

(1) 国民健康保険

▶ 国保年金課 TEL：047-712-0141 (国民健康保険コールセンター)

国民健康保険とは、病気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）を出し合い、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 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）

国民健康保険に入るとき		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
他の市区町村から転入してきたとき	☑ 他の市区町村の転出証明書	他の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 ☑ 他の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 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ことがあります。

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）ことがあります。

※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 保险・年金（养老金）

(1) 国民健康保险

▶ 国保年金科 TEL：047-712-0141（国民健康保险电话客服）

国民健康保险是指为了在生病或受伤时尽量减轻医疗费负担而加入的，平时根据个人收入缴纳保险费并将之用于支付医疗费用的「互助制度」。在日本，为了能够安心接受治疗，**所有的人都必须加入健康保险。**

有必要加入国民健康保险的人

除以下人士，所有居住于松户市的人士都必需加入国民健康保险。

- 加入公司的健康保险的人及其抚养家属
- 加入后期老年人医疗制度的人
- 接受生活保护的人

① 加入国民健康保险・退出国民健康保险

户主必需在 14 天以内办理申告手续。

受理窗口：国保年金科，各支所

（※ATRE Matsudo 8 楼的行政服务中心不承办该手续。）

请携带以下资料

- ☑ 可以确认办理手续者和当事人的个人编号的资料
- ☑ 办理手续者的身份证件（驾驶执照，护照，个人编号卡，在留卡等）
- ☑ 委任状（办理手续者与当事人的住民票为不同家庭时）

加入国民健康保险		退出国民健康保险	
事由	所需资料	事由	所需资料
由其他市区町村迁入时	☑ 其他市区町村的迁出证明书	迁到其他市区町村时	☑ 国民健康保险资格确认书，资格信息通知
退出其他的健康保险时不再是被抚养者时	☑ 健康保险资格丧失证明书	加入其他健康保险时成为其他健康保险的被抚养者时	☑ 国民健康保险资格确认书，资格信息通知 ☑ 其他健康保险资格确认书，资格信息通知（后者未发行时，证明材料亦可）
小孩出生时	☑ 母子健康手册	加入保险者死亡时	☑ 国民健康保险资格确认书，资格信息通知
不再接受生活保护时	☑ 生活保护受给证明书	接受生活保护时	☑ 国民健康保险资格确认书，资格信息通知 生活保护受给证明书
其他事由		所需资料	
住址，户主，姓名发生变化时		☑ 国民健康保险资格确认书，资格信息通知	
国民健康保险资格确认书，资格信息通知，丢失或破损时		☑ 可以确认身份的证件（破损的国民健康保险资格确认书，资格信息通知）	

② 国民健康保险费

加入国民健康保险后，请缴纳保险费（钱）。保险费由户主（家庭代表）在指定期限内交付。

请采用账户转账方式（※）缴纳保险费。关于转账方式，请向国民年金科咨询。

※ 账户转账：从银行等账户扣除。

如果延迟缴费 … 发送督促单，催促单。因产生滞纳金，缴纳的金额有可能会增加。

如果一直不缴纳 … 可能由市政府从您的存款或工资中提取保险费（扣押）。

※ 如有无法缴纳的苦衷，请迅速向国保年金科咨询。



保险・年金（养老金）

(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。	● 日本国内に住所のある60歳以上65歳未満の人 ● 海外に在住している20歳以上65歳未満の日本国籍のある人	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	こうせいねんきん(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	ご自身で保険料を納め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) 后期老年人医疗制度

▶ 国保年金科 后期老年人医疗班 TEL：047-712-0141（国民健康保险电话客服）

办理了住民登记的 75 岁以上（有一定残障，并希望加入的 65 岁以上人士）的人，要加入后期老年人医疗制度。在留期间超过 3 个月以上的外籍居民，也将成为后期老年人医疗制度的加入者。在留资格为特定活动的人以及以接受治疗为目的的来日者，不能加入此制度。

(3) 国民年金（养老金）

▶ 国保年金科 国民年金班 TEL：047-366-7352

① 所谓国民年金

日本社会是由现役阶层（被保险者）与老龄阶层（受给者）的「社会性互助」系统为基础的社会。
原则上，居住日本国内的 20 岁以上 60 岁以下的所有居民，不论任何国籍都必需加入国民年金。国民年金分老龄基础年金，障碍基础年金，遗族基础年金等种类。有关领取条件和领取额度，请各自咨询。

② 国民年金的种类及保险费的缴纳方法

	种类	年龄等	对象者	缴纳方法		
必需加入的人	第 1 号被保险者	20 岁～60 岁以下	个体经营者・无职业者・自由职业者・学生等不属于第 2 号及第 3 号被保险者的人	有通过日本年金机构邮寄来的缴纳单缴纳或通过账户转账方式缴纳等方法。	根据希望可以加入的人	任意加入被保险者
	第 2 号被保险者	就业时～65 岁以下	厚生年金加入者	作为厚生年金保险费从工资中扣除。		● 日本国内有住所的 60 岁以上 65 岁以下人 ● 居住国外的 20 岁以上 65 岁以下的拥有日本国籍的人
	第 3 号被保险者	20 岁～60 岁以下	由加入厚生年金的第 2 号被保险者抚养的配偶者	无需自己缴纳保险费。由第 2 号被保险者全权负责缴纳。	特例任意加入	满 65 岁仍不能确保年金受给权的人，在到达 70 岁期间加入到得到受给权为止。（1975 年 4 月 1 日之前出生的人）

③ 缴纳保险费有困难时

第 1 号被保险者（个体经营者，无职业者等人）需要自己缴纳保险费。因疾病，失业，经营不振而缴纳保险费有困难时，通过在国民年金的窗口进行申请，如被批准可以免除全部保险费或 $3/4 \cdot 1/2 \cdot 1/4$ 的保险费。对于不满 50 岁的人，有延缓缴纳保险费的制度。身份为学生的人，在上学期期间有缓交保险费的学生纳付特例制度。被免除的保险费，10 年以内可以追溯缴纳。



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
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。 - 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 ※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。 - 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人	下記の書類をご用意の上、申請ください。 ☒ 脱退一時金請求書 ☒ 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） ☒ 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） ☒ 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） ☒ 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違います。

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
☒ 要介護（要支援）認定申請書 ☒ 介護保険被保険者証 ※申請書に医療保険情報をご記入いただきます。	☒ 問診票



④ 短期在留外国人的退出补助金

不具有日本国籍的人，丧失国民年金及厚生年金被保险者资格后离开日本时，在日本不再有住所之日起算2年以内可以申请领取退出补助金。

对象者	申请时提交资料
符合以下所有条件时可以申请领取退出补助金。 - 不具有日本国籍者 - 作为国民年金的第1号被保险者缴纳完毕保险费的月数，或作为厚生年金保险的被保险者期间的月数为6个月以上的人（有免除期间的人请咨询。） - 在日本没有住址者 ※办理了再入国许可・视同再入国许可后出国的场合，提交了迁出登记时。 - 未曾持有领取年金（包括残障者津贴）权利的人	请准备以下资料办理申请。 ☒ 退出补助金申请书 ☒ 护照的复印件（可以确认姓名・出生年月日・国籍・署名・在留资格的页面） ☒ 可证明在日本不再拥有住所的资料（住民票除票复印件等） ☒ 银行出具的证明书等（银行名，分行名，分行地址，账号，可以确认请求者本人的账号名义的材料） ☒ 可以确认基础年金号码的资料

※ 领取退出补助金后，作为计算退出补助金的基准的加入年金的期间将不再视为年金加入期间。详细请向附近的日本年金机构的年金事务所或国保年金科国民年金班咨询。申请资料要向日本年金机构提交。

※ 退出补助金的支付金额，根据加入日本的年金制度的月数算定。

(4) 护理保险

▶ 护理保险科 TEL：047-366-7370（松户市护理保险事务中心）

护理保险是指即使到了需要护理的程度，为了能使其能够自理日常生活，大家相互扶持，为老年人提供所需福利的制度。

65岁以上取得护理认可的人士可以利用。40岁至64岁，因年老而身患疾病，被认可需要护理的人士也可利用。

① 缴纳保险费的方法

缴纳保险费的方法，不同年龄需要采取不同缴纳方法。

年龄	缴纳方法
65岁以上	缴纳方法分为普通征收（缴纳单）和特别征收（养老金扣除）两种方法。养老金扣除开始之前将为您邮寄缴纳单，请在期限内缴纳保险费。
40岁至未满65岁	加入国民健康保险的人士 国民健康保险费含护理保险费。由户主缴纳。
	加入公司健康保险的人士 健康保险费从工资里扣除。

② 利用方法

利用护理服务时，需要先办理需要护理，需要支援认可手续。

【窗口】护理保险科，各支所

【申请所需资料】

提交市政府窗口的资料	提交主治医或医疗机关的资料
☒ 需要护理（需要支援）认定申请书 ☒ 护理保险被保险者证 ※需要在申请书上填写医疗保险信息。	☒ 问诊票

