

海外に住む
ことになったら

帰国して日本に住む
ことになったら

国民年金に入っている人が海外に引っ越すときや、海外に住んでいた人が帰国したときに必要になる国民年金の手続きについてお知らせします。

【問】日本年金機構 盛岡年金事務所 ☎623-6211

医療助成年金課年金係 ☎626-7529

【広報ID】1003597

国民年金の手続きが必要です！

出国前に必要な手続き

国民年金に加入している自営業や学生、無職の人が海外に住むことになったときは、国民年金の加入資格を失います。窓口で必ず喪失の手続きをしてください。厚生年金加入者に扶養されている人は、厚生年金加入者の勤め先を通じて喪失の手続きをお願いします。

また、日本国籍の人は国民年金に任意加入することができます。



帰国したときに必要な手続き

帰国して住民票への登録をした場合、20歳以上60歳未満の人は任意加入の有無にかかわらず、国民年金への加入が必要です。窓口で必ず手続きをしてください。

- ※一時帰国などで短期間だけ国内で住民票の登録をした場合でも、その期間は強制加入の対象になるので手続きが必要です
- ※任意加入で付加保険料の納付や口座振替による納付をしていた人が強制加入後も継続を希望する場合、加入手続き時に再度申請が必要です

任意加入について

【広報ID】1003600

日本国籍で海外に住む20歳以上65歳未満の人は、申請により任意加入制度を利用できます。加入申請した日から資格を取得します。

※既に出国予定以後の保険料を納付している人も、任意加入の手続きをしないと資格を喪失します（保険料は後日還付されます）

任意加入をするメリット

- ①将来受け取る年金額を増やすための付加保険料も納めることができ、納付済み期間に応じて老齢基礎年金を増額できる。
- ②受給要件を満たした場合、遺族年金・障害年金を請求できる。

任意加入時の保険料の納付方法

- ①国内にいる親族などの協力者が本人の代わりに納める
 - ②日本国内に開設している預貯金口座からの引き落とし
 - ③クレジットカードでの納付
- ※任意加入をしている人は、免除、納付猶予、学生納付特例制度の利用ができません。保険料を納めることが難しい場合は、任意加入をやめる手続きをしてください

手続き 窓口

医療助成年金課年金係
都南総合支所税務福祉係
玉山総合事務所健康福祉課
盛岡年金事務所（松尾町）

盛岡市消費生活センター
CONSUMER AFFAIRS CENTER OF MORIOKA CITY
消費生活情報

えぷろん

成年年齢引き下げ後の消費者トラブル

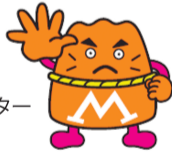
成年年齢の引き下げ後、全国で18歳・19歳の消費者トラブルが増えており、市にも相談が寄せられています。困ったこと・不安なことがあれば、お気軽に消費生活センターに相談してください。

【受付日時】平日9時～16時※祝日、年末年始を除く

【場所】市役所内丸分庁舎4階

【電話相談】☎624-4111

悪質商法撃退キャラクター
がんがんくん



全国の18歳・19歳の消費者トラブルの状況（国民生活センター公表）

令和4年度の相談件数は9907件
で、令和3年度から16%増加しており、

「美容」に関するものや、「金もうけ」に関するものが主な相談内容となっています。

具体的なトラブルの事例

「美容」に関するもの…脱毛エステ
広告に興味を持ち、脱毛体験だけで帰るつもりだったが、言葉巧みに勧誘され、担当者が勝手に書類を作成し契約することに。支払いが大変で解約したいが、手続きが複雑で解約できなかった。



「金もうけ」に関するもの…内職・副業
「短時間で簡単に稼げる」との広告を見つけて登録したが、別途サポート契約が必要と言われ、電子マニュアルを受け取った。高額のため契約を断ったところ、マニュアル代として2万円を振り込むよう言われた。

トラブルを防ぐために気を付けること

メリットを強調した広告に注意

「無料モニター」や「放置したままで報酬」、「短時間で稼げる」など、都合のいい言葉を使うのみにしない。



契約を急がず・借金を促す勧誘に注意

「今だけのキャンペーン」や「消費者金融からの借金」などを勧められることも。まずは契約内容をよく確認し、すぐ契約すべきかを慎重に考える。

契約に不安があれば周りに相談

「親は反対するだろう」、「自分で決めたほうがいい」などと一人で決断を迫られることも。不安な場合は家族などに相談。

契約後にトラブルが起きても、契約の取り消しやクーリングオフ（無条件での契約解除）ができる場合があります。まずは、消費生活センターに相談しましょう。

広告



うちの子「結婚」しないのかしら？

独身のお子様の結婚相談承ります

「孫の顔を見られないかも」「結婚する気がなさそう」
お子様の結婚に関するお悩み、プロの仲人がお答えします

まずはお気軽に
ご相談下さい

☎019-613-5013

結婚相談所ムスベル

ムスベル株式会社 盛岡店 盛岡市茶畑1-17-10 さんさビル7階