

## 国民健康保険に入るひとへ

日本に住むひとは、日本のひとでも外国のひとでもすべてのひとが健康保険に入ります。  
健康保険に入ると、病気やけがで病院などに行ったとき、自分で払うお金が少なくなります。

### 国民健康保険について

国民健康保険は、職場の健康保険に入っていないひとが入る健康保険です。  
国民健康保険の手続きは市役所でします。  
国民健康保険に入ると、保険証（資格確認書）がもらえます。

### 病院などに行くとき

病気やけがで病院などに行くときは保険証（資格確認書）を受付で見せてください。  
病院などでは、国民健康保険に入っていることを確認します。確認ができたとき、払うお金の割合が20%～30%になります（払うお金の割合は年齢などによって変わります）。  
他の人の保険証（資格確認書）は使えません。  
マイナンバーカードを持っているひとは、保険証の登録をすると、マイナンバーカードを保険証として使えます。くわしいことは市役所に聞いてください。

### 保険税について

国民健康保険に入るひとは、保険のお金（保険税）を払わないといけません。  
市役所から保険税のお知らせが来たら、必ず決められた日にちまでに払いましょう。  
払うのがおそくなると、払うお金が多くなります。  
また、払わないと、ビザの更新ができなくなる場合があります。  
払えないときは市役所に相談してください。

### 届出について

次のようなときは、市役所に届出してください。

#### 【国民健康保険に入るとき】

- 日本に来たとき
- ほかの市町村から引っ越ししたとき
- 職場の健康保険をやめたとき など

#### 【国民健康保険をやめるとき】

- 日本から出るとき
- ほかの市町村に引っ越しするとき
- 職場の健康保険に入ったとき など

※保険税を払いたくないという理由で国民健康保険をやめることはできません。

また、病院などに行かないという理由でも国民健康保険をやめることはできません。

## 伊勢崎市 健康推進部 国民健康保険課

〒372-8501 伊勢崎市今泉町二丁目410番地 Tel.0270-24-5111(代表) kokuho@city.isesaki.lg.jp

# Isesaki — 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 (Part 1/2)

こくみんけんこうほけんはい

国民健康保険に入るひとへ

にほんす

日本に住むひとは、日本のひとでも外国のひとでもすべてのひとが健康保険に入ります。

けんこうほけんはい

健康保険に入ると、病気やけがで病院などに行ったとき、自分で払うお金が少なくなります。

こくみんけんこうほけん

国民健康保険について

くみんけんこうほけん

国民健康保険は、職場の健康保険に入っていないひとが入る健康保険です。

くみんけんこうほけん

国民健康保険の手続きは市役所です。

- 1

国民健康保険に入るひとへNational Health Insurance

Japan's public health insurance for self-employed, unemployed, and those not covered by employer insurance. Enrollment is mandatory.
- 2

がいこく[がいこく]
- 3

けんこうほけんはいYes

Check this box or circle this option to indicate 'yes' or agreement
- 4

日本に住むひとは、日本のひとでも外国のひとでもすべてのひとが健康保険に入ります。
- 5

びょうき[びょうき]
- 6

びょういん[びょういん]
- 7

じぶんはら[じぶんはら]
- 8

かねすく[かねすく]
- 9

健康保険に入ると、病気やけがで病院などに行ったとき、自分で払うお金が少なくなります。
- 10

こくみんけんこうほけん[こくみんけんこうほけん]
- 11

しよくばけんこうほけんはいYes

Check this box or circle this option to indicate 'yes' or agreement
- 12

はいけんこうほけんYes

Check this box or circle this option to indicate 'yes' or agreement
- 13

国民健康保険は、職場の健康保険に入っていないひとが入る健康保険です。National Health Insurance /

Japan's public health insurance for self-employed, unemployed, and those not covered by employer insurance. Enrollment is mandatory.
- 14

しやくしよComb
- 15

国民健康保険の手続きは市役所です。National Health Insurance /

Japan's public health insurance for self-employed, unemployed, and those not covered by employer insurance. Enrollment is mandatory.



セクション 1 — Section 1 (Part 2/2)

国民健康保険の手続きは市役所です。

国民健康保険に入ると、保険証（資格確認書）がもらえます。

- 1

ほけんしょうしかくかくにんしょ [ほけんしょうしかくかくにんしょ]
- 2

国民健康保険に入ると、保険証（資格確認書）がもらえます。

National Health Insurance / Health insurance card / .

Japan's public health insurance for self-employed, unemployed, and those not covered by employer insurance. Enrollment is mandatory. Japanese health insurance card. Can serve as secondary ID at some banks.



セクション 2 — Section 2

こくみんけんこうほけんはい  
国民健康保険に入ると、保険証（資格確認書）がもらえます。

1

びょういん  
病院などに行くとき

2

びょうき  
病気やけがで病院などに行くときは保険証（資格確認書）を受付で見せてください。

3

びょういん  
病院などでは、国民健康保険に入っていることを確認します。確認ができたとき、払うお金の割合が20%~30%になります（払うお金の割合は年齢などによって変わります）。

4

ほけんしょうしかくかくにんしょう  
ほけんしょうしかくかくにんしょう

5

うけつけみ  
うけつけみ

6

こくみんけんこうほけんはい  
こくみんけんこうほけんはい

7

かくにん  
かくにん

8

かくにん  
かくにん

9

かえわりあいねんれい  
かえわりあいねんれい

10

割合が20%~30%になります（払うお金の割合は年齢などによって変わります）。

11

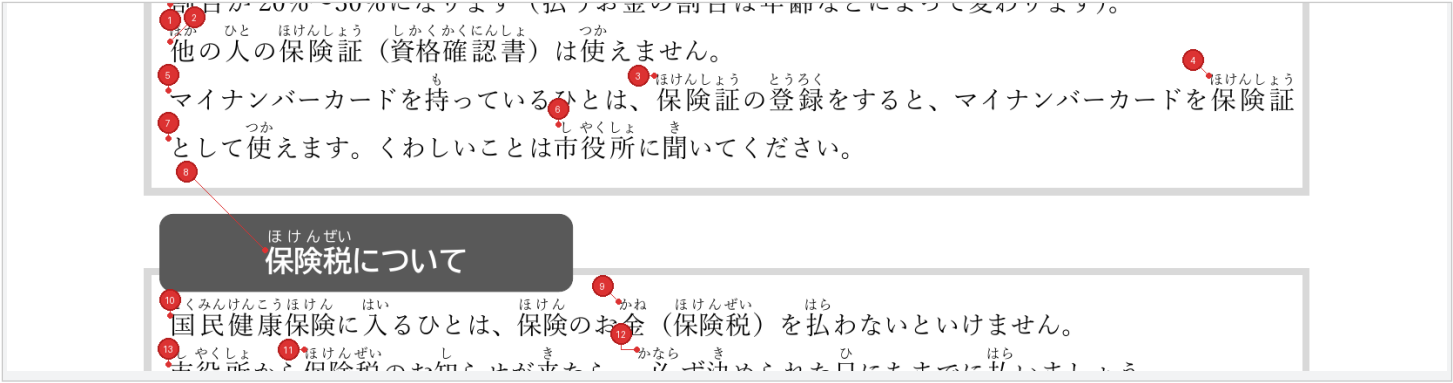
割合が20%~30%になります（払うお金の割合は年齢などによって変わります）。

12

- 1 ほけんしょうしかくかくにんしょう [ほけんしょうしかくかくにんしょう]
- 2 国民健康保険に入ると、保険証（資格確認書）がもらえます。 National Health Insurance / Health insurance card / Japan's public health insurance for self-employed, unemployed, and those not covered by employer insurance. Enrollment is mandatory. Japanese health insurance card. Can serve as secondary ID at some banks.
- 3 病院などに行くとき [病院などに行くとき]
- 4 びょういん [びょういん]
- 5 ほけんしょうしかくかくにんしょう [ほけんしょうしかくかくにんしょう]
- 6 うけつけみ [うけつけみ]
- 7 病気やけがで病院などに行くときは保険証（資格確認書）を受付で見せてください。 Health insurance card / Reception / Received / Qualification Japanese health insurance card. Can serve as secondary ID at some banks. Staff use - indicates form was received. Do not fill in.
- 8 こくみんけんこうほけんはい Yes Check this box or circle this option to indicate 'yes' or agreement
- 9 かくにん [かくにん]
- 10 かくにん [かくにん]
- 11 病院などでは、国民健康保険に入っていることを確認します。確認ができたとき、払うお金の割合が20%~30%になります（払うお金の割合は年齢などによって変わります）。 National Health Insurance / Japan's public health insurance for self-employed, unemployed, and those not covered by employer insurance. Enrollment is mandatory.
- 12 かえわりあいねんれい [かえわりあいねんれい]
- 13 割合が20%~30%になります（払うお金の割合は年齢などによって変わります）。 [割合が20%~30%になります（払うお金の割合は年齢などによって変わります）。]



セクション 3 — Section 3



- 1 割合が20%~30%になります ( 払うお金の割合は年齢などによって変わります ) 。  
[割合が20%~30%になります ( 払うお金の割合は年齢などによって変わります ) 。]
- 2 他の人の保険証 ( 資格確認書 ) は使えません。 Health insurance card / Qualification  
Japanese health insurance card. Can serve as secondary ID at some banks. Refers to your legal status or eligibility (e.g., resident status, insurance qualification)
- 3 ほけんしょうとうろく [ほけんしょうとうろく]
- 4 ほけんしょう [ほけんしょう]
- 5 マイナンバーカードを持っているひとは、保険証の登録をすると、マイナンバーカードを保険証  
My Number Card / My Number Card / My Number Card  
This refers to the plastic IC card version of your My Number (individual number). Different from the paper notification. Plastic IC card with your 12-digit Individual Number. Can be used as primary ID. Apply at your ward office after receiving the notification letter.
- 6 しやくしよき Comb
- 7 として使えます。くわしいことは市役所に聞いてください。
- 8 保険税について [保険税について]
- 9 かねほけんぜい [かねほけんぜい]
- 10 国民健康保険に入るひとは、保険のお金 ( 保険税 ) を払わないといけません。 National Health Insurance  
Japan's public health insurance for self-employed, unemployed, and those not covered by employer insurance. Enrollment is mandatory.
- 11 ほけんぜい [ほけんぜい]
- 12 かならき [かならき]
- 13 市役所から保険税のお知らせが来たら、必ず決められた日にちまでに払いましょう。 From  
Used to indicate the starting point (previous address, etc.)



セクション 4 — Section 4

3市役所から保険税のお知らせが来たら、必ず決められた日にちまでに払いましょう。

5払うのがおそくなると、払うお金が多くなります。

7また、払わないと、ビザの更新ができなくなる場合があります。

8払えないときは市役所に相談してください。

とどけで  
届出について

12次のようなときは、市役所に届出してください。

13【国民健康保険に入るとき】

14【国民健康保険をやめるとき】

- 1ほけんぜい [ほけんぜい]
- 2かならき [かならき]
- 3市役所から保険税のお知らせが来たら、必ず決められた日にちまでに払いましょう。 From  
Used to indicate the starting point (previous address, etc.)
- 4かねおお [かねおお]
- 5払うのがおそくなると、払うお金が多くなります。
- 6こうしん [こうしん]
- 7また、払わないと、ビザの更新ができなくなる場合があります。 Yes/There is / .  
This indicates affirmative response - check if applicable to your situation
- 8しやくしよそうだん Comb
- 9払えないときは市役所に相談してください。 [払えないときは市役所に相談してください。]
- 10届出について [届出について]
- 11しやくしよとどけで Comb
- 12次のようなときは、市役所に届出してください。 [次のようなときは、市役所に届出してください。]
- 13【国民健康保険に入るとき】 National Health Insurance  
Japan's public health insurance for self-employed, unemployed, and those not covered by employer insurance. Enrollment is mandatory.
- 14【国民健康保険をやめるとき】 National Health Insurance  
Japan's public health insurance for self-employed, unemployed, and those not covered by employer insurance. Enrollment is mandatory.





## セクション 5 — Section 5 (Part 1/2)

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】  
2 にほん き  
3 ●日本に来たとき  
4 しちょうそん ひ こ  
5 ●ほかの市町村から引っ越ししたとき  
6 しょくば けんこうほけん はい  
7 ●職場の健康保険をやめたとき など  
8 こくみんけんこうほけん  
9 【国民健康保険をやめるとき】  
10 にほん で  
11 ●日本から出るとき  
12 しちょうそん ひ こ  
13 ●ほかの市町村に引っ越しするとき  
14 しょくば けんこうほけん はい  
15 ●職場の健康保険に入ったとき など  
16 ※保険税を払いたくないという理由で国民健康保険をやめることはできません。  
また、病院などに行かないという理由でも国民健康保険をやめることはできません。

- 1 【国民健康保険に入るとき】 National Health Insurance  
Japan's public health insurance for self-employed, unemployed, and those not covered by employer insurance. Enrollment is mandatory.
- 2 【国民健康保険をやめるとき】 National Health Insurance  
Japan's public health insurance for self-employed, unemployed, and those not covered by employer insurance. Enrollment is mandatory.
- 3 ●日本に来たとき [●日本に来たとき]
- 4 ●日本から出るとき From  
Used to indicate the starting point (previous address, etc.)
- 5 しちょうそん [しちょうそん]
- 6 しちょうそんひ [しちょうそんひ]
- 7 ●ほかの市町村から引っ越ししたとき From  
Used to indicate the starting point (previous address, etc.)
- 8 ●ほかの市町村に引っ越しするとき To do/perform  
This is typically part of a longer phrase on forms - look for the complete text before filling
- 9 ●職場の健康保険をやめたとき など [●職場の健康保険をやめたとき など]
- 10 ●職場の健康保険に入ったとき など [●職場の健康保険に入ったとき など]
- 11 りゆうこくみんけんこうほけん [りゆうこくみんけんこうほけん]
- 12 ※保険税を払いたくないという理由で国民健康保険をやめることはできません。  
National Health Insurance / Cannot/Not possible / Cannot/Not possible  
Japan's public health insurance for self-employed, unemployed, and those not covered by employer insurance. Enrollment is mandatory. This typically appears as a response option or error message on forms
- 13 びょういん [びょういん]
- 14 こくみんけんこうほけん [こくみんけんこうほけん]
- 15 また、病院などに行かないという理由でも国民健康保険をやめることはできません。  
National Health Insurance / Cannot/Not possible / Cannot/Not possible  
Japan's public health insurance for self-employed, unemployed, and those not covered by employer insurance. Enrollment is mandatory. This typically appears as a response option or error message on forms



セクション 5 — Section 5 (Part 2/2)

また、病院などに行かないという理由でも国民健康保険をやめることはできません。

1

いせさきしけんこうすいしんぶこくみんけんこうほけんか

国勢統計 健康増進部 国民健康保険

1 いせさきしけんこうすいしんぶこくみんけんこうほけんか [いせさきしけんこうすいしんぶこくみんけんこうほけんか]



セクション 6 — Section 6

伊勢崎市 健康推進部 国民健康保険課

3

〒372-8501

1

いせさきしいまいずみちょうにちょうめ

ばんち

2

伊勢崎市 今 泉 町 二丁目410番地

TEL0270-24-5111(代表)    kokuho@city.isesaki.lg.jp

- 1

いせさきしいまいずみちょうにちょうめ    [いせさきしいまいずみちょうにちょうめ]
- 2

だいひょう    No./Number  
This typically precedes a number field (like address number or form number)
- 3

〒372-8501 伊勢崎市今泉町二丁目410番地    TEL 0270-24-5111(代表 )    kokuho@city.isesaki.lg.jp  
[〒372-8501 伊勢崎市今泉町二丁目410番地    TEL 0270-24-5111(代表 )    kokuho@city.isesaki.lg.jp]



## 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