

Gesetzliche Rentensysteme in Japan

Stand: 16. Juli 2026

A. Renteneintrittsalter und Lebenserwartung

I. Renteneintrittsalter des männlichen Geburtsjahrgangs 1976

- 1 Das reguläre Rentenalter beträgt sowohl für die Altersgrundrente als auch für die allgemeine Beschäftigtenrente grundsätzlich **65 Jahre**. Voraussetzung für einen Altersrentenanspruch sind regelmäßig mindestens zehn anrechenbare Versicherungsjahre. Ein 1976 geborener Mann erreicht das Regelrentenalter somit im Jahr **2041**. (nenkin.go.jp)
- 2 Ein vorzeitiger Rentenbeginn ist ab dem 60. Lebensjahr möglich. Für Personen des Jahrgangs 1976 vermindert sich die Rente dauerhaft um **0,4 % für jeden Monat**, um den sie vor dem 65. Lebensjahr in Anspruch genommen wird.

Rentenbeginn Dauerhafte Rentenhöhe

60 Jahre	76,0 %
61 Jahre	80,8 %
62 Jahre	85,6 %
63 Jahre	90,4 %
64 Jahre	95,2 %
65 Jahre	100 %

- 3 Ein Aufschub ist grundsätzlich bis zum 75. Lebensjahr möglich. Die Rente erhöht sich um **0,7 % je Aufschubmonat**, entsprechend 8,4 % für ein volles Jahr. Bei einem Aufschub von 65 auf 75 Jahre kann die Rente damit auf **184 %** der regulären Leistung steigen. Die Zu- und Abschläge wirken lebenslang. (nenkin.go.jp)
- 4 Für den Jahrgang 1976 ergeben sich damit folgende Eckdaten:

Rentenart	Alter	Kalenderjahr
Frühestmöglicher Beginn	60	2036
Regulärer Beginn	65	2041
Maximale Aufschiebung	75	2051

Japan

II. Lebenserwartung beim Rentenbeginn

- 5 Nach der vollständigen japanischen Sterbetafel für 2024 hatte ein 65-jähriger Mann eine weitere durchschnittliche Lebenserwartung von **19,47 Jahren**. Das entspricht einem statistisch erwarteten Lebensalter von rund **84,47 Jahren**. ([mhlw.go.jp](https://www.mhlw.go.jp))
- 6 Es handelt sich um eine Periodenlebenserwartung auf Grundlage der Sterblichkeitsverhältnisse des Jahres 2024. Für einen 1976 geborenen Mann, der erst 2041 das 65. Lebensjahr erreicht, dürfte eine Kohortenbetrachtung wegen weiterer Sterblichkeitsverbesserungen tendenziell eine längere Lebenserwartung ergeben. Eine amtliche japanische Kohortentafel speziell für diesen Jahrgang ist nicht ohne Weiteres verfügbar.

B. Grundsätze des Versorgungserwerbs

- 7 Japan verfügt über ein zweistufiges öffentliches Rentensystem.

I. Erste Stufe: National Pension

- 8 Die National Pension ist die allgemeine Basissicherung. Grundsätzlich sind alle in Japan registrierten Einwohner zwischen 20 und 59 Jahren erfasst, unabhängig von ihrer Staatsangehörigkeit.
- 9 Unterschieden werden insbesondere:
 - **Kategorie I:** Selbstständige, Studierende und nicht anderweitig versicherte Personen;
 - **Kategorie II:** abhängig Beschäftigte im Employees'-Pension-System;
 - **Kategorie III:** bestimmte nicht erwerbstätige, unterhaltsabhängige Ehegatten von Kategorie-II-Versicherten.

II. Zweite Stufe: Employees' Pension Insurance

- 10 Abhängig Beschäftigte erhalten neben der Grundrente eine zusätzliche einkommensbezogene Beschäftigtenrente. Ihre Höhe richtet sich insbesondere nach:
 - der Dauer der Beschäftigtenversicherung,
 - dem versicherten Standardmonatsentgelt,
 - versicherten Bonuszahlungen und
 - den gesetzlichen Bewertungsfaktoren. ([nenkin.go.jp](https://www.nenkin.go.jp))

III. Beitragsfinanzierung

1. National Pension

- 11 Für Versicherte der Kategorie I beträgt der monatliche Pauschalbeitrag im Versicherungsjahr April 2026 bis März 2027 **17.920 Yen**.

Japan

- 12 Für eine vollständige Altersgrundrente sind grundsätzlich 40 Versicherungsjahre beziehungsweise 480 anrechenbare Monate erforderlich. Die volle Altersgrundrente beträgt im Versicherungsjahr 2026 grundsätzlich:
847.300 Yen jährlich] beziehungsweise rund: 70.608 Yen monatlich
- 13 Bei weniger als 40 Versicherungsjahren vermindert sich die Grundrente grundsätzlich zeitanteilig. Beitragsbefreiungszeiten werden je nach Art der Befreiung mit verminderten Quoten berücksichtigt. (nenkin.go.jp)

2. Employees' Pension

- 14 Der Beitragssatz zur Beschäftigtenrentenversicherung beträgt insgesamt **18,3 %** des versicherten Standardentgelts und der erfassten Bonuszahlungen:

Beitragszahler Beitragssatz

Arbeitnehmer	9,15 %
Arbeitgeber	9,15 %
Gesamt	18,3 %

- 15 Beschäftigte zahlen daneben keinen zusätzlichen gesonderten National-Pension-Pauschalbeitrag. Der Anspruch auf die Grundrente ist in der Beschäftigtenversicherung mit-enthalten. Zusätzlich beteiligt sich der Staat an der Finanzierung der Grundrenten. (nenkin.go.jp)

3. Mindestversicherungszeit

- 16 Für die Altersgrundrente sind grundsätzlich mindestens **zehn Jahre** an Beitrags-, Befreiungs- oder sonstigen anrechenbaren Zeiten erforderlich. Bei Nichterreichen dieser Mindestzeit entsteht grundsätzlich keine laufende japanische Altersrente. (nenkin.go.jp)

IV. Wohnsitzabhängigkeit

- 17 Japan weist eine Besonderheit auf: Die Versicherungspflicht in der Basissicherung knüpft grundsätzlich an den **registrierten Wohnsitz** in Japan an. Dies gilt grundsätzlich auch für ausländische Staatsangehörige im Alter von 20 bis 59 Jahren.
- 18 Ein Rentenanspruch entsteht jedoch nicht allein durch den Aufenthalt. Erforderlich sind:
- Beitragszahlungen,
 - anerkannte Beitragsbefreiungszeiten,
 - Kategorie-III-Zeiten oder
 - aufgrund eines Sozialversicherungsabkommens anrechenbare ausländische Zeiten.

Japan

- 19 Damit ist die National Pension zwar in ihrer persönlichen Erfassung wohnsitzbezogen, der konkrete Versorgungserwerb bleibt aber beitrags- beziehungsweise versicherungszeitbezogen. (nenkin.go.jp)

C. Deutsch-japanisches Sozialversicherungsabkommen

- 20 Zwischen Deutschland und Japan besteht ein umfassendes Sozialversicherungsabkommen. Es ermöglicht insbesondere:
- die Vermeidung einer doppelten Rentenversicherungspflicht bei grenzüberschreitender Beschäftigung,
 - die Zusammenrechnung deutscher und japanischer Versicherungszeiten zur Erfüllung von Mindestversicherungszeiten und
 - die Zahlung von Renten in den jeweils anderen Vertragsstaat.
- 21 Jeder Staat berechnet und zahlt nur die Leistung, die sich aus den nach seinem Recht zu berücksichtigenden Versicherungszeiten ergibt. Es entsteht keine einheitliche deutsch-japanische Gesamtrente. (nenkin.go.jp)

D. Dynamisierung

I. Dynamisierung in der Anwartschaftsphase

- 22 Bei der Grundrente wächst die Anwartschaft im Wesentlichen proportional zur Zahl der anrechenbaren Monate. 480 vollwertige Beitragsmonate führen zur vollen Altersgrundrente; kürzere Zeiten führen grundsätzlich zu einer anteiligen Leistung.
- 23 Bei der Beschäftigtenrente erhöhen sich die Anwartschaften durch:
- weitere Versicherungsmonate,
 - höhere versicherte Entgelte und Bonuszahlungen,
 - die gesetzliche Neubewertung früherer Entgelte und
 - jährliche Änderungen der Berechnungsparameter.
- 24 Eine feststehende individuelle jährliche Verzinsung der Anwartschaft wie bei einem privaten Kapitalvertrag existiert nicht. Die Leistung wird nach gesetzlichen Formeln anhand von Versicherungszeit und versichertem Einkommen bemessen. (nenkin.go.jp)

II. Dynamisierung in der Leistungsphase

- 25 Laufende Renten werden jährlich angepasst. Berücksichtigt werden insbesondere:
- die Entwicklung der Verbraucherpreise,
 - die Entwicklung der verfügbaren Löhne,
 - Veränderungen der Zahl der Beitragszahler und

Japan

- die steigende Lebenserwartung.
- 26 Japan verwendet hierfür den sogenannten **Macroeconomic Slide**. Dieser kann die aus Preis- oder Lohnentwicklung folgende nominale Erhöhung vermindern, um die langfristige Finanzierung des Systems zu stabilisieren.
- 27 Für das Versicherungsjahr 2026 wurden:
- die Grundrenten grundsätzlich um **1,9 %** und
 - die einkommensbezogenen Beschäftigtenrenten grundsätzlich um **2,0 %**
- angehoben. Die zugrunde liegende Lohnentwicklung wurde dabei durch den makroökonomischen Anpassungsfaktor teilweise vermindert. ([mhlw.go.jp](https://www.mhlw.go.jp))
- 28 Die Rentenanpassung ist daher nicht mit einer uneingeschränkten Inflationsgarantie gleichzusetzen.

E. Leistungsspektrum

III. Invaliditätsrente

- 29 Japan gewährt Invaliditätsleistungen aus beiden Systemstufen:
- **Disability Basic Pension** aus der National Pension;
 - **Disability Employees' Pension** aus der Beschäftigtenversicherung.
- 30 Vorausgesetzt werden insbesondere:
- eine medizinisch anerkannte Invalidität eines gesetzlich definierten Grades,
 - ein relevanter erster ärztlicher Untersuchungstag während der Versicherung und
 - die Erfüllung der beitragsrechtlichen Voraussetzungen.

1. Quote der Invaliditätsgrundrente

- 31 Für 2026 gelten bei der Grundrente:

Invaliditätsgrad Jahresleistung Verhältnis zur vollen Altersgrundrente

Grad 1	1.059.125 Yen	125 %
Grad 2	847.300 Yen	100 %

- 32 Zusätzlich können Kinderzuschläge entstehen. ([nenkin.go.jp](https://www.nenkin.go.jp))
- 33 In der Beschäftigtenversicherung bestehen drei Invaliditätsgrade. Bei den Graden 1 und 2 wird regelmäßig sowohl eine Invaliditätsgrundrente als auch eine einkommensbezogene Invaliditätsrente gezahlt; bei Grad 3 grundsätzlich nur eine Beschäftigten-Invaliditätsrente.

Japan

- 34 Eine einheitliche Quote der gesamten Invaliditätsversorgung zur späteren individuellen Altersrente kann nicht angegeben werden. Die Gesamtleistung hängt von Invaliditätsgrad, Entgeltverlauf, Versicherungsdauer und Familienverhältnissen ab. (nenkin.go.jp)

IV. Hinterbliebenenversorgung

- 35 Japan gewährt eine **Survivors' Basic Pension** und eine **Survivors' Employees' Pension**.

1. Hinterbliebenengrundrente

- 36 Die Hinterbliebenengrundrente wird grundsätzlich nur gezahlt an:
- einen Ehegatten, der ein anspruchsberechtigtes Kind betreut, oder
 - ein anspruchsberechtigtes Kind.
- 37 Ein kinderloser überlebender Ehegatte erhält daher regelmäßig keine Hinterbliebenengrundrente.

2. Hinterbliebenenrente aus der Beschäftigtenversicherung

Die einkommensbezogene Hinterbliebenenrente beträgt grundsätzlich: 75%

- 38 des maßgeblichen einkommensbezogenen Altersrentenanteils des verstorbenen Versicherten. (nenkin.go.jp)
- 39 Die Gesamtquote kann dennoch nicht einheitlich mit 75 % angegeben werden, weil:
- die Grundrente nur bei Vorhandensein anspruchsberechtigter Kinder hinzukommt,
 - Alters- und Geschlechtsvoraussetzungen bestehen können,
 - eigene Renten des Hinterbliebenen angerechnet oder koordiniert werden und
 - Sonderleistungen wie eine zeitlich befristete Witwenleistung möglich sind.

V. Geschiedenenhinterbliebenenversorgung

- 40 Eine eigenständige Hinterbliebenenrente für einen bereits geschiedenen früheren Ehegatten allein aufgrund der früheren Ehe existiert grundsätzlich **nicht**. Der frühere Ehegatte ist im Todeszeitpunkt nicht mehr „Ehegatte“ im Sinne der Hinterbliebenenversorgung.
- 41 Japan kennt jedoch einen **Rentensplittingmechanismus bei Scheidung**. Dabei können während der Ehe erworbene, einkommensbezogene Anwartschaftsgrundlagen der Employees' Pension zwischen den früheren Ehegatten geteilt werden. Die daraus später entstehende Altersrente ist:
- ein eigener Altersrentenanspruch des geschiedenen Ehegatten,
 - unabhängig vom späteren Tod des früheren Ehegatten und
 - keine Geschiedenenhinterbliebenenversorgung. (nenkin.go.jp)

Japan

- 42 Damit besteht eine strukturelle Ähnlichkeit zum deutschen Versorgungsausgleich, nicht aber zur US-amerikanischen Geschiedenenwitwenrente.

F. Besteuerung der Rentenleistungen

I. Besteuerung in Japan

- 43 Gesetzliche Altersrenten gehören in Japan grundsätzlich zu den steuerpflichtigen sonstigen Einkünften. Von den Bruttorenten werden insbesondere gesetzliche Freibeträge beziehungsweise ein besonderer Abzug für öffentliche Renten berücksichtigt. Erst der verbleibende Betrag fließt in die progressive Einkommensteuerbemessung ein. ([nta.go.jp](https://www.nta.go.jp))
- 44 Invaliditäts- und Hinterbliebenenrenten aus den gesetzlichen Systemen sind demgegenüber grundsätzlich steuerfrei. ([nta.go.jp](https://www.nta.go.jp))

II. Besteuerung bei Wohnsitz in Deutschland

- 45 Zwischen Deutschland und Japan besteht ein Doppelbesteuerungsabkommen. Für Leistungen aufgrund der Sozialversicherungsgesetzgebung eines Vertragsstaats enthält das Abkommen eine besondere Regelung.
- 46 Eine japanische gesetzliche Sozialversicherungsrente an eine in Deutschland ansässige Person **kann in Japan besteuert werden**. Gleichzeitig erfasst Deutschland als Wohnsitzstaat grundsätzlich das Welteinkommen. Eine Doppelbesteuerung wird nach den abkommensrechtlichen Regelungen regelmäßig durch Anrechnung der japanischen Steuer auf die deutsche Einkommensteuer vermieden.
- 47 Für die konkrete Besteuerung sind daher insbesondere zu prüfen:
- Art der japanischen Leistung,
 - steuerlicher Wohnsitz,
 - Höhe einer japanischen Quellensteuer,
 - deutscher Besteuerungsanteil und
 - Anrechnung der tatsächlich gezahlten japanischen Steuer.

G. Belastung mit Sozialabgaben

- 48 Auf die gesetzliche Rente selbst werden keine weiteren Beiträge zur National Pension oder Employees' Pension erhoben. Rentenversicherungsbeiträge knüpfen an Versicherungspflicht und Erwerbseinkommen an.
- 49 Von einer japanischen Rente können jedoch – abhängig von Wohnsitz, Alter, Rentenhöhe und Versicherungsstatus – Beiträge beziehungsweise Prämien für folgende Systeme einbehalten werden:

Japan

- National Health Insurance,
 - Krankenversicherung für Hochbetagte,
 - Pflegeversicherung – Long-Term Care Insurance.
- 50 Es besteht kein landesweit einheitlicher Prozentsatz, der auf jede Rente anzuwenden wäre. Die Belastung hängt unter anderem von Einkommen und kommunalen Beitragssätzen ab. (nenkin.go.jp)
- 51 Bei Wohnsitz in Deutschland ist die Einbeziehung der japanischen Rente in die Beitragsbemessung der deutschen Kranken- und Pflegeversicherung gesondert nach deutschem Sozialversicherungsrecht zu prüfen.

H. Doppelbesteuerungs- und Sozialversicherungsabkommen

Abkommen	Bestand	Wesentliche Wirkung
Doppelbesteuerungsabkommen Deutschland–Japan	Ja	Japanisches Besteuerungsrecht für Sozialversicherungsleistungen; Vermeidung der Doppelbesteuerung regelmäßig durch Anrechnung
Sozialversicherungsabkommen	Ja	Vermeidung doppelter Versicherungspflicht und Zusammenrechnung von Versicherungszeiten
Zusammenrechnung deutscher und japanischer Zeiten	Ja	Zur Erfüllung der jeweiligen Mindestversicherungszeiten
Einheitliche Gesamtrente	Nein	Jeder Staat berechnet und zahlt seine eigene Leistung

(nenkin.go.jp)

I. Inflation in Japan

- 52 Verwendet wird die Veränderung des japanischen Verbraucherpreisindex im Jahresdurchschnitt:

Jahr Inflation

2016 -0,1 %

2017 0,5 %

2018 1,0 %

2019 0,5 %

Japan

Jahr Inflation

2020 0,0 %

2021 -0,2 %

2022 2,5 %

2023 3,2 %

2024 2,7 %

2025 3,2 %

- 53 Die Werte stammen aus den jährlichen CPI-Veröffentlichungen des japanischen Statistics Bureau. (stat.go.jp)

- **Kumulierte Preisentwicklung**

Zeitraum	Kumulierte Inflation	Geometrischer Jahresdurchschnitt
2021–2025, fünf Jahre	ca. 11,89 %	ca. 2,27 % p. a.
2016–2025, zehn Jahre	ca. 14,03 %	ca. 1,32 % p. a.

- 54 Das noch nicht abgeschlossene Kalenderjahr 2026 ist nicht einbezogen.

J. Rentenrechner

- 55 Die Japan Pension Service stellt mit **Nenkin Net** ein persönliches Onlineportal zur Verfügung. Dort können Versicherte:
- ihre gespeicherten Versicherungszeiten und Entgelte prüfen,
 - die voraussichtliche Rentenhöhe berechnen,
 - unterschiedliche künftige Erwerbsverläufe simulieren und
 - die Wirkung eines vorzeitigen oder aufgeschobenen Rentenbeginns vergleichen.
- 56 Für die personalisierte Nutzung ist grundsätzlich eine Registrierung beziehungsweise digitale Identifizierung erforderlich. (nenkin.go.jp)
- 57 Bei deutsch-japanischen Versicherungsverläufen kann eine Standardberechnung die Wirkung der Zusammenrechnung nach dem Sozialversicherungsabkommen möglicherweise nicht vollständig abbilden. Eine verbindliche Berechnung ist bei der Japan Pension Service oder der Deutschen Rentenversicherung anzufordern.

Japan

K. Zusammenfassung

Merkmal	Japan
Regelrentenalter Mann 1976	65 Jahre
Frühestmöglicher Bezug	60 Jahre
Maximale Verschiebung	bis 75 Jahre
Weitere Lebenserwartung mit 65	ca. 19,47 Jahre
Systemstruktur	Wohnsitzbezogene Basisversicherung plus Beschäftigtenrente
Mindestversicherungszeit	10 Jahre
Arbeitnehmerbeitrag 2026	9,15 % in der Beschäftigtenrente
Arbeitgeberbeitrag 2026	9,15 %
Wohnsitz allein ausreichend	Nein; Wohnsitz begründet Versicherungspflicht, aber keine beitragslose Rente
Anpassung laufender Renten	Lohn-/Preisbezug mit Macroeconomic Slide
Invaliditätsquote	Grundrente: 125 % beziehungsweise 100 %
Hinterbliebenenquote	grundsätzlich 75 % des Beschäftigtenrentenanteils
Geschiedenenhinterbliebenenrente	Nein; stattdessen Rentensplitting bei Scheidung
Besteuerung der Altersrente	grundsätzlich steuerpflichtig
Invaliditäts-/Hinterbliebenenrente steuerfrei	grundsätzlich ja
DBA mit Deutschland	Ja
Sozialversicherungsabkommen mit Zusammenrechnung	Ja
Amtlicher Rentenrechner	Nenkin Net