

国家简报 > 坦桑尼亚

生活水平

城市消费水平：多多马

以下为 Marco 员工验证过的公开数据

消费项目	参考价格 (TZS)
麦当劳套餐	25,000
火车或巴士月票	36,000
市中心三间卧室的房租	880,000
郊区三间卧室的房租	670,000

当前通货膨胀率：3.4%

薪资水平

最低工资

2026 年 1 月 1 日起，法定最低工资标准为 358,322 TZS/月，适用于私营部门。
不同行业岗位薪资差异显著。

工资中位数

以下数据适用于一线城市人力资源、会计及行政岗位工资

职级	月薪 (TZS)
大学毕业生	719,473
中级职称	1,270,704
高级职称或中级管理岗位	3,455,000
专家职称或高级管理岗位	5,640,500

薪资年增长率：5%

法定福利

社保由雇主代扣，社会保险通常于次月 15 日前缴纳至国家社会保障基金 (NSSF)，工伤保险通常于当月缴至工伤赔偿基金管理局 (WCF Authority)。两者均受社会保障监管局 (SSRA) 监管。

国家级别

种类	雇主比例	雇员比例	说明
社会保险 (NSSF)	10%	10%	所有员工
工伤保险 (WCF)	1%	-	所有员工
健康保险基金 (NHIF)	3%	3%	按固定年度保费或按收入比例缴纳（非法定，自愿协商参保）

常规附加福利

- 雇主通常在法定 NHIF 基础上额外提供补充商业保险
- 雇主通常提供十三薪作为年终福利，于每年 12 月发放
- 交通津贴：约 50,000 ~ 300,000 TZS/月
- 住房津贴：约 1,000,000 ~ 1,900,000 TZS/月

个人所得税

税务居民

- 税务年度：1月1日 ~ 12月31日
- 申报期：次年6月30日前

纳税收入	税率
≤ 270,000	-
270,001 ~ 520,000	8%
520,001 ~ 760,000	20%
760,001 ~ 1,000,000	25%
≥ 1,000,001	30%

非税务居民

- 累计停留不超过 182 天为非税务居民，只需对其在坦桑尼亚的就业收入缴纳所得税，税率为 15%

工作时间

法定

≤ 9 小时/天, ≤ 45 小时/周

市场惯例

8 小时/天, 40 小时/周

加班费

加班时长限制：≤ 50 小时/月

- 工作日：1.5 倍
- 周末：1.5 倍
- 公共假期：2 倍

劳动合同

固定期限合同

签署形式	付薪货币	试用期	合同期限
英语或双方认可语言的书面合同（如员工需境外工作，则必须是书面合同），手签或电子签均可	坦桑尼亚先令（TZS）	法律未明确规定具体试用期时长，但规定服务不足 6 个月的雇员不能就“不公平解雇”提起申诉	允许双方约定合同期限和续签次数

合同解除

员工可以主动离职，雇主解除合同必须有正当理由（例如：员工不当行为、表现不佳、经济型裁员），需要提供书面解雇通知。

	主动离职	非自愿离职	经济型裁员
通知期 - 试用期	≤1 个月服务：≥ 7 天 日或周计薪的合同：≥ 4 天 月计薪的合同：≥ 28 天 或按合同约定通知期	≤1 个月服务：≥ 7 天 日或周计薪的合同：≥ 4 天 月计薪的合同：≥ 28 天 或按合同约定通知期	≤1 个月服务：≥ 7 天 日或周计薪的合同：≥ 4 天 月计薪的合同：≥ 28 天 或按合同约定通知期

通知期 - 转正后	日或周计薪的合同：≥ 4 天 月计薪的合同：≥ 28 天 或按合同约定通知期	日或周计薪的合同：≥ 4 天 月计薪的合同：≥ 28 天 或按合同约定通知期	日或周计薪的合同：≥ 4 天 月计薪的合同：≥ 28 天 或按合同约定通知期
补偿金	-	遵循通知期即可	服务每满一年：7 天基本工资 累计服务年限最多十年

无固定期限合同

签署形式	付薪货币	试用期
英语或双方认可语言的书面合同（如员工需境外工作，则必须是书面合同），手签或电子签均可	坦桑尼亚先令（TZS）	法律未明确规定具体试用期时长，但规定服务不足 6 个月的雇员不能就“不公平解雇”提起申诉

合同解除

员工可以主动离职，雇主解除合同必须有正当理由（例如：员工不当行为、表现不佳、经济型裁员），需要提供书面解雇通知。

	主动离职	非自愿离职	经济型裁员
通知期 - 试用期	≤1 个月服务：≥ 7 天 日或周计薪的合同：≥ 4 天 月计薪的合同：≥ 28 天 或按合同约定通知期	≤1 个月服务：≥ 7 天 日或周计薪的合同：≥ 4 天 月计薪的合同：≥ 28 天 或按合同约定通知期	≤1 个月服务：≥ 7 天 日或周计薪的合同：≥ 4 天 月计薪的合同：≥ 28 天 或按合同约定通知期
通知期 - 转正后	日或周计薪的合同：≥ 4 天 月计薪的合同：≥ 28 天 或按合同约定通知期	日或周计薪的合同：≥ 4 天 月计薪的合同：≥ 28 天 或按合同约定通知期	日或周计薪的合同：≥ 4 天 月计薪的合同：≥ 28 天 或按合同约定通知期
补偿金	-	遵循通知期即可	服务每满一年：7 天基本工资 累计服务年限最多十年

公共假期

2026

日期	名称
1 月 1 日	元旦
1 月 12 日	桑给巴尔革命纪念日
3 月 20 日	开斋节
3 月 21 日	开斋节假期（第二天）
4 月 3 日	耶稣受难日
4 月 6 日	复活节星期一
4 月 7 日	卡鲁姆纪念日
4 月 26 日	联合日

5月1日	劳动节 / 国际劳动节
5月27日	宰牲节
7月7日	萨巴萨巴日 (国际贸易展览日)
8月8日	农民节 (八八节)
8月25日	先知穆罕默德诞辰
10月14日	尼雷尔纪念日
12月9日	共和国日
12月25日	圣诞节
12月26日	节礼日

法定假期

假期种类	天数	说明
年假	一次性、连续 28 个自然日 (包含周末和公共假日)	所有员工
病假	≥ 126 个自然日/36 个月 (前 63 天全薪, 后 63 天半薪, 需医疗证明)	所有员工
产假	单胎: 84 个自然日 多胎: 100 个自然日 一位员工最多休 4 次带薪产假	女性员工
陪产假	≥ 3 个工作日	男性员工
家庭责任假	≥ 4 个工作日/36 个月	所有员工

关注【Marco 全球薪酬】公众号，每周更新：

用工趣闻、假期规则、国家简报

