年3月以前の受給金額は、こちらの表のとおりとなります。

対象月数	脱退一時金額				
	平成19年4月から平成20年3月までの間に保険料納付済期間を有する場合の受給金額	平成18年4月から平成19年3月までの間に保険料納付済期間を有する場合の受給金額	平成17年4月から平成18年3月までの間に保険料納付済期間を有する場合の受給金額	平成12年4月から平成17年3月までの間に保険料納付済期間を有する場合の受給金額	平成12年3月以前の保険料納付済期間のみ有する場合の受給金額
6月以上12月未満	42,300円	41,580円	40,740円	39,900円	35,100円
12月以上18月未満	84,600円	83,160円	81,480円	79,800円	70,200円
18月以上24月未満	126,900円	124,740円	122,220円	119,700円	105,300円
24月以上30月未満	169,200円	166,320円	162,960円	159,600円	140,400円
30月以上36月未満	211,500円	207,900円	203,700円	199,500円	175,500円
36月以上	253,800円	249,480円	244,440円	239,400円	210,600円

- ◇ 最後に保険料を納付した月が平成20年度以降に属する場合の受給金額は次のように計算されます。

$$\text{受給額} = \text{平成17年度の脱退一時金額(上表)} \times \frac{\text{当該年度の保険料月額}}{\text{平成17年度の保険料月額}}$$

※ 保険料額は、平成16年度の13,300円を基準として、平成17年度以降、毎年280円(16年価格)ずつ引き上げられます。

National Pension Insurance Benefit Amount

If you are not a Japanese citizen, you can claim the Payments after you leave Japan.

You can claim the Payments if you have not received any pension benefits and the sum of the number of months of total contribution period, three-quarter of the number of months of 25 percent contribution exemption period, half the number of months of 50 percent contribution exemption period, a quarter of the number of months of 75 percent contribution exemption period as a Category I insured person add to at least 6 months.

You need to file a claim within 2 years after you leave Japan.

Benefit Amount

You can find your payments amount as below, depending on the month for which you made the latest contribution payment;

- ◇ If your last contribution was made for the month of March 2007 and before, your Payments amount is shown in this table.

Number of your contributed months	Payments amount if;					
	Your contribution made between Apr. 2007 - Mar. 2008	Your contribution made between Apr. 2006 - Mar. 2007	Your last contribution was made between Apr. 2005 - Mar. 2006	Your contribution made between Apr. 2000 - Mar. 2005	All contributions made between Apr. 2000 - Mar. 2005	All of your contributions were made before Mar. 2000
6 - 11 months	¥42,300	¥41,580	¥40,740	¥39,900	¥35,100	
12 - 17 months	¥84,600	¥83,160	¥81,480	¥79,800	¥70,200	
18 - 23 months	¥126,900	¥124,740	¥122,220	¥119,700	¥105,300	
24 - 29 months	¥169,200	¥166,320	¥162,960	¥159,600	¥140,400	
30 - 35 months	¥211,500	¥207,900	¥203,700	¥199,500	¥175,500	
36 - months over	¥253,800	¥249,480	¥244,440	¥239,400	¥210,600	

- ◇ If your last contribution was made for the month of April 2008 and after:

$$\text{Your Payments amount} = \frac{\text{Each amount shown in the chart above for "Your last contribution was made Apr. 2005 - Mar. 2006" (above table)}}{\text{Monthly contribution amount of the year of your last payment}} \times \frac{\text{Monthly contribution amount of the Fiscal Year 2005}}{\text{Monthly contribution amount of the year of your last payment}}$$

- ※ The monthly contribution amount for the National Pension was ¥13,300 until March 2005. Since 2005, in every April (first month of the Japanese fiscal year) the amount will increase.

厚生年金保険被保険者の受給金額

外国籍の方が、日本出国後に脱退一時金を請求することができます。脱退一時金は厚生年金保険の保険料を6か月以上支払い、年金等の受給権が発生していない方が対象になります。最後に国民年金の被保険者の資格を喪失したとき(日本国内に住所を有しなくなった日)から2年以内に請求してください。

受給金額

脱退一時金は、被保険者期間に応じて、以下のとおり計算されます。この給付は、課税の対象となります。(2ページ目参照)

◇ 計算式

$$\text{脱退一時金額} = \text{平均標準報酬額}^{***} \times \text{支給率}^*$$

*厚生年金保険の被保険者期間に応じた支給率は次の表のとおりです。

厚年被保険者期間 月数	最終月が平成17年 9月から平成18年 8月の場合の率	最終月が平成18年 9月から平成19年 8月の場合の率	最終月が平成19年 9月から平成20年 8月の場合の率
6月以上12月未満	0.4	0.4	0.4
12月以上18月未満	0.8	0.9	0.9
18月以上24月未満	1.3	1.3	1.3
24月以上30月未満	1.7	1.7	1.8
30月以上36月未満	2.1	2.1	2.2
36月以上	2.5	2.6	2.6

【参考】平成17年4月以降の厚生年金保険の被保険者期間がある方の計算式について

脱退一時金額 = 平均標準報酬額^{***}

$$\times \text{支給率}[(\text{保険料率}^{****} \times 1/2) \times \text{被保険者期間月数に応じた数}^{**}]$$

**被保険者期間月数に応じた数については次のとおりです。

厚年被保険者期間月数	支給率計算に用いる数
6月以上12月未満	6
12月以上18月未満	12
18月以上24月未満	18
24月以上30月未満	24
30月以上36月未満	30
36月以上	36

***平均標準報酬額

◇ 厚生年金保険被保険者期間の全部が平成15年4月以後の方

$$\text{平均標準報酬額} = \frac{\text{被保険者期間の各月の標準報酬月額と標準賞与額の合計}}{\text{全被保険者期間の月数}}$$

◇ 厚生年金保険被保険者期間の全部又は一部が平成15年3月以前の方

$$\text{平均標準報酬額} = \frac{\text{平成15年3月前の被保険者期間の各月の標準報酬月額} \times 1.3 + \text{平成15年4月以後の被保険者期間の各月の標準報酬月額}}{\text{全被保険者期間の月数}}$$

****保険料率

最終月が1月～8月の場合、前々年10月時点の保険料率になります。
最終月が9月～12月の場合、前年10月時点の保険料率になります。

※ 保険料率は、平成15年10月時点の13.58%を基準として、平成16年10月以降、毎年0.354%ずつ引き上げられます。

Employees' Pension Insurance Benefit Amount

If you are not a Japanese citizen, you can claim the Payments after you leave Japan. You can claim the Payments if you have not received any pension benefits and you have at least 6 months of coverage under the Employees' Pension Insurance.

You need to apply for it within 2 years after you leave Japan.

Benefit Amount

Your benefit amount formula is as follows, depending on the time of your coverage month. The Payments are subject to tax. (See page 2)

◇ Formula

Your benefit amount = Your Average Standard Remuneration^{***} × Benefit Multiplier*

*Table of Benefit Multipliers according to your number of months covered

Number of month of your coverage under the Employees' Pension Insurance	Benefit Multiplier if the last month of payment is between September 2005 and August 2006	Benefit Multiplier if the last month of payment is between September 2006 and August 2007	Benefit Multiplier if the last month of payment is between September 2007 and August 2008
6 - 11 months	0.4	0.4	0.4
12 - 17 months	0.8	0.9	0.9
18 - 23 months	1.3	1.3	1.3
24 - 29 months	1.7	1.7	1.8
30 - 35 months	2.1	2.1	2.2
36 months over	2.5	2.6	2.6

【Reference】 If you have any coverage period in April 2005 or after:

Your benefit amount = Your Average Standard Remuneration^{***} × Benefit multiplier [(Contribution rate^{****} × 1/2) × Specified multiplier*]

**Table of Specified Multipliers according to your number of months covered

Number of month of your coverage under the Employees' Pension	Specified Multipliers
6 - 11 months	6
12 - 17 months	12
18 - 23 months	18
24 - 29 months	24
30 - 35 months	30
36 months over	36

*** Your Average Standard Remuneration

- ◇ If you have the coverage only from April 2003

Your Average Standard Remuneration =
$$\frac{\text{Total amount of your remunerations and bonuses}}{\text{Number of your covered months}}$$

- ◇ If you have the coverage only till March 2003

Your Average Standard Remuneration =
$$\frac{\text{Total amount of your remunerations till March 2003} \times 1.3 + \text{Total amount of your remunerations and bonuses from April 2003}}{\text{Number of your total covered months}}$$

**** Contribution rate

Is the contribution rate of October two years earlier, if your final payment is between January and August.
Is the contribution rate of October of the previous year, if your final payment is between September and December

※ As from October 2004, the contribution rate will be increased 0.354% annually, with the base being 13.58% rate of October 2003

How to fill in the form

Please fill in lines 1 to 5 completely. If they are not complete, the claim form may be returned to you.

- ① Please complete the blanks[3. Name, date of birth and address of the claimant]and [4. The bank account to which the Lump-sum Withdrawal Payments should be transferred] with capital letters.
- ② With regard to[5. Claimant's pension handbook data], for the "basic pension number" please refer to the basic pension number on your pension handbook, and for the "registration number" please refer to the registration number(s) on the pension handbook(s) of the pension system(s) you participated in.
- ③ Please do not write anything in the box [Official use only].
- ④ The "pension handbook basic pension number" and "registration number" will be needed when you make future inquiries. Please make note of them for your reference before you submit this claim form.

記入上の注意

請求書の1～5については必ず記入してください。

記入のない場合は請求書をお返しする場合があります。

- ① 「3.請求者氏名、生年月日及び住所」及び「4.脱退一時金振込先口座」は、アルファベット大文字で記入漏れのないようお願いいたします。
- ② 「5.年金手帳の記載事項」の基礎年金番号欄には年金手帳に記載されている基礎年金番号、各制度の記号番号欄には今まで加入したことのある年金制度の年金手帳の記号番号を転記してください。
- ③ 「社会保険業務センター記入欄」は、記入しないでください。
- ④ 「年金手帳の基礎年金番号及び年金手帳の記号番号」は、後日あなたが照会するときに使用しますので、請求書を提出するときは必ず番号を控えておいてください。

Please use the address label provided when sending this claim form.
切り取って請求書送付時の封筒に貼って使用してください。

AIR MAIL
JAPAN

Social Insurance Operation Center
Takaido-nishi 3-5-24, Suginami-ku, Tokyo 168-8505
〒168-8505 東京都杉並区高井戸西3丁目5番24号
社会保険業務センター

TEL.81-3-6700-1165
(Please speak Japanese.)

The currencies used for remittance of the Lump-sum Withdrawal Payments outside Japan are as follows.

脱退一時金を日本国外へ送金する際に使用する通貨は次のとおりです。

アイルランド	Ireland	Euro	ユーロ
イギリス	United Kingdom	Pound sterling	イギリス・ポンド
イタリア	Italy	Euro	ユーロ
オーストラリア	Australia	Australian dollar	オーストラリア・ドル
オーストリア	Austria	Euro	ユーロ
オランダ	Netherlands	Euro	ユーロ
カナダ	Canada	Canadian dollar	カナダ・ドル
ギリシャ	Greece	Euro	ユーロ
シンガポール	Singapore	Singapore dollar	シンガポール・ドル
スイス	Switzerland	Swiss franc	スイス・フラン
スウェーデン	Sweden	Krona	スウェーデン・クローネ
スペイン	Spain	Euro	ユーロ
朝鮮民主主義人民共和国	Democratic People's Republic of Korea	YEN	円
デンマーク	Denmark	Danish krone	デンマーク・クローネ
ドイツ	Germany	Euro	ユーロ
ニュージーランド	New Zealand	New Zealand dollar	ニュージーランド・ドル
ノルウェー	Norway	Norwegian krone	ノルウェー・クローネ
フィンランド	Finland	Euro	ユーロ
フランス	France	Euro	ユーロ
ベルギー	Belgium	Euro	ユーロ
ポルトガル	Portugal	Euro	ユーロ
ルクセンブルグ	Luxembourg	Euro	ユーロ
モナコ公国	Monaco	Euro	ユーロ
キューバ	Cuba	Euro	ユーロ
ミャンマー	Myanmar	Pound sterling	イギリス・ポンド
スーダン	Sudan	Pound sterling	イギリス・ポンド
イラン	Iran	Pound sterling	イギリス・ポンド
上記以外の国	Countries other than above	U.S.dollar	アメリカ・ドル

When you make a claim for the Lump-sum Payments, please make note of your Basic Pension Number, as it will be needed if you make future inquiries.

一時金を請求するときは、基礎年金番号を控えておいてください。後日、あなたが照会するときは、この番号を使用してください。