

Sagamihara Chuo — 国民健康保険異動届出書 — National Health Insurance Application

Deadline: Must be submitted within 14 days of the qualifying event (losing employer insurance, moving in, birth, etc.) | Cost: Free | Penalty: Late enrollment means you still owe premiums from the eligibility date, and medical costs in

WHAT TO BRING

>> Enrolling after leaving employer insurance

- | | |
|---|-------------|
| * Certificate of Health Insurance Loss (from former employer) | 健康保険資格喪失証明書 |
| * Residence Card | 在留カード |
| * My Number Card (or My Number notification) | マイナンバーカード |
| Bank passbook & registered seal (for auto-debit setup) | 通帳・届出印 |

>> Enrolling after moving to a new ward

- | | |
|--|-----------|
| * Residence Card | 在留カード |
| * My Number Card | マイナンバーカード |
| Moving-Out Certificate (from previous ward) (If also doing residence registration) | 転出証明書 |

>> Leaving NHI (got employer insurance)

- | | |
|---|-------------|
| * New health insurance card (from employer) | 新しい健康保険証 |
| * NHI qualification confirmation document | 国民健康保険資格確認書 |
| * My Number Card | マイナンバーカード |

COMMON MISTAKES

- X Not enrolling within 14 days
 - > You owe premiums retroactively from the eligibility date, but medical expenses during the gap are not covered.
- X Forgetting to disenroll from NHI after getting employer insurance
 - > You will be double-billed for premiums. NHI does not automatically cancel.
- X Not bringing the Certificate of Health Insurance Loss
 - > The ward office cannot process your enrollment. Ask your former employer to issue this document.

AFTER YOU SUBMIT

1. You receive a qualification confirmation document (資格確認書) — keep this as proof of insurance
2. Monthly premium notices arrive by mail. Pay at convenience stores, banks, or set up auto-debit
3. Dependents can be enrolled on the same form — list all household members
4. Premiums are calculated based on your previous year's income

セクション 1 — Section 1

第 3 号様式

介護保険被保険者証等（交付・再交付）申請書

相模原市長 あて

年 月 日

① どなたの分が必要ですか

被 保 険 者	被保険者番号	0 0 0	個人番号	
	フリガナ		生年月日	明・大・昭 年 月 日
	氏 名		性 別	男 ・ 女
	住 所			

- 1 第3号様式 [第3号様式]
- 2 受付印 Reception / Received / Seal (inkan / hanko)
Staff use - indicates form was received. Do not fill in. Personal seal stamp.
Most ward offices accept a written signature for foreigners instead.
- 3 介護保険被保険者証等（交付・再交付）申請書 Long-term Care Insurance
Insurance for elderly care services. Mandatory for residents 40+. Premiums deducted with health insurance.
- 4 相模原市長 あて [相模原市長 あて]
- 5 年 月 日 [年 月 日]
- 6 ① どなたの分が必要ですか [① どなたの分が必要ですか]
- 7 被保険者番号 0 0 0 個人番号 My Number (Individual Number)
12-digit number. Leave blank on first registration — it will be mailed to you after.
- 8 フリガナ Phonetic reading (katakana)
Write the katakana reading of your name. For foreign names, this IS your name in katakana.
- 9 生年月日 明・大・昭 年 月 日 Date of birth
Format: 年(year) 月(month) 日(day). Use Japanese calendar (令和/平成) or Western year.
- 10 氏 名 Full name
Write your full legal name as it appears on your residence card or passport
- 11 性 別 Gender
Usually select from options like 男 (male) or 女 (female)
- 12 男 ・ 女 [男 ・ 女]
- 13 住 所 Address
Write your complete residential address including postal code, prefecture, city, and building details



セクション 2 — Section 2

1

2

2 申請をするのはどなたですか

申請者	フリガナ	被保険者との続柄
	氏 名	電話番号 <small>(平日の昼間に連絡できる番号)</small>
	※本人の場合、住所の記載は不要	
	住 所	

10

3 必要なものは何ですか (○で囲んでください。複数の証の選択も可能です)

再交付する証明書	1 被保険者証	2 資格者証	3 受給資格証明書
	4 負担割合証 (適用期間: 年 8 月 1 日 ~ 翌年 7 月 31 日分)	5 負担限度額認定証 6 社会福祉法人等による利用者負担軽減確認証	

15

4 再交付の理由は何ですか (○で囲んでください)

- 1

2 申請をするのはどなたですか To do/performance

This is typically part of a longer phrase on forms - look for the complete text before filling
- 2

被保険者との続柄 Relationship to head of household

See relationship terms table.
- 3

フリガナ Phonetic reading (katakana)

Write the katakana reading of your name. For foreign names, this IS your name in katakana.
- 4

電話番号 Phone number

Japanese mobile number preferred. Some forms accept overseas numbers.
- 5

氏 名 Full name

Write your full legal name as it appears on your residence card or passport
- 6

() [()]
- 7

(平日の昼間に連絡できる番号) [(平日の昼間に連絡できる番号)]
- 8

※本人の場合、住所の記載は不要 Address

Write in kanji if possible. Ward office staff can help you look up the correct kanji for your address.
- 9

住 所 Address

Write your complete residential address including postal code, prefecture, city, and building details
- 10

3 必要なものは何ですか (○で囲んでください。複数の証の選択も可能です)

[3 必要なものは何ですか (○で囲んでください。複数の証の選択も可能です)]
- 11

1 被保険者証 2 資格者証 3 受給資格証明書 Qualification

Refers to your legal status or eligibility (e.g., resident status, insurance qualification)
- 12

再交付する証明書 To do/performance

This is typically part of a longer phrase on forms - look for the complete text before filling
- 13

4 負担割合証 (適用期間: 年8月1日 ~ 翌年7月31日分) [4 負担割合証 (適用期間: 年8月1日 ~ 翌年7月31日分)]
- 14

5 負担限度額認定証 6 社会福祉法人等による利用者負担軽減確認証

[5 負担限度額認定証 6 社会福祉法人等による利用者負担軽減確認証]
-

セクション 2 — Section 2 (continued)

12

申請をするのはどなたですか

申請者	フリガナ	被保険者との続柄	
	氏 名	電話番号 <small>(平日の昼間に連絡できる番号)</small>	()
	※本人の場合、住所の記載は不要		
	住 所		

13

必要なものは何ですか (○で囲んでください。複数の証の選択も可能です)

再交付する証明書	1 被保険者証	2 資格者証	3 受給資格証明書
	4 負担割合証 (適用期間: _____ 年 8 月 1 日 ~ 翌年 7 月 31 日分)		
	5 負担限度額認定証	6 社会福祉法人等による利用者負担軽減確認証	

14

再交付の理由は何ですか (○で囲んでください)

--	--

15

④ 再交付の理由は何ですか (○で囲んでください) [④ 再交付の理由は何ですか (○で囲んでください)]

セクション 3 — Section 3 (Part 2/2)

1 送付先変更同時受付	<input type="checkbox"/> 有 <input type="checkbox"/> 無	資格者証	<input type="checkbox"/> 交付 <input type="checkbox"/> 未交付		1~3	4~6	
-------------	---	------	--	--	-----	-----	--

1

送付先変更同時受付

Reception / Received / Change

Staff use - indicates form was received. Do not fill in. Check this box if you are making changes to existing information



セクション 4 — Section 4

4

5

6

7

8

9

10

11

12

送付先変更同時受付	<input type="checkbox"/> 有 <input type="checkbox"/> 無	資格者証	<input type="checkbox"/> 交付 <input type="checkbox"/> 未交付			
被保証・その他証類同時発送 <input type="checkbox"/>		郵送年月日		/		
番号確認	<input type="checkbox"/> 個人番号カード (身元確認も兼ねる)		身元確認	<input type="checkbox"/> 運転免許証 <input type="checkbox"/> 障害者手帳 (身・療・精) <input type="checkbox"/> 旅券		
	<input type="checkbox"/> 通知カード <input type="checkbox"/> 住民票 (番号記載有)			<input type="checkbox"/> 運転経歴証明書 <input type="checkbox"/> その他写真付証明書 ()		
	<input type="checkbox"/> 住民基本台帳 <input type="checkbox"/> 過去作成ファイル			<input type="checkbox"/> 公的医療保険の被保険者証 <input type="checkbox"/> 年金手帳		
	<input type="checkbox"/> その他 ()			<input type="checkbox"/> その他 ()		

※写真の無い証明書は2点以上必要

- 1
- ☐有 ☐無 None/Not applicable
- Check this box if the item does not apply to you or if you have none to report
- 2
- 資格者証 Qualification
- Refers to your legal status or eligibility (e.g., resident status, insurance qualification)
- 3
- ☐交付 ☐未交付 [☐交付 ☐未交付]
- 4
- 送付先変更同時受付 Reception / Received / Change
- Staff use - indicates form was received. Do not fill in. Check this box if you are making changes to existing information
- 5
- 被保証・その他証類同時発送 ☐ Other
- Use this section for any additional information not covered in other fields
- 6
- 郵送年月日 [郵送年月日]
- 7
- 番☐個人番号カード (身元確認も兼ねる) 身☐運転免許証 ☐障害者手帳 (身・療・精) ☐旅券
- Driver's license / My Number (Individual Number)
- Bring your physical driver's license as identification 12-digit number. Leave blank on first registration — it will be mailed to you after.
- 8
- 元☐運転経歴証明書 ☐その他写真付証明書 () Other
- Use this section for any additional information not covered in other fields
- 9
- ☐住民基本台帳 ☐過去作成ファイル [☐住民基本台帳 ☐過去作成ファイル]
- 10
- ☐公的医療保険の被保険者証 ☐年金手帳 Pension
- Select your pension type (National Pension, Employee Pension, etc.)
- 11
- ☐その他 () Other (/ Other
- Use this field for any information that doesn't fit in the standard categories above Use this section for any additional information not covered in other fields
- 12
- ※写真の無い証明書は2点以上必要 [※写真の無い証明書は2点以上必要]



COUNTER PHRASES

Point and show these to ward office staff

FINDING THE COUNTER

すみません、国民健康保険の窓口はどこですか？

Sumimasen, kokumin kenkō hoken no madoguchi wa doko desu ka?

Excuse me, where is the National Health Insurance counter?

ENROLLING

国民健康保険に加入したいのですが

Kokumin kenkō hoken ni kanyū shitai no desu ga

I would like to enroll in National Health Insurance

CANCELLING

国民健康保険をやめたいのですが

Kokumin kenkō hoken wo yametai no desu ga

I would like to cancel my National Health Insurance

SHOWING PROOF

資格喪失証明書を持っています

Shikaku sōshitsu shōmeisho wo motteimasu

I have my Certificate of Health Insurance Loss

ASKING ABOUT PREMIUMS

保険料はいくらですか

Hokenryō wa ikura desu ka?

How much is the insurance premium?

LEFT PREVIOUS JOB

会社を辞めたので、国保に切り替えたいです

Kaisha wo yameta node, kokuho ni kirikae tai desu

I left my company and want to switch to National Health Insurance