领取老年保障金（OAS）和保证收入补助金（GIS）时出国旅行：长时间离开加拿大会改变什么

一个人连续在加拿大境外停留超过6个月，保证收入补助金（GIS）和配偶津贴就会停发，不论他在这里住了多久。只有18岁以后在加拿大住满至少20年的人，老年保障金（OAS）退休金才会在境外继续发放。加拿大退休金计划（CPP）对本人住在哪里没有规定。

最后核对日期: 2026-10-30. 在线阅读: https://oasguide.ca/zh-hans/library/leaving-canada-for-six-months

离开6个月后，保证收入补助金和配偶津贴就会停发，不论居住历史如何

长时间离开加拿大，即使是一辈子住在这里的人，保证收入补助金（GIS）也可能停发。加拿大服务局（Service Canada）给保证收入补助金领取者的网页说，在加拿大境外超过6个月的人，不能领取这项补助金。[1] 保证收入补助金是在老年保障金（OAS）退休金之外，发给收入较低人士的月度款项。配偶津贴（Allowance）发给部分60岁至64岁的人，也有同样的限制。[2]

让老年保障金退休金在境外继续发放的20年居住规定，对这两项款项都没有帮助。加拿大就业和社会发展部（Employment and Social Development Canada）的一份工具包说，一个人离开加拿大超过6个月，保证收入补助金、配偶津贴和遗属津贴都会停发。[3] 只有在本人回来并联系加拿大服务局之后，才会重新审查这些款项。[3]

法律按完整的日历月计算，而且不算离开的那个月

加拿大服务局的网页用的是简单的说法：“超过6个月”。《老年保障金法》写得更精确。根据第11(7)(c)项，一个人已经连续离开六个月之后，对于整个月都在加拿大境外的月份，不发保证收入补助金。[4] 离开的那个月不算在这六个月里。第19(6)(c)项对配偶津贴规定了同样的计算方法。[4]

下面的日期只是说明条文的意思，并不是对任何档案的决定。一个人在11月10日离开，从12月开始计算，所以连续六个月到5月31日结束。法律可能不发款的第一个月是6月，而且只有整个6月都在境外才会这样。加拿大服务局会把法律用在每份档案上，它依据的事实就是出行日期。

一个人不再在加拿大居住，而不是出国旅行时，适用另一种计算方法。第11(7)(d)项规定，对于在本人不再住在加拿大六个月或以后才开始的月份，不发保证收入补助金。[4] 搬到国外的情况，请看OAS Guides关于住在加拿大境外的指南。

在加拿大住满20年后，老年保障金退休金在境外继续发放

老年保障金退休金按《老年保障金法》第9条的另一条规定处理。领取者连续在加拿大境外六个月后，款项会暂停发放，同样不算离开的那个月。本人回来的那个月恢复发放。[4] 如果本人离开时，已经在18岁以后在加拿大住满至少20年，就不会暂停。[4]

加拿大服务局介绍了凑满这20年的两种方法：[5]

- 18岁以后在加拿大居住至少20年。
- 曾在与加拿大签有社会保障协议的国家居住和工作，两个国家合计的时间至少20年。

所以，一位在加拿大住了30年的雪鸟（snowbird），在国外过一个长冬，老年保障金退休金仍然照发。同一个人如果收入较低，凡是补助金规定适用的月份，仍然会失去保证收入补助金。一位在加拿大住了12年的新移民，同一趟旅行可能会让两项款项都停发。

出发前和回来后都要通知

加拿大服务局请离开超过6个月的人，在出发前联系它。它的网页说，这样有助于避免多付款项，免得以后可能要还钱。[15] 网页也请大家回来后联系加拿大服务局，恢复发放。[1]

《老年保障金条例》（Old Age Security Regulations）规定的通知时间更短。申请人或领取者离开加拿大超过一个月，就应该立即通知部长。[6] 同一条还要求在回来后一个月内通知已经返回。[6] 三个月的冬季旅行远在保证收入补助金的期限之内，但仍然超过一个月。

没有申报的离境，以后可能会被发现。加拿大服务局说，它会和加拿大边境服务局（Canada Border Services Agency）核对资料。[15] 它的网页还说，提供虚假或误导性资料，或者故意隐瞒资料，都可能被罚款。[1] 对于法律规定不能发放的月份，已经领取的保证收入补助金或配偶津贴可能要退还。OAS Guides关于多付款项的指南，解释了怎样还款，以及怎样申请减免。

加拿大退休金计划对本人住在哪里没有规定

加拿大退休金计划（CPP）退休金有两个基本条件。本人必须年满60岁，而且至少有过一次有效供款。[7] 这两个条件都与住在哪里无关，上面的出行规定只适用于老年保障金的各项福利。

加拿大服务局已经在向国外的人发放老年保障金和CPP。它的国际网页说，对于名单上的国家，这些支票按寄往国家的货币发出。[8] 所以，对于每年冬天都在国外度过的夫妻来说，不论本人在加拿大住了多少年，CPP都是唯一不受长途旅行影响的公共退休金。

关于某一次旅行的问题，应该问加拿大服务局，因为档案由它保管，规定也由它执行。出发和回来的日期最好用书面记录下来，因为保证收入补助金规定和通知规定都要依据这些事实。

注释

1. Government of Canada, “Guaranteed Income Supplement: Receiving your benefit”, page modified 2026-10-08. https://www.canada.ca/en/services/benefits/publicpensions/old-age-security/guaranteed-income-supplement/while-receiving.html (访问日期 2026-10-10)

2. Government of Canada, “Allowance: Receiving your benefit”, page modified 2026-05-26. https://www.canada.ca/en/services/benefits/publicpensions/old-age-security/guaranteed-income-supplement/allowance/while-receiving.html (访问日期 2026-10-10)

3. Employment and Social Development Canada, “The Old Age Security program toolkit”, page modified 2025-11-07. https://www.canada.ca/en/employment-social-development/programs/old-age-security/reports/oas-toolkit.html (访问日期 2026-10-10)

4. 老年保障金退休金请看第9(1)款和第9(2)款，保证收入补助金请看第11(7)(c)项和第11(7)(d)项，配偶津贴请看第19(6)(c)项。 Justice Laws Website (Government of Canada), “Old Age Security Act (R.S.C., 1985, c. O-9)”, current to 2026-09-30, last amended on 2025-10-01. https://laws-lois.justice.gc.ca/eng/acts/O-9/FullText.html (访问日期 2026-10-30)

5. Government of Canada, “Old Age Security: While receiving OAS”, page modified 2026-10-08. https://www.canada.ca/en/services/benefits/publicpensions/old-age-security/while-receiving.html (访问日期 2026-10-10)

6. 请看标题为“Notices by or on Behalf of an Applicant or Beneficiary”（由申请人或领取者本人或代表其发出的通知）那一条的第(1)款。 Justice Laws Website (Government of Canada), “Old Age Security Regulations (C.R.C., c. 1246)”, last amended on 2026-01-01. https://laws-lois.justice.gc.ca/eng/regulations/C.R.C.,_c._1246/FullText.html (访问日期 2026-10-10)

7. Government of Canada, “Canada Pension Plan retirement pension: Do you qualify”, page modified 2026-10-01. https://www.canada.ca/en/services/benefits/publicpensions/cpp/eligibility.html (访问日期 2026-10-10)

8. Government of Canada, “Lived or living outside Canada: While receiving pensions and benefits”, page modified 2026-06-30. https://www.canada.ca/en/services/benefits/publicpensions/cpp/cpp-international/while-receiving.html (访问日期 2026-10-10)

OAS Guides 是一个独立的信息服务网站。我们不属于加拿大政府或加拿大服务局（Service Canada），与它们也没有任何关系。本文只提供一般信息，不是法律或理财建议。我们不能保证任何申请或上诉的结果。福利金额通常每三个月调整一次；本文注明了我们最后核对的日期。