



就職

退職

引越

手続きを
忘れずに

国民年金



日本国内に住んでいる20歳以上の人は、国民年金に加入することになっています。国民年金の加入者を「被保険者」といい、表1の3つの区分があります。異動の多い時季、国民年金の被保険者の区分が変わる人や表2・表3に該当する人は忘れずに届け出をしましょう。担当は医療助成年金課。

◆保険料の免除・猶予と学生納付特例制度

所得の減少や退職、災害などで保険料の納付が困難なときは、保険料の免除や猶予を受けられる場合があります。

また、大学や専門学校などに在学期間中の保険料を、卒業後に納める「学生納付特例制度」もあります。申請に必要なものについては市役所か盛岡年金事務所にお問い合わせください。

◆前納制度

保険料をまとめて前払いすると割引になるのが「前納制度」。現金納付と口座振替による方法があります。

▶現金納付

1年度分で3460円、6カ月分で790円が割り引かれます。（28年度の場合）

▶口座振替

2年分・1年分・6カ月分の前納や当月末振替*にすると割引を受けられます。年金手帳と通帳、届出印を持参し、金融機関か盛岡年金事務所でご手続きください。

*その月の保険料を同月末に振り替えます

◆付加保険料制度

保険料と別に月400円を追加で納めることで、将来の受給額を増やす制度。第1号被保険者が対象で、免除・猶予期間中や国民年金基金加入者は除きます。



問い合わせ・手続き先

医療助成年金課年金係……………☎626-7529
✉iryounenkin@city.morioka.iwate.jp
都南総合支所税務福祉係………☎639-9058
玉山総合事務所健康福祉課…☎683-3869
盛岡年金事務所（松尾町）…☎623-6211

表1 被保険者の区分

区分	対象者	加入年齢	保険料の納付方法
第1号被保険者	自営業者や学生、無職の人など	20歳以上60歳未満	納付書か口座振替で、自分で保険料を納めます ※28年度の保険料は月1万6260円
第2号被保険者	会社員や公務員 (厚生年金加入者や共済組合員) ※年金の受給資格がある65歳以上の人は加入できません	20歳以上70歳未満	厚生年金保険料や共済組合掛け金として、給料から天引きされます
第3号被保険者	会社員や公務員に扶養されている配偶者 ※配偶者が65歳になった場合は、第1号被保険者への変更が必要	20歳以上60歳未満	配偶者の加入する年金制度が保険料を負担。自分で納める必要はありません

表2 年金受給者の手続きの例

こんなとき	必要な手続き	必要なもの
引越	住所変更	年金証書と印鑑
年金を受け取る 金融機関の変更	支払い機関変更	年金証書と印鑑、変更先の金融機関の通帳
年金証書の紛失	再発行	印鑑と本人確認ができるもの (運転免許証や保険証など)
氏名の変更	年金受給者氏名変更	年金証書と印鑑、戸籍抄本または住民票

※届け出先は年金事務所。届け出用紙は市区町村の窓口にもあります

表3 国民年金被保険者の手続きの例

こんなとき	必要な手続き	必要なもの
20歳になったとき	住民票がある市区町村で資格取得 ※第2号被保険者（厚生年金や共済組合に加入している人）は不要	印鑑 ※学生納付特例の申請をする人は、学生証または在学証明書も必要
転入・転出	異動先の市区町村で国民年金の住所変更 ※第2号被保険者と、第3号被保険者（配偶者に扶養されている人）は勤務先で手続き	年金手帳と印鑑
海外へ転出	転出前の市区町村で資格喪失か任意加入	年金手帳と印鑑※任意加入する人は、通帳と届出印も必要
海外から転入	転入先の市区町村で資格取得	年金手帳と印鑑、パスポート
就職	厚生年金や共済組合に加入すると第2号被保険者になり、勤務先で手続きをします。詳しくは、勤務先にご確認ください	年金手帳と印鑑
20歳以上60歳未満の人が退職	住民票がある市区町村で第1号被保険者への変更 ※第3号被保険者も、第1号被保険者への変更が必要	年金手帳と印鑑、退職日が分かる書類（健康保険資格喪失証明書や離職票、退職証明書、雇用保険受給資格者証など）
厚生年金や共済組合に加入している配偶者の扶養に入る	配偶者の勤務先で第3号被保険者の手続きをします。詳しくは、配偶者の勤務先にご確認ください	年金手帳と印鑑
厚生年金や共済組合に加入している配偶者の扶養から外れる	住民票がある市区町村で、第3号被保険者から第1号被保険者への変更	年金手帳と印鑑、扶養から外れた日が記載された書類（被扶養者資格喪失証明書など）
年金手帳の紛失（第1号被保険者）	住民票がある市区町村で再発行 ※急ぎの場合は直接、年金事務所でご届け出をしてください	印鑑と本人確認ができるもの (運転免許証や保険証など)
年金手帳の紛失（第2号と第3号の被保険者）	勤務先で再発行の手続きをします。詳しくは、勤務先にご確認ください	
納付書の紛失	年金事務所でご納付書再発行	年金手帳と印鑑
病気や事故などで、一定の障がいがあったとき	障害基礎年金を受給できる場合があるので、詳しくは、医療助成年金課か年金事務所にご確認ください	



後期高齢者医療制度

75歳（一定の障がいがある人は65歳）から加入する健康保険「後期高齢者医療制度」。病院にかかったときの限度額や給付内容についてお知らせします。担当は健康保険課。



手続き先

・健康保険課
・都南総合支所税務福祉係
（津志田14）
・玉山総合事務所健康福祉課
（玉山区渋民）

問い合わせ

健康保険課
☎613-8439
✉kenkohoken@city.morioka.iwate.jp

医療費が限度額を超えたとき

1カ月の医療費（各医療機関の合算）が表1の自己負担限度額を超えた場合、その超えた分が高額療養費として払い戻されます。

※月の途中で75歳になり、後期高齢者医療制度に加入した人は、誕生月の自己負担限度額が通常の2分の1になります

▶手続き方法

①後期高齢者医療被保険者証②通帳③通帳名義人の印鑑（通帳名義人が本人以外の場合）を持参の上、手続きしてください。※一度手続きすれば、高額療養費に該当するたびに自動的に指定口座へ振り込まれます

非課税世帯の人は「限度額適用・標準負担額減額認定証」の手続きが必要

住民税非課税世帯の人は「限度額適用・標準負担額減額認定証」の手続きが必要です。後期高齢者医療被保険者証を持参の上、手続きしてください。減額認定証を医療機関に提示することで、医療費の自己負担が表1の限度額までになり、入院したときの食事代も、表2の額となります。

※過去1年間のうち、低所得者Ⅱの認定を受けていた期間の入院日数が90日を超える人は、入院日数が分かる領収書もご持参ください

▶認定証の有効期限は7月31日

有効期限が切れた後も、引き続き減額認定証が必要な人は申請が必要です。毎年7

月下旬から更新の受け付けを開始しますので、忘れずに手続きしてください。

高額介護合算療養費

1年間（8月～翌年7月）の後期高齢者医療と介護保険の自己負担額の合計が、世帯で表3の限度額を超えた場合、申請すると超えた分が払い戻されます。対象になる可能性がある人へ、2月9日にお知らせを発送しました。

その他の給付

▶療養費

次のような場合、掛かった医療費はいったん全額自己負担になります。その後、申請して認められると、自己負担分を除いた額が払い戻されます。

- やむを得ない理由で、保険証を持たずに医療機関を受診した場合
- 医師が必要と認めたコルセットなどの補装具を作った場合
- 医師が必要と認めたはり・きゅう、マッサージや柔道整復師の施術を受けた場合——など

▶柔道整復の保険診療

柔道整復とは、骨や関節、筋肉のけがの治療や応急手当を目的にした施術です。整骨院や接骨院で柔道整復の施術を受けるとき、症状などの内容によって保険を使える場合と使えない場合がありますので、注意してください。

○保険が使える場合

表1 自己負担限度額（月額）

所得区分	外来（個人単位）	外来＋入院（世帯単位）
住民税課税世帯	現役並み所得者 4万4400円 一般 1万2000円	8万100円＋（医療費－26万7000円）×1％※1
住民税非課税世帯	低所得者Ⅱ※2 8000円 低所得者Ⅰ※2 8000円	4万4400円 2万4600円 1万5000円

※1：過去1年以内に外来＋入院で4回以上高額療養費の支給を受けた場合、4回目以降は4万4400円になります
※2：世帯全員の住民税が非課税のとき「低所得者」の区分になります。世帯全員の所得が0円（年金収入のみの人は年額が80万円以下）の場合は「低所得者Ⅰ」、それ以外の場合は「低所得者Ⅱ」です

表2 入院したときの食事の負担額（1食当たり）

所得区分	食事代
現役並み所得者・一般	360円※3
低所得者Ⅱ	入院90日まで 210円 過去1年間で91日以上入院 160円
低所得者Ⅰ	100円

※3：平成28年3月31日までは260円

表3 高額介護合算療養費の限度額（年額）

所得区分	後期高齢者医療＋介護保険の限度額
現役並み所得者	67万円
一般	56万円
低所得者Ⅱ	31万円
低所得者Ⅰ	19万円

打撲、ねんざ、挫傷（肉離れなど）、骨折・脱臼（応急手当か医師の同意がある場合のみ）

×保険が使えない場合

単なる肩こりや筋肉疲労、脳疾患後遺症などの慢性病、神経痛・リウマチ・五十肩・関節炎・ヘルニアなどからくる痛み、整形外科や外科で治療中の部位の受診

▶葬祭費

被保険者が亡くなったとき、葬祭を行った人へ3万円が支給されます。

▶第三者行為による給付

交通事故など第三者によるけがなどの場合、後期高齢者医療で診療を受けるには届け出が必要です。

一定の障がいがある人は65歳から加入できます

次のいずれかに該当する人は65歳から後期高齢者医療制度に加入できます。

- 身体障害者手帳1～3級の交付を受けている人
- 身体障害者手帳4級の交付を受けている人のうち、下肢障害（1・3・4号）、音声機能障害、言語機能障害、そしゃく機能障害がある人
- 障害基礎年金を受けている人
※その他の障害年金を受けている人も該当する場合があるのでお問い合わせください
- 精神障害者保健福祉手帳1級または2級の交付を受けている人
- 療育手帳Aの交付を受けている人

あんま・マッサージの保険診療

筋麻痺や関節拘縮などで医療上必要な施術を受けた場合に保険の対象になります。医師が事前に書いた同意書が必要です。

はり・きゅうの保険診療

神経痛やリウマチ、頸肩腕症候群、五十肩、腰痛症、頸椎捻挫後遺症などの慢性的な痛み・うずきをする症状とする疾患の治療を受けた場合に保険の対象になります。医師が事前に書いた同意書が必要です。



手続きを忘れずに