



国民健康保険・国民年金

国保のてびき

国民健康保険の概要や受けられる給付などをまとめた一冊です。

配布場所 ・保険年金課(区役所2階) ・総合窓口課(区役所2階) ・各出張所
 ※区のホームページ(右の二次元コードからアクセス可)でもご覧いただけます。
 ※区内在住の外国人向けに、「外国語版国民健康保険ガイドブック」もあります。
 詳しくは、保険年金課(☎5211-4204)へお問い合わせください。



国民健康保険

保険年金課国民健康保険係 ☎5211-4204

国民健康保険に加入する方

職場の健康保険に加入しているか、生活保護を受けている方以外で、区に住民登録している75歳未満の方は、国民健康保険に加入しなければなりません(ただし、短期滞在(90日以下)の外国人を除く)。

国民健康保険への届け出

国民健康保険に加入するときや、やめるときは、必ず14日以内に届け出をしてください。届け出が遅れると、保険料をさかのぼって(最高2年間)納めなければならないになったり、医療費が全額自己負担となったりする場合があります。

また、届け出の際は、個人番号(マイナンバー)の記入が必要となります。

国民健康保険の届け出一覧

	こんなとき	必要なもの	手続きできるところ		
			国民健康保険係	総合窓口課	出張所
国保に入る場合	①千代田区に転入したとき		○	○	○
	②外国人で入国したとき(短期滞在者を除く)	在留カード(外国人登録証)または特別永住者証明書、パスポート	○	—	○
	③職場の健康保険をやめたとき(退職したとき) 家族の扶養をはずれたとき	職場の健康保険をやめたまたは扶養をはずれた証明書	○	○	○
	④後期高齢者医療制度に加入となる方の扶養で他の健康保険に加入しないとき	健康保険をやめた証明書、印鑑	○	○	○
	⑤子どもが生まれたとき	家族の保険証	○	—	—
	⑥生活保護を受けなくなったとき	保護廃止決定通知書	○	—	—
国保をやめる場合	⑦千代田区から転出するとき	保険証	○	○	○
	⑧外国人で出国するとき	保険証、航空券予約票など出国日がわかるもの、在留カード(外国人登録証)または特別永住者証明書	○	—	—
	⑨職場の健康保険に入ったとき(就職したとき) 家族の扶養になったとき	勤務先(扶養含む)の保険証、国民健康保険の保険証	○	○	○
	⑩生活保護を受けるようになったとき	保護開始決定通知書、国保の保険証	○	—	—
その他	⑪保険証をなくしたとき	免許証等の本人確認ができるもの	○	—	○

※保険証の受け渡しは原則郵送です。お急ぎの場合は、お問い合わせください。

※75歳(後期高齢者医療制度該当)になったときは届け出は必要ありませんが、国保の保険証はお返しください。

※⑤の場合は戸籍の出生届を提出後にお越しください。

※⑪の場合は窓口延長時間を除きます。



国民健康保険の保険料

保険料の計算方法

保険料は、次のように一定の料率を用いて1年間の保険料の額を計算します。納めていただく保険料は医療分＋後期高齢者支援金分＋介護分(40～64

歳の方)の合計額になります。

なお、後期高齢者支援金分は、後期高齢者医療制度加入者の医療給付費を支援するため、国保を含む医療保険に加入している方にもご負担いただくものです。

●令和元年度の保険料率等

医療分	所得割	加入者全員の算定基礎額計×7.14%	一世帯の最高限度額 (所得割+均等割=) 610,000円
		+	
	均等割	37,300円×加入者数	
		+	
支援金分	所得割	加入者全員の算定基礎額計×1.93%	一世帯の最高限度額 (所得割+均等割=) 190,000円
		+	
	均等割	11,000円×加入者数	
		+	
介護分	所得割	加入者のうち40歳～64歳の方の算定基礎額計×0.97%	一世帯の最高限度額 (所得割+均等割=) 160,000円
		+	
	均等割	14,200円×加入者のうち40歳～64歳の方の人数	
Ⅱ 年間保険料			

●これから40歳になる方の介護分保険料は

40歳になる月(1日生まれの方はその前月)からの額を月割で計算し、翌月から分割して納めます。6月以降40歳になる方には、介護保険料支払い開始月に増額の変更通知でご案内します。

●これから65歳になる方の介護分保険料は

その年度内に、65歳になる前月(1日生まれの方はその前々月)までの額を月割で計算し、6月(1期)から翌年3月(10期)までの10回に分割して納めます。

※65歳になった月からの介護保険料は、その年度の介護保険料からあらかじめ除いてありますので、年度途中に65歳になっても毎期支払っていただく保険料額は3月まで変わりません。

保険料の納入

年間保険料は、6月～翌年3月の年10回払いになります。

毎年6月に決定通知書と口座振替以外の方には納付書を1年分お送りします。お近くの金融機関・コンビニエンスストアまたは区役所、出張所の窓口で納期限までに納めてください。

ただし一定の要件を満たす65歳以上の世帯の方は年金から天引きになります。口座振替を選択することもできます。

※納期までに納められない事情がある場合はご相談ください。

保険料の減額・免除

- ①所得の低い被保険者を対象に、前年中の総所得(世帯合算額)が一定基準以下の場合に、保険料の均等割額を減額する制度です。
- ②リストラなどで職を失った失業者が国民健康保険に加入する場合、失業時からその翌年度末までの間、前年分の給与所得を100分の30として保険料を算定します(雇用保険受給資格証が必要となります)。
- ③災害などの特別な理由により、一時的に生活が著しく困難になり、保険料の支払いができなくなった世帯に対して、保険料の徴収を猶予したり、減額または免除したりする制度があります。世帯の生活状況を調査して決定します。



後期高齢者医療制度創設による 保険料の軽減措置

- ①75歳になる方の社会保険から扶養をはずれて国保に加入する方(65～74歳)は、申請により所得割を免除し、均等割が半額となります。均等割半額の適用は国保加入日から2年間となりますが、加入からすでに2年以上経過している場合、均等割半額の適用はなくなります。所得割免除の適用は当面の間、期間制限がありません。
- ②75歳になる方が国保に加入していた場合、世帯構成や収入が変わらなければ、75歳になる方が

国保加入だった時と同様に、軽減の判定をします。

国民健康保険の保健事業

国民健康保険では、加入者の健康づくりを支援するため、各種保健事業を行っています。40歳以上の加入者には、国保健診(無料)、人間ドックの利用補助、はり・きゅう・マッサージの施術補助券の交付などを行っています。

詳しくは、45ページをご覧ください。

年に一度は健診等で健康状態を確認し、病気の予防・早期発見に努めましょう。

国民健康保険で受けられる給付のあらまし

給付の種類	給付のあらまし
療養の給付	病気やケガなどで治療を受けたとき、その費用(一部負担金を除く)を国保が負担します。
入院時食事療養費	入院中の食事にかかる標準的な費用(一部負担金を除く)を国保が負担します。 住民税非課税世帯は減額制度があります。
療養費	緊急やむを得ない理由や旅行先などで保険証を提示しないで治療を受けた時や、補装具を購入したときなどで国保が認めたときは、医療費(保険単価に換算した額)を支給します(一部負担金を除く)。
移送費	緊急を要する入院や転院で、著しく歩行が困難なため移送費(車代等)が必要と国保が認めたとき、最も経済的で通常の経路、方法により移送された場合の旅費に基づき算定した額の範囲内での実費を支給します(一部負担金を除く)。
高額療養費	医療機関で1か月に支払った一部負担金が国保で定めた限度額を超えた場合、申請により超えた額を支給します(差額ベッド代等は対象外)。該当する世帯には、おおむね3か月後くらいに世帯主あてにお知らせします。
高額療養 高額介護合算療養費	世帯で1年間に支払った高額療養費の自己負担額と介護保険高額介護サービスの自己負担額を合算した額が自己負担限度額(毎年8月～翌年7月)を越えた場合に支給します。
出産育児一時金	出生児1人(妊娠85日以上の子、死産、流産を含む)につき42万円を支給します。 支給を受ける方法として2つの制度があります。どちらの制度を利用するかについては、医療機関にご確認ください。 また、これらの制度を利用しないで区に請求する方法もあります。 【直接支払制度】 区が医療機関等に直接、出産育児一時金を支払うことにより、世帯主は出産費用から42万円を差し引いた額を医療機関等で支払えばよい制度です。出産費用が42万円未満で納まった場合、その差額を区に請求します。利用する場合には医療機関等へ直接申し込みます。 【受取代理制度】 事前に世帯主が区に申請していただくことで、区が直接、医療機関等へ出産育児一時金を支払うことにより、出産費用から42万円を差し引いた額を医療機関で支払えばよい制度です。出産費用が42万円未満で納まった場合、その差額を区に請求します。なお、区内の医療機関等では、この制度を利用できません。区外の一部の医療機関でのみ利用できます。詳しくは、医療機関等にお問い合わせください。
葬祭費	国保加入者が死亡した場合、葬儀を行った方(喪主)に7万円を支給します。



国民年金

保険年金課国民年金係 ☎5211-4202

国内に住所があり、20歳以上60歳未満の方は、すべて国民年金に加入しなければなりません。国民年金に加入している方が、一定の要件を満たし、65歳になると「老齢基礎年金」が、重度障害者になったときには「障害基礎年金」が、死亡されたときは遺族のうち子がある配偶者または子に「遺族基礎年金」が支給されます。このほかに国民年金第1号被保険者への独自給付として付加年金、寡婦年金、死亡一時金等があります。

加入者の種類

第1号被保険者(強制加入者)

次の①～③まで全てに該当する人

- ①日本国内に住所がある
- ②20歳以上60歳未満
- ③次の第1号被保険者(任意加入者)、第2号被保険者、第3号被保険者のいずれにも該当しない人

第1号被保険者(任意加入者)

- ①日本国内に住所がある60歳以上65歳未満の方(昭和40年4月1日以前の生まれの方は、70歳まで加入できます)
- ②日本国籍を有し海外に居住している20歳以上65歳未満の方

第2号被保険者 厚生年金に加入している方

第3号被保険者 第2号被保険者の配偶者で、その第2号被保険者に生計を維持されている20歳以上60歳未満の被扶養配偶者

保険料

- ・第1号被保険者は毎月の保険料を納めなければなりません。
- ・平成31年4月～令和2年3月は月額16,410円です。
- ・月額400円の付加保険料を納付すると、将来の老齢基礎年金に付加年金が加算される制度もあります。
- ・6か月・1年・2年等を単位として、前納すると保険料を割引する制度があります。

▶保険料の納め方

日本年金機構から送付される納付書で納める場合

金融機関窓口、コンビニエンスストアが利用できます。詳しくは納付書の裏面をご覧ください。納付期限は翌月末日です。前納用の納付書を使って前払い(前納)すると、割引を受けることができます。

口座振替制度

あらかじめ申し込むことにより、金融機関口座

から自動振替ができます。振替日は翌月末日です。振替日を当月末日(早割)にすると月額保険料が50円割引されます。また、口座振替の前納は納付書を使う前納よりも多くの割引を受けることができます。

※インターネットバンキング、クレジットカードでも納付できます。

▶保険料のお支払が困難な方は

保険料の免除 第1号被保険者の方で、申請者本人・世帯主・配偶者の所得がそれぞれ一定額以下の方は、申請に基づき、保険料の納付義務が全額あるいは一部免除されます。

退職(失業)による特例免除制度

配偶者・世帯主に一定以上の所得があるときは認められない場合があります。

産前産後期間の免除制度

国民年金加入者(第1号被保険者)で出産日が平成31年2月1日以降の方は、出産前後の一定期間に免除が受けられる場合があります。

※産前産後期間中は通常の免除と違い保険料を納めたものとして取り扱われます。

※産前産後期間中であれば申請免除・法定免除および納付猶予期間中でも申請が可能です。

納付猶予制度

50歳未満の方で、本人と配偶者のみの所得を基準とします。申請し、承認されることが必要です。猶予を受けた期間は、年金を受給するための資格期間として計算されますが、保険料の追納がない場合は年金額に反映されません。

学生納付特例制度

大学や短大等の学生・生徒で本人の所得が118万円以下の方は、申請し承認されると指定期間の保険料が猶予されます。特例を受けた期間は、年金を受給するための資格期間として計算されますが、保険料の追納がない場合は年金額に反映されません。





▶保険料の追納

保険料の免除・猶予・学生納付特例を承認された期間の保険料は10年以内であれば、追納(後払い)することができます。2年度を超えると追納加算額が上乗せされます。

手続きの時期

- ①20歳になったとき(厚生年金の加入者を除く)
- ②会社などを退職したとき(扶養している配偶者が

いる方は併せて届け出をしてください)

- ③第3号被保険者の方が配偶者の扶養でなくなったとき

- ④会社などに就職したとき(扶養している配偶者がいる方は併せて届け出をしてください)

- ⑤配偶者(厚生年金の加入者)の扶養になったとき

届け出先

- ①は、第1号被保険者は区役所・第3号被保険者は配偶者の勤務先、②③は区役所、④は勤務先、⑤は配偶者の勤務先へ届け出をしてください。

年金の種類と年金額(令和元年度)

種類	給付のあらまし	年金額
老齢基礎年金	保険料を納めた期間(免除期間などを含む)が10年(120月)以上ある方が、65歳になったときから受けられます。請求手続きは、原則として65歳の誕生日の前日からです。ただし、希望すれば支給開始年齢を60歳～64歳に繰り上げ、または66歳～70歳に繰り下げ変更できます(繰り上げは減額、繰り下げは増額となります)。	納付済期間40年(480月)の場合780,100円(満額) 保険料の免除や未納がある場合は減額されます。
障害基礎年金	・国民年金加入中に初診日のある病気やけがで、障害認定日に障害等級1級・2級のいずれかに該当しているときに受けられます。60歳以上65歳未満で日本国内に住んでいれば、加入をやめた後の病気やけがによるものでも受けられます。保険料の納付要件があります。 ・20歳前に初診日がある場合は20歳になったとき(障害認定日が20歳以降の場合は、その障害認定日)に障害基礎年金を請求し、障害等級の1級・2級のいずれかに該当していれば受けられます(所得による支給制限があります)。	1級 975,125円 2級 780,100円 18歳未満の子がいる場合は加算があります。
遺族基礎年金	国民年金の被保険者期間中の死亡または老齢基礎年金を受ける受給資格期間(保険料免除・合算対象期間を含む)が25年以上ある人が死亡したとき、その人によって生計を維持されていた「子のある配偶者」または「子」に、子が18歳到達年度の末日まで、あるいは1、2級の障害のある子の場合20歳になるまで支給されます。保険料の納付要件があります。	子が1人いる妻または夫＝1,004,600円 子1人＝780,100円 子の人数に応じた加算があります。
寡婦年金	第1号被保険者として保険料を納めた期間(保険料免除期間を含む)が10年(平成29年7月までの死亡については25年(300月)が必要)以上ある夫が死亡したとき、10年以上婚姻関係にあった妻が60歳から65歳になるまで受けられます。	夫が受けられたであろう老齢基礎年金額の4分の3(付加年金は除く)
死亡一時金	第1号被保険者として保険料を納めた期間が3年(36月)以上ある方が、年金を受けずに死亡し、遺族が遺族基礎年金などを受けられないとき受けられます。	保険料納付期間に応じて120,000～320,000円
特別障害給付金	・国民年金に任意加入していなかったため、障害基礎年金等を受給していない障害者を福祉的に救済する制度です。 ・任意加入していなかった期間内に初診日があり、現在、障害基礎年金1級・2級相当の障害に該当するとき受けられます(所得による支給制限があります)。 ※給付金を受給するためには、65歳になる前までに請求する必要があります。	1級障害 月額52,150円 2級障害 月額41,720円

年金生活者支援給付金（令和元年10月から開始予定）

消費税率引き上げ分を活用し、年金を含めても所得が低い方の生活を支援するために、年金に上乗せして支給する制度です。対象や支給額など詳しくは、お問い合わせください。

問合せ ねんきんダイヤル ☎0570-05-1165 (IP電話の方は ☎03-6700-1165 <03を省略するとつながりません>)

