

9 国民健康保険の手続きを 必ずして ください。

国民健康保険に 加入が必要なときと 加入の手続きに 必要なもの

- (1) 日本に 入国した(来た)とき ①在留カードか パスポート
- (2) 転入した(引越した)とき ①転出証明書と ②在留カードか パスポート
- (3) 会社の健康保険を やめたとき
 - ①会社の健康保険を やめたことを 証明したものと
 - ②在留カードか パスポート

国民健康保険を やめる必要があるときと やめる手続きに 必要なもの^{*1}

- (1) 出国する(日本から出る)とき ①資格確認書^{*2}と ②在留カードか パスポート
- (2) 転出する(引越す)とき ①資格確認書^{*2}と ②在留カードか パスポート
- (3) 会社の健康保険に 加入したとき
 - ①会社の健康保険の資格確認書 か 資格情報のお知らせと
 - ②国民健康保険の資格確認書(マイナ保険証を使っている人は本人確認書類)

*1 国民健康保険を やめるまでの 保険料を 払わなくては なりません。

*2 マイナ保険証を使っている人は必要ありません。

わからないことは 下の 各区役所 市民総合窓口課に 聞いて ください。

| 連絡・質問先 | 電話番号・TEL | 住所 |
|--------------|----------------|--------------|
| 中央区 市民総合窓口課 | ☎ 043-221-2131 | 中央区中央4-5-1 |
| 花見川区 市民総合窓口課 | ☎ 043-275-6255 | 花見川区瑞穂1-1 |
| 稲毛区 市民総合窓口課 | ☎ 043-284-6119 | 稲毛区穴川4-12-1 |
| 若葉区 市民総合窓口課 | ☎ 043-233-8131 | 若葉区桜木北2-1-1 |
| 緑区 市民総合窓口課 | ☎ 043-292-8119 | 緑区おゆみ野3-15-3 |
| 美浜区 市民総合窓口課 | ☎ 043-270-3131 | 美浜区真砂5-15-1 |



がいこくじん 外国人のみなさん

こくみんけんこうほけん し
国民健康保険のことを 知って ください!

～ 病気やけがをしたときのための制度です ～



1 国民健康保険とは？

日本では全ての人が（外国人も）健康保険に加入します（入ります）。健康保険に加入すると病院など病気を診てもらったときに払うお金が少なくなります。

国民健康保険はとても大切な勤務先（あなたの働いているところ）の健康保険に加入しているなどを除きあなたが住んでいるところの国民健康保険に加入してください。

2 国民健康保険に外国人も必ず加入します。

3か月より長く日本に住むことになった外国人は住民票に登録します。住民票に登録した外国人は国民健康保険に加入します。※次の人には除きます。

国民健康保険に加入することができない人

- (1) 在留期間（日本に住む日にち）が3か月以下の人※1
- (2) 在留資格が「短期滞在」（日本に住む日にちが3か月以下）の人や日本の病院で病気などを治す人かその人の世話をする人
- (3) 会社などの健康保険に入っている人
- (4) 生活保護を受けている人
- (5) 後期高齢者医療制度に加入している人※2

※1 在留期間が3か月以下でも加入できることがあります。

くわしいことは一番後ろに書いてある連絡・質問先に聞いてください。

※2 75歳以上の方は国民健康保険ではなく後期高齢者医療制度に加入します。

3 国民健康保険に加入している人は保険料を必ず払ってください。

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。
保険料は国民健康保険に加入している人が病気やケガをしたときの医療費（病気やケガを治すためのお金）の一部になります。病院で払うお金を少なくするためのものです。
必ず保険料は決められた日までに払ってください。

お金を払うのが遅くなると払うお金が多くなります。（高くなります。）※1 給料や預金・貯金が使えなくなり強制的にお金を引くこともあります。

決められた日までに払うために保険料は口座振替※2で払ってください。

※1 延滞金が発生します。

※2 口座振替=あなたの銀行口座にあるお金で払うこと。

保険料を払うための手続きが一度で済みます。

4 所得の申告を忘れないでしてください！

保険料は前の年の所得（自分の収入）を基に計算します。所得の申告を忘れないでください。前の年の所得が少ないと保険料が安くなることがあります。

5 病院などで病気を診てもらうとき

病気やけがなどで病院に行ったら必ずマイナ保険証か資格確認書を見せてください。
マイナ保険証は自分でマイナンバーカードを利用登録（※1）することで使えます。
マイナ保険証を使うと医療費が多く（高く）なったときに手続きをしなくても限度額（決まった金額）を超える医療費が不要（いらない）になるメリットがあります。マイナ保険証の申込をしていない人には資格確認書を渡します。



6 特定健康診査※1を受けてください！

千葉市の国民健康保険に加入している40歳から74歳の人は500円で特定健康診査※1が受けられます。生活習慣病にならないために1年に1回受けてください。受診券（特定健康診査を受けるための券）は毎年5月の中ごろに対象者へ送られます。また年度の途中から国民健康保険に加入した人は受診券をもらうために申し込みが必要ですので健康支援課（TEL 043-238-9926）に連絡してください。

※1 特定健康診査=生活習慣病（糖尿病・高血圧症・脂質異常症など）になっていないか調べること。

7 海外療養費の申請の際の注意事項！

海外療養費とは外国で病気やケガをしてそれを外国の病院に診てもらったとき国民健康保険に入っていると払ったお金の一部が返ってくることです。
海外療養費を申請するときは、診てもらった外国の病院の住所と電話番号を必ず書いてください。海外療養費を調べるときにあなたのパスポートの渡航歴（行った国）の確認や診てもらった外国の病院に確認をすることがあります。
また日本に1年以上住んでない人や病気やケガを治すために海外に行った人は海外療養費が支給されないので注意してください。

8 他人の情報を使うことは犯罪です！！

本人（自分）のマイナ保険証か資格確認書しか使うことができません！
自分の治療費（病院で払うお金）を安くするために病院をだまして他人の情報を使うと詐欺罪※1といった犯罪になるかもしれません。詐欺罪は最高で10年の懲役※2です。
マイナ保険証か資格確認書を他人に貸した人も同じ罪になります。

※1 詐欺罪=人をだまして得をすること。日本では人の物を盗む窃盗罪より詐欺罪は重い罪になります。

※2 懲役=刑務所に入って働くこと。