



ほけん ねんきん 保険・年金

医療保険制度：みんなからお金を集めて、病気やけがで病院に行く人を助ける制度（システム）



病気やけがをすると、病気へ行ったり、薬をもらうために、お金がかかります。

毎月、保険料を払いますが、あなたが病院へ行ったり、薬を買ったりするとき、

自分で払うお金を少なくすることができます。

日本人も、3か月より長く住む外国人も、入らなければなりません。

ほけんりょう はら かた 保険料の払い方

1. 納付書で払います。

市役所から来た封筒の中の紙（納付書）を使って、お金で払います。

コンビニ・銀行・郵便局・岡山市役所などで払うことができます。



2. キャッシュレスで払います。

スマホやパソコン、タブレットなどを使って払うことができます。

- ・アプリ
- ・クレジットカード



【キャッシュレスでの払い方】

3. 銀行口座から自動で払います（口座振替）。

口座から払うためには、手続きが必要です。

①通帳と（通帳を作ったときの）印鑑を持って市役所に来てください。

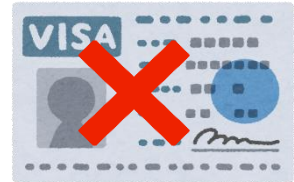
②インターネットからも手続きができます。



【インターネットからの手続き】

ほけんりょう はら
保険料を払わないとき

1. 岡山市があなたの給料や貯金から保険料をもらいます。
2. 払うお金（延滞金）が増えます。



いりようほけん しゅるい
医療保険の種類

いりようほけん 医療保険には、①～③の3つの種類があります。



さい わか ひと
【75才より若い人】

	① 国民健康保険 こくみんけんこうほけん	② 被用者保険 ひようしゃほけん (健康保険組合、協会けんぽ、 けんこうほけんくみあい きょうかい 共済組合) きょうさいくみあい
入る人 だれ はい (誰が入りますか)	<ul style="list-style-type: none"> ・ 自分で会社や店を経営している人 ・ 今、仕事をしていない人 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 会社などで働いている人 (会社の人に聞いてください)
保険料 いくら払いますか)	<ul style="list-style-type: none"> ・ 岡山市が決めます。 ・ 家族の人数や給料で違います。 	<ul style="list-style-type: none"> 健康保険組合など(※)が決めます。 ※健康保険の仕事をするところ
入るとき いつ知らせますか)	<ul style="list-style-type: none"> ・ 岡山市で生活が始まったとき (住民票を作ったとき) ・ ②か③の保険をやめたとき ・ 子どもが生まれたとき 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 会社に入ったとき (会社の人に聞いてください。)
やめるとき いつ知らせますか)	<ul style="list-style-type: none"> ・ 岡山市から出るとき ・ ②の保険に入ったとき ・ 亡くなったとき 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 会社をやめたとき (会社の人に聞いてください。)
診察料など びょういん はら かね (病院で払うお金は ぜんたい なん 全体の何%ですか)	<ul style="list-style-type: none"> ・ 6才より下の子ども：20% ・ 70才よりも若い人：30% ・ 70才～74才の人：20%か30% 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 6才より下の子ども：20% ・ 70才よりも若い人：30% ・ 70才～74才の人：20%か30%

※市役所で手続きをするときは、在留カード、マイナンバーカード、パスポート、

運転免許証などの写真があるIDを持ってきてください。

【75才より年が上の人】

③ 後期高齢者医療制度	
入る人 (誰が入りますか)	・ 75才以上の人 ・ 3か月より長く住む外国人
保険料 (いくら払いますか)	・ 岡山市が決めます。 ・ もらっているお金で違います。
入るとき (いつ知らせますか)	・ 75才になるとき
やめるとき (いつ知らせますか)	・ 亡くなったとき
診察料など (病院で払うお金は 全体の何%ですか)	・ 10% ・ 給料などのお金をもらっている人は20%か30%

保険からお金がもらえるもの

【高額療養費】

- 手術をしたり、入院したりして、1か月に病院や薬局へ払ったお金が高くなったとき、手続きをすると、多く払った分のお金が返ってきます。
- 返ってくるお金は何才か(年齢)や給料などで違います。



【療養費】

- 病院へ保険証を持っていくのを忘れたときや、外国で病院へ行ったときには、自分で全部お金を払いますが、手続きをすると、あとで保険からお金をもらうことができます。



【傷病手当金】 ※①と③の保険の人は違います。

- 働いて健康保険に入っている人が、仕事をしているときではなく、病気やけがになって、仕事を休んで給料がもらえないときに、手続きをすると、あとで保険からお金をもらうことができます。



しゅっさんてあてきん
【出産手当金】 ※①と③の保険の人は違います。

- ・妊娠して、子どもを生むために会社を休んで、給料をもらわないときも働けないときにも手続きをすると、あとで保険からお金をもらうことができます。



しゅっさんいくじいちじきん
【出産育児一時金】

- ・子どもが生まれたときには、保険からお金をもらうことができます。くわしいことは病院の人に聞いてください。



かいごほけん
介護保険：みんなからお金を集めて、病気などで介護が必要な人を助ける制度（システム）

- ・介護は病気などで自分で食べたり、トイレに行ったり、お風呂に入ったりすることができない大変な人を手伝います。



かいごほけん 介護保険	
はい ひと 入る人 (誰が入りますか)	<ul style="list-style-type: none"> ・ 40才より年が上の日本人 ・ 40才より年が上で、3か月より長く住む外国人
ほけんりょう 保険料 (いくら払いますか)	<ul style="list-style-type: none"> ・ 前の年にもらった給料などで決まります。
はい 入るとき (いつ知らせますか)	<ul style="list-style-type: none"> ・ 申し込みは必要ありません。 ・ 40才になったら、自動で入ります。
かいご 介護サービス (いつ受けられますか)	<ul style="list-style-type: none"> ・ 毎日の生活の手伝いが必要な65才より年が上の人 ・ 年をとることが原因で、病気になったとき、毎日の生活の手伝いが必要になった40才から64才までの人
かいご 介護サービスの料金 (サービスに払うお金は 全体の何%ですか)	<ul style="list-style-type: none"> ・ 10% ・ 給料などのお金をもらっている人は20%か30%

ねんきん

年金：年をとったり、病気になったときに生活のために、お金をもらうことができる制度

くに ねんきんせいど 国民年金と厚生年金があります。

(システム)



こくみんねんきん 国民年金	こうせいねんきん 厚生年金
<ul style="list-style-type: none"> 日本に住んでいる20才から59才までの人が全員入ります。 	<ul style="list-style-type: none"> 会社などで決まった時間より長く働いていて、70才になっていない人が入ります。 70才より上の人も老齢年金をもらうことができないときは、入ることができることもあります。 申し込みは、会社がします。 毎月あなたの給料から半分、会社が半分のお金を払います。

国民年金のグループ

第1号 被保険者

- 国民年金だけに入ります。
- ①会社に入らないで、自分のお店を経営している人
- ②学校で勉強している人
- ③働いていない人
- 第2号被保険者と第3号被保険者のグループでない人全員
- 申し込みは、市役所でします。
- 手紙が来たら、銀行、郵便局、コンビニでお金を払います。



第2号 被保険者

- 国民年金と厚生年金保険に入っています。
- 会社などで働いている人
- 申し込みは、会社がします。
- あなたの給料から半分、会社が半分のお金を払います。



第3号 被保険者

- 国民年金だけに入ります。
- 自分の夫や妻が厚生年金に入っている人 (②のグループの人)
- 働いている夫か妻が会社に連絡をして、申し込みは会社がします。
- 自分でお金を払わなくてもいいです。

※ (1) ~ (3) の人は、市役所に相談してください。

(1) 給料などが減ったり、仕事がなくなったりして、保険料を払うことができないとき

保険料が安くなったり、払わなくてもよくなったりするかもしれません。

ほかに、保険料を払うことを遅くすることができるかもしれません。



(2) 赤ちゃんを生む人・生んだ人

赤ちゃんが生まれる予定の日か、

生まれた日の前の月から4か月間は、保険料を払わなくてもいいです。



(3) 高校・大学・専門学校などの学生

保険料を払うことを遅くする制度があります。

前の年に、アルバイトなどでもらったお金が多い学生は、

遅くする制度を使うことができません。



こくみんねんきん かね 国民年金でもらうことができるお金

こくみんねんきん かね
国民年金でもらうことができるお金には、①～③などがあります。

① ろうれいき そねんきん 老齢基礎年金

- ・ ろうれいき そねんきん 老齢基礎年金は、65才からもらうことができる生活のためのお金です。
- ・ ねんきん ほけんりょう 年金の保険料を払った期間が10年より長い人がもらうことができます。
- ・ 65才になったら、日本に住んでいなくても、お金をもらうことができます。
- ・ もらうお金は、ほけんりょう 保険料を払った期間などで決まります。

② しょうがいき そねんきん 障害基礎年金

- ・ しょうがいき そねんきん 障害基礎年金は、じこ びょうき 事故や病気で、からだ 体や心しょうがい に障害（からだ 体や心まえ が前と同じ状態おなじ じょうたい にならない）で が出た人がもらうことができる生活のためのお金です。
- ・ もらうお金は、しょうがい どんな障害があるか、こ 子どもがいるかどうかなどで決まります。

③ いぞくき そねんきん 遺族基礎年金

- ・ いぞくき そねんきん 遺族基礎年金は、生活に必要なお金を出していた人が亡くなったとき、かぞく 家族がもらうことができる生活のためのお金です。
- ・ 亡くなった人の夫や妻に、18才までの子どもがいるとき、もらうことができます。
- ・ 亡くなった人が家族の生活に必要なお金のほとんどを出していたときに、もらうことができます。

しばういちじきん 【死亡一時金】

- ・ 亡くなった人が第1号被保険者で年金のお金を36か月より長く払っていたとき、かぞく 家族がもらうことができます。

- ・ ①老齢基礎年金や②障害基礎年金をもらっていないときに、
もらうことができます。

- ・ ③遺族基礎年金と死亡一時金をどちらももらうことはできません。



【寡婦年金】

- ・夫が亡くなったとき、10年より長く結婚していた妻がもらうことができます。
- ・亡くなった夫が家族の生活に必要なお金のほとんどを出していたときに
もらうことができます。
- ・夫が第1号被保険者で、年金のお金を払った期間と
払わなくてよかった期間が全部で10年より長いときに
もらうことができます。
- ・妻は60才～65才までもらうことができます。



厚生年金保険でもらうことができるお金

厚生年金保険でもらうことができるお金には、①～③があります。

国民年金のお金に厚生年金のお金をたして、もらうことができます。

① 老齢厚生年金

- ・老齢基礎年金をもらえる人の中で、厚生年金保険に1か月より長く入っている人が
65才からもらうことができる生活のためのお金です。
- ・65才より前からもらうこともできます。
- ・もらうお金は、厚生年金のお金を何年払ったか、いくら払ったかで決まります。

② 障害厚生年金

- ・厚生年金保険に入っていて、病気やけがで体や心に障害（体や心が前と同じ状態
にならない）が出た人がもらうことができるお金です。
- ・もらうお金は、どんな障害があるか、夫や妻がいるかどうかなどで決まります。

③ 遺族厚生年金

- ・厚生年金保険に入ったことがある人が亡くなったとき、夫か妻、子どもがもらうこと
ができます。
- ・夫や妻、子どもがもらわないときには、亡くなった人の父か母、孫、祖父か祖母が
もらうことができます。
- ・夫、父、母、祖父、祖母は60才からもらうことができます。
- ・妻は何才からでももらうことができます。
- ・子どもと孫は18才までもらうことができます。
- ・亡くなった人が家族の生活に必要なお金のほとんどを出していたときに、もらうことが
できます。

ねんきん がいこくご そうだん
年金のことを外国語で相談したい

ねんきんじむしょ つうやく つか そうだん
年金事務所では、通訳サービスを使って相談することができます。

にほんねんきんきこう つうやく
[日本年金機構 通訳サービス](#)のWEBサイトを見てください。

えいご ちゅうごくご かんこくご
英語、中国語、韓国語、ポルトガル語、スペイン語、ベトナム語、
タガログ語（フィリピン）、インドネシア語、タイ語、ネパール語、
ミャンマー語



だったいいちじきん
脱退一時金

にほん ねんきん はい がいこくじん ねんきん まえ にほん で
日本の年金に入っていた外国人が年金をもらう前に日本から出て、
ちが くに せいかつ
違う国で生活をするときにも、もらうことができます。



だったいいちじきん
脱退一時金

※（１）～（７）の全部が必要です。

- （１）日本の国籍ではありません。
- （２）国民年金や厚生年金保険のお金を６か月より長く払いました。
- （３）年金のお金を払った期間と払わなくてもよかった期間が全部で１０年より少ないです。
- （４）引っ越すときの紙（転出届）を市役所に出して、日本に住所がもうありません。
- （５）自分や会社が国民年金や厚生年金保険をやめる手続きがもう終わりました。
- （６）障害基礎年金や障害厚生年金のお金をもらったことがありません。
- （７）日本の住所がなくなった日から２年より短い間に手続きをします。

※脱退一時金のことをよく知りたいときは、

[日本年金機構脱退一時金](#)／[日本からはなれるときにもらうことができるお金](#)のWEBサイトを見てください。

えいご ちゅうごくご かんこくご
英語、中国語、韓国語、ポルトガル語、スペイン語、ベトナム語、
インドネシア語、タガログ語（フィリピン）、タイ語、ミャンマー語、
クメール語（カンボジア）、ロシア語、ネパール語、モンゴル語

