

4 ほけん ねんきん 保険・年金

(1) こくみんけんこう ほけん 国民健康保険

▶ こくほねんきんか 国保年金課 TEL : 047-712-0141 (こくみんけんこう ほけん 国民健康保険コールセンター)

こくみんけんこう ほけん 国民健康保険とは、びょうき やけが をしたとき 経済的負担が できるだけ 軽くなるように、普段から 各自の収入に 応じて お金 (保険料) を出し、医療費にあてて いくという「助け合いの制度」です。日本では、誰もが安心して 医療を受けられるように、**全ての人が健康保険に加入しなければなりません。**

国民健康保険に加入しなければならない人

松戸市に住所を有する人は、次の人を除き、必ず国民健康保険に加入しなければなりません。

- ・ 職場の健康保険などに加入している人とその扶養家族の人
- ・ 後期高齢者医療制度に加入している人
- ・ 生活保護を受けている人

① こくみんけんこう ほけん はい 国民健康保険に入るとき・やめるとき

世帯主は 14 日以内に届け出て ください。
 取り扱い窓口：国保年金課、各支所
 (※ 松戸駅アトレ松戸 8 階の行政サービスセンターではできません。)

以下の書類をお持ちください

- ☑ 届出人と該当者のマイナンバーを確認できる書類
- ☑ 届出人の本人確認書類 (運転免許証、パスポート、マイナンバーカード・在留カードなど)
- ☑ 委任状 (届出人と該当者の住民票が別世帯の場合)

こくみんけんこう ほけん はい 国民健康保険に入るとき		こくみんけんこう ほけん やめるとき 国民健康保険をやめるとき	
こんなとき	必要なもの	こんなとき	必要なもの
ほかの市区町村から転入してきたとき	☑ 他市区町村の転出証明書	他市区町村へ転出するとき	☑ 国民健康保険資格確認書、資格情報のお知らせ
他の健康保険をやめたとき、他の健康保険の被扶養者でなくなったとき	☑ 健康保険資格喪失証明書	他の健康保険に入ったとき 他の健康保険の被扶養者になったとき	☑ 国民健康保険資格確認書、資格情報のお知らせ ☑ 他健康保険資格確認書、資格情報のお知らせ (後者が未交付のときは、加入したことを証明するもの)
こどもが生まれたとき	☑ 母子健康手帳	加入者が死亡したとき	☑ 国民健康保険資格確認書、資格情報のお知らせ
生活保護を受けなくなったとき	☑ 生活保護受給証明書	生活保護を受けるとき	☑ 国民健康保険資格確認書、資格情報のお知らせ、生活保護受給証明書

その他こんなとき	必要なもの
住所、世帯主、氏名などが変わったとき	☑ 国民健康保険資格確認書、資格情報のお知らせ
国民健康保険資格確認書、資格情報のお知らせをなくしたとき、汚損したとき	☑ 本人確認書類 (汚損した国民健康保険資格確認書、資格情報のお知らせ)

② こくみんけんこう ほけんりょう 国民健康保険料

国民健康保険に加入したら、保険料 (お金) を払ってください。保険料は世帯主 (家族を代表する人) が決められた日までに払います。
 保険料は口座振替 (※) で払ってください。口座振替のやり方は、国保年金課で聞いてください。

※ 口座振替 = 銀行などの口座からお金を引くこと

お金を払うのが遅くなると … 督促状、催告書を送ります。延滞金がついて払うお金が多くなる場合があります。

ずっとお金を払わないと … 市役所が保険料をあなたの貯金や給料から取る (差し押さえる) 場合があります。

※ お金を払うことができないときは、国保年金課に早めに相談してください。



4 National Health Insurance & National Pension

(1) National Health Insurance ▶ National Health Insurance and Pension Division (NHI Call Center) TEL: 047-712-0141

National Health Insurance is a system intended to serve as mutual aid for medical expenses. We all make payments on a regular basis (insurance premiums), scaled to our income, so that our financial burden will be as light as possible when we are ill or injured. **In Japan, all residents are required by law to participate in the public health insurance system** so that everybody has equal access to medical treatment.

① Enrolling-in and withdrawing-from National Health Insurance

Please notify the National Health Insurance and Pension Division or a branch office, within 14 days if you apply in the following cases.
 ※ This service is not handled by the Municipal Services Center at 8F, Atre Matsudo

People required to participate in National Health Insurance

Every resident in Matsudo is required to participate in the National Health Insurance system, except for those who fall into the following categories.

- Persons who already participate in the corporate health insurance system, and their dependents
- Persons who already participate in the Latter-stage Elderly Healthcare System
- Persons who are receiving Public Assistance

Bring the followings for the procedure

- ☑ An item to verify the My Number of the participant concerned and the person notifying
- ☑ Proof of identification for the person notifying (Driver's license, passport, My Number Card, Residence Card)
- ☑ Power of Attorney (If the registered address of the person notifying differs from the participant)

Procedures for participating in National Health Insurance		Procedures for withdrawing from National Health Insurance	
When	Required items	When	Required items
Moving-in to Matsudo from another municipality	☑ Transfer Certificate from the city/ward office of the old address	Moving-out from Matsudo	☑ Certificate of Eligibility or Notice of Eligibility Information for National Health Insurance
Withdrawing from another health insurance, or when no longer the dependent of an insured person	☑ Certificate of loss of qualification for health insurance (<i>Kenko Hoken Shikaku Sousitsu Shomeisho</i>)	Switching to another health insurance, or when becoming the dependent of an insured person	☑ Certificate of Eligibility or Notice of Eligibility Information for National Health Insurance ☑ The new health insurance card (bring a proof of enrollment if this card is not issued yet)
Birth of a child	☑ Maternal and Child Health Handbook	Death of an insured person	☑ Certificate of Eligibility or Notice of Eligibility Information for National Health Insurance of the deceased
Terminating Public Assistance payments	☑ Public Assistance Recipient Certificate	Starting to receive Public Assistance payments	☑ Certificate of Eligibility or Notice of Eligibility Information for National Health Insurance, Public Assistance Recipient Certificate
Other procedures		Required items	
Change of address, head of the household, name etc.		☑ Certificate of Eligibility or Notice of Eligibility Information for National Health Insurance	
Loss/damage of the Certificate of Eligibility or Notice of Eligibility Information for National Health Insurance		☑ Proof of identification (and the damaged Certificate of Eligibility or Notice of Eligibility Information for National Health Insurance, if possible)	

② National Health Insurance Fee

When you enroll in the National Health Insurance program, you are required to pay for its premiums (fees). The head of the household (person who represents the whole family) will pay the insurance premiums by the payment due date.

The National Health Insurance fee shall be paid via "kouza furikae" (automatic bank transfer). Please contact the National Health Insurance and Pension Div. regarding the procedures on how to set up account transfers.

What will happen if your premium payment is late ...?

Letter of reminder/demand will be mailed. The amount of your premium payment may increase if overdue charges are applied.

What will happen if you do not pay for the premiums ...?

Your personal assets, such as your salaries and bank savings may be seized by the city as insurance premiums.
 ※ Please consult with the National Health Insurance and Pension Div. as early as possible if you are experiencing difficulties paying your insurance premiums.



(2) 後期高齢者医療制度

▶ 国保年金課 後期高齢者医療班 TEL : 047-712-0141 (国民健康保険コールセンター)

住民登録をしている75歳以上(一定の障害があるかたで、加入を希望する65歳以上)の人は、後期高齢者医療制度に加入することになります。外国人も在留期間が3か月を超える場合は、後期高齢者医療制度の加入者となります。ただし、特定活動の在留資格で、医療を受けるために入国した場合などは加入できません。

(3) 国民年金

▶ 国保年金課 国民年金班 TEL : 047-366-7352

① 国民年金とは

日本では現役世代(被保険者)と高齢世代(受給者)の「社会的助け合い」のシステムが基礎となっています。
原則、日本国内に住所がある20歳以上60歳未満の全ての人たちは、国籍を問わず国民年金に加入しなければなりません。国民年金には老齢基礎年金、障害基礎年金、遺族基礎年金があり、受給要件や年金額については、お問合せください。

② あなたの加入する国民年金の種別と保険料の納付方法

種別	年齢など	対象者	納付方法	希望すれば加入できる人	特例任意加入
第1号被保険者	20歳～60歳未満	自営業者・無職の人・フリーター・学生等第2号及び第3号被保険者に該当しない人	日本年金機構から送付される納付書による支払や口座振替制度などもあります。	任意加入被保険者	65歳に達しても年金受給権が確保できない人は、70歳になるまでの間で受給権を得るまで加入することができます。(1975年4月1日以前に生まれた人)
第2号被保険者	就職時～65歳未満	厚生年金加入者	厚生年金保険料として給料から天引きされます。		
第3号被保険者	20歳～60歳未満	第2号被保険者に扶養されている配偶者	ご自身で保険料をお支払いする必要はありません。第2号被保険者が全体で負担しているためです。		

③ 保険料の支払いが困難な人

第1号被保険者(自営業者、無職の人など)は個人で保険料を納めなければなりません。病気、失業、営業不振などで保険料を納めるのが困難な人は、国民年金の窓口で申請し、承認されると保険料が全額または3/4・半額・1/4免除される制度があります。50歳未満の人には、保険料の納付が猶予される納付猶予制度、学生には、学生期間中の保険料の納付が猶予される学生納付特例制度があります。なお、免除された保険料は、10年以内であればさかのぼって納めることができます。



(2) Latter-stage Elderly Healthcare System

▶ National Health Insurance and Pension Division, Latter-stage Elderly Healthcare Unit TEL: 047-712-0141

People who registered their residence in Matsudo, and who are of age 75 years (for those who have sufficient disability, 65 years) and older may participate in the Latter-stage Elderly Healthcare System. Foreign residents who stay in Japan longer than 3 months will also be able to participate in this system. However, those who entered Japan with a Designated Activities Visa for the purpose of receiving medical treatment cannot participate in the system.

(3) National Pension

▶ National Health Insurance and Pension Division TEL: 047-366-7352

① Japanese National Pension System

The National Pension System is designed to financially support our whole society with an inter-generational support system (i.e. the working generation supports the retired generation, and so forth).

All people who are registered to reside in Japan and aged between 20 and 59, regardless of their nationality, must be covered by the National Pension system by law and must pay contributions. National pension systems pay not only for the pensions of the elderly, but also for disability pensions and survivor's pensions for individuals in times of financial difficulty. Please contact the National Health Insurance and Pension Div. for more information regarding provision conditions and amounts, etc.

② National Pension Coverage Categories and Methods of Paying Contributions

	Category	Age	Subject	Payment Method		
Persons who must enroll in the system	Category I insured persons	Between 20 and 59	Those who are not Category II or Category III insured persons, such as, students, self-employed individuals, unemployed, or part-time workers	Make contribution payments either via payment slips delivered by the Japan Pension Service, or via bank transfer.	Voluntary enrollment	Voluntary basis participant eligibility <ul style="list-style-type: none"> ● Persons between ages 60 and 64 who reside in Japan ● Persons between ages 20 and 64, who are of Japanese nationality and residing overseas
	Category II insured persons	Beginning of employment to age 64	Persons covered by the Employees' Pension System	Contribution payments are automatically deducted from one's salary, and the employer will take care of the paperwork filing on behalf of the employee.		
	Category III insured persons	Between 20 and 59	Dependent spouse of a Category II insured person	These persons' contributions are covered by the contributions paid by the spouse (Category II insured persons).	Special voluntary enrollment	Persons aged 65 to 69 years who have not satisfied the minimum qualifications may enroll up to 70 years of age until they are qualified. (Those born on or before April 1, 1975)

③ When there are difficulties paying contributions

Category I insured persons (self-employed, unemployed persons, etc.) have to make contribution payments themselves. There are relief measures for those who have difficulties making contribution payments due to illness, unemployment, or business slump, etc. They may be deemed eligible to receive full, 3/4, half, or 1/4 exemption, by submitting an application at the National Health Insurance and Pension Div. counter. If you are under 50, the Contributions Postponement System allows you to postpone your contribution payments, and if you are a student, you may be allowed to postpone contribution payments using the Special Payment System for Students. You may retroactively make payments for past contribution-exempted periods up to the past 10 years.



④ 短期在留外国人の脱退一時金

日本国籍を有しない人が、国民年金又は厚生年金被保険者資格を喪失し、日本を出国する場合、日本に住所を有しなくなってから2年以内に脱退一時金を請求することができます。

対象者	申請に必要な書類
<p>脱退一時金は、次のすべての条件に該当するときに請求することができます。</p> <ul style="list-style-type: none"> 日本国籍を有していない人 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つきすう または 厚生年金保険の被保険者期間の月数が6か月以上ある人（免除期間がある人はお問合せください。） 日本に住所を有していない人 <p>※再入国許可・みなし再入国許可を受けて出国する場合は、転出届の提出をしたとき。</p> <ul style="list-style-type: none"> 年金（障害手当金を含む）を受け取る権利を有したことがない人 	<p>下記の書類をご用意の上、申請ください。</p> <ul style="list-style-type: none"> <input checked="" type="checkbox"/> 脱退一時金請求書 <input checked="" type="checkbox"/> パスポートの写し（氏名・生年月日・国籍・署名・在留資格が確認できるページ） <input checked="" type="checkbox"/> 日本国内に住所を有しなくなったことを明らかにできる書類（住民票の除票の写しなど） <input checked="" type="checkbox"/> 銀行が発行した証明書など（銀行名、支店名、支店の所在地、口座番号、請求者本人の口座名義が確認できる書類） <input checked="" type="checkbox"/> 基礎年金番号が確認できる書類

※ 脱退一時金を受け取った場合、脱退一時金の計算の基礎となった期間は年金加入期間ではなくなります。詳しくは、最寄りの日本年金機構の年金事務所あるいは、国保年金課 国民年金班までお問合せください。なお、申請書類の提出先は日本年金機構になります。

※ 脱退一時金の支給金額は、日本の年金制度に加入していた月数に応じて、計算されます。

(4) 介護保険

▶ 介護保険課 TEL: 047-366-7370（松戸市介護保険事務センター）

介護保険は、介護を必要とする状態となっても自立した生活ができるよう、高齢者の介護をみんなで支える仕組みです。65歳以上で介護認定された人がサービスを利用することができます。40歳から64歳の人でも年をとったことによつておこる病気で介護認定された人は利用できます。

① 保険料の支払い方法

保険料は、年齢により支払い方法が異なります。

年齢	支払い方法
65歳以上	納め方は、普通徴収（納付書）と特別徴収（年金天引き）の2通りに分かります。年金天引きが開始されるまでの間は、納付書を送付しますので、期日までに支払ってください。
40歳から65歳未満	国民健康保険に加入している人 国民健康保険料に介護保険料が含まれます。世帯主が納めます。
	職場の健康保険に加入している人 給与から介護保険料が引かれます。

② 利用方法

介護サービスを利用するには、要介護・要支援認定を受ける手続きが必要です。

【窓口】 介護保険課、各支所

【申請に必要なもの】

市役所の窓口へ提出するもの	主治医または医療機関へ提出するもの
<ul style="list-style-type: none"> <input checked="" type="checkbox"/> 要介護（要支援）認定申請書 <input checked="" type="checkbox"/> 介護保険被保険者証 <p>※申請書に医療保険情報をご記入いただきます。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <input checked="" type="checkbox"/> 問診票



④ Lump-sum Withdrawal Payments (Exclusive to Non-Japanese Citizens)

If a non-Japanese person who was previously covered by the National Pension System or Employees' Pension System loses qualification and leaves Japan, he/she can claim the payments within two years after departing Japan.

Subject	Required Documents
<p>You may claim Lump-sum Withdrawal Payments if you satisfy all of the following conditions:</p> <ul style="list-style-type: none"> You are not a Japanese national. You have/had been covered under the National Pension (as a Category I Insured person) or Employees' Pension for six or more months in total. (Please inquire if you had a contribution-exempted period.) You no longer have a registered address in Japan. ※ In the case that you are leaving Japan with a Re-entry Permit or a Special Re-entry Permit, you may apply for withdrawal when you notify the municipal office that you are moving out. You have never been entitled to Japanese public pension benefits (including Disability Allowance). 	<p>Please have the following documents ready when submitting the application:</p> <ul style="list-style-type: none"> <input checked="" type="checkbox"/> Application for the Lump-sum Withdrawal Payments. <input checked="" type="checkbox"/> A copy of your Passport (the page where your name, date of birth, nationality, signature, and visa status are visible). <input checked="" type="checkbox"/> Document to prove your non-residency in Japan. (i.e. a copy of Certificate of Deleted Residence, etc.) <input checked="" type="checkbox"/> Document issued by a financial institution (something that shows the applicant's account name, bank name, branch name, branch address, and account number). <input checked="" type="checkbox"/> Document that shows your Basic Pension Number.

- ※ Coverage periods from which you claimed past payments will no longer be considered when applying for other Japanese pension benefits. For more details, please inquire with your nearest Japan Pension Service office or with the Matsudo City National Health Insurance and Pension Div. Please note that applications are accepted at the Japan Pension Service office.
- ※ The total payment amount you can claim depends on the number of your contribution period months.

(4) Long-term Care Insurance

▶ Long-term Care Insurance Division (Admin. Center) TEL: 047-366-7370

Long-term Care Insurance is a system in which society as a whole supports the independent living of those face the need for long-term care.

People aged 65 years or older who have been certified to utilize nursing care are eligible for this service. People between the ages of 40 and 64 are also eligible if certified for usage of nursing care due to specific age-related diseases.

① Long-term Care Insurance Fee

The method of payment differs depending on the age of the insured.

Age	Method of Collection
Persons aged 65 or over	There are two ways to pay premiums: "Futsu choshu (regular collection)" using payment slips, and "Tokubetsu choshu (special collection)" by payroll deduction. The city will send payment slips until payroll deductions begin, so please pay by the due date.
Persons aged 40 to 64	National Health Insurance: Long-term Care Insurance premium is included in the National Health Insurance payment which is paid by the head of the household.
	Employee's Health Insurance: Premiums shall be deducted from their salary.

② Procedures for use

You must go through the process of obtaining the long-term care requirement certification or support requirement certification in order to use the nursing care services.

[Service Counter]

Long-term Care Insurance Division or a branch office

[Required Items]

Documents to submit to the City Hall	Document to submit to one's primary doctor/medical institution
<ul style="list-style-type: none"> <input checked="" type="checkbox"/> Application for certification for long-term care/ support requirement <input checked="" type="checkbox"/> Long-term care insurance card ※ Health insurance information shall be filled in on the application form. 	<ul style="list-style-type: none"> <input checked="" type="checkbox"/> Medical questionnaire

