



# けんこうほけん かいごほけん 5. 健康保険・介護保険について

けんこうほけんか  
健康保険課

TEL:0942-30-9029、

かいごほけんか  
介護保険課

TEL:0942-30-9205

## 1. 健康保険について

日本に住む人は、みんな健康保険に入ります。在留カードを持って、住民登録をしている人は入らなければなりません。あなたが健康保険に入るかどうかを決めることはできません。健康保険に入ると、保険証(保険に入っていることがわかるカード)をもらいます。病気やけがで病院に行くときは、病院の人に保険証を見せてください。病院に払うお金が安くなります。

日本の健康保険は2つあります。会社の健康保険と市や町の国民健康保険です。

## 2-① 健康保険(会社の保険)

### ■健康保険に入る人

会社で働いている人は、会社の健康保険に入ります。入ることができるかどうかは、会社の人に聞いてください。健康保険に入っている人の日本に住んでいる家族も、健康保険に入ることができます。家族が健康保険に入ることができるかどうかは、会社の人に聞いてください。

### ■入る方法

会社が手続きをします。

### ■保険料(健康保険に払うお金)

保険料は、あなたが会社からもらう給料で決まります。あなたの給料から、保険料の半分を払います。残りの半分は、会社が払います。

### ■仕事をやめたとき

仕事をやめたときは、健康保険もやめなければなりません。国民健康保険に入る届も、あなたがしなければなりません。まず会社から健康保険をやめた証明書もらいます。それから、証明書と在留カードを持って行って市役所に届を出してください。

## 2-② 国民健康保険(市や町の保険)

### ■国民健康保険に入る人

住民登録をしている人で、会社の保険に入っていない人が入らなければなりません。

### ■入る方法

在留カード、パスポート、マイナンバーカードまたは通知カードを持って行って市役所に届を出してください。「特定活動」の資格の人は、指定書も持って行ってください。

## ■保険料（国民健康保険に払うお金）と払う方法

保険料は、あなたの前の年の所得や家族の人数で決まります。

毎年6月ごろに保険料のお知らせが市役所から郵便で来ます。

一緒に入っている納付書を使って払ってください。銀行・郵便局・コンビニなどで払うことができます。困ったときは、市役所に相談してください。

## 3. 医療費（病院に払うお金）がとても高くなったとき

あなたが1か月間に病院に払うお金が、決まった額よりも多く払ったときは、後からお金が返ってきます。いくら返ってくるかは、あなたやいっしょに住んでいる家族の所得で決めています。これは「高額療養費制度」と言います。

お金が返ってくるかどうかは、会社の健康保険に入っている人は、会社の人に相談してください。国民健康保険に入っている人は、市役所に相談してください。

病院に入院するときなど、たくさんのお金があるときは、\*限度額認定証をもらうこともできます。限度額認定証があるときは、会社の人や市役所に相談をしてください。

\*限度額認定証：この紙があったら、病院に決まった金額までしか払わなくてよくなります。毎月保険証といっしょに病院に見せてください。

## 4. 健康保険からもらうお金

### ■出産育児一時金

健康保険に入っている人が出産(子どもを生むこと)をしたときにもらうお金です。

### ■葬祭費

健康保険に入っている人が死んだとき、その人の葬式をした人がもらうお金です。

## 5. 介護保険について

介護保険に入っている人は、年をとったり、特別な病気になったりして\*介護が必要なときは、サービスを受けることができます。

\*介護：ご飯を食べることやお風呂に入ることなど自分で毎日の生活をするのが難しいときに、ほかの人が手伝うことです。

### ■介護保険に入る人

40歳以上で医療保険に入っている人は、みんな介護保険に入らなければなりません。

### ■介護保険のお金を払う方法

40歳から64歳までの人は、医療保険のお金と一緒に払います。

65歳以上の人は、市役所に保険料を払います。保険料は、あなたの前の年の所得や家族の所得状況などで決まります。

毎年6月ごろに保険料のお知らせが市役所から郵便で来ます。

一緒に入っている納付書を使って払ってください。銀行・郵便局・コンビニなどで払うことができます。また、もらう年金のお金から払う人もいます。

■ 介護保険の サービスを 受ける 人

介護保険の サービスを 受けるのは、 65歳以上の人 です。

40歳から 64歳までの 人は、 特別な 病気に なったときに、 サービスを 受けます。

■ 介護保険の サービスを 受ける 方法

介護が 必要だと 思ったなら、 まず 市役所に行き 相談してください。 市役所から 専門の 人が 家に 来て、 どのくらい 介護が 必要かを 調べます。 介護が 必要だと 決まったら、 どの 介護サービスを 受けるかを 決めます。 介護サービスを 決めるときは、 ケアマネージャー (サービスを 受けるために 必要な 計画を 立てたり、 どの サービスが あるかを 調べたり してくれる 専門の人) に 相談してください。