

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お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) 出国する(日本から出る)とき ①国民健康保険証と②在留カードかパスポート
 - (2) 転出する(引越する)とき ①国民健康保険証と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会社の健康保険証と②国民健康保険証
- ※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。

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3-10-8
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
わかばく 若葉区 市民総合窓口課	☎ 043-233-8131	わかばくさくらぎきた 若葉区桜木北2-1-1
みどりく 緑区 市民総合窓口課	☎ 043-292-8119	みどりく 緑区おゆみ野3-15-3
みはまく 美浜区 市民総合窓口課	☎ 043-270-3131	みはまくまさご 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
国民健康保険のことを知ってください!



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 加入する(入る) ことになっています。健康保険に 加入すると 少ないお金で 安く 病院などで 病気を 診てくれます。

国民健康保険は とても大切なので 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 必ず加入して ください。

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 登録されます。住民票に 登録された外国人は 国民健康保険に 加入して ください。(次の人は 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

※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。

※ 75歳以上の人は 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

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 銀行口座から お金を 引くこと。

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 計算しますので 所得の申告を 忘れないで してください。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. 国民健康保険に 加入すると 保険証が 渡されます。

国民健康保険に 加入した人に 1枚 保険証が 渡されます。保険証はカードです。病気やケガなどで 病院に行ったら 必ず 保険証を 見せて ください。

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75歳の人 は 500円で 特定健康診査が 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 中旬ごろに 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 健康保険課 (TEL ☎ 043-245-5146) 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. 他人の保険証を 使うことは 犯罪です！！

本人(自分)の 保険証しか 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 他人の保険証を 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

となります。

保険証を 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。