令和5(2023)年8月発行

素朴な疑問にお答えします

年金・保険・マイナンバー Q&A

○ このリーフレットは、国民生活に深い関わりのある社会保障制度のうち、皆さんにとって最も身近な市町村が窓口となる「国民年金」と「国民健康保険」、これらに密接に関係する「マイナンバー」についてQ＆A形式で解説するものです。

○ できるだけコンパクトに、分かりやすく表現するため、細かな説明や例外的な事項を省略しています。詳しい内容については、各担当窓口にお問い合わせください。

○ 記載している内容は、令和5(2023)年8月現在の情報をもとに作成しています。

中標津町

マイナンバー

Q. そもそも、マイナンバー（個人番号）って何？

A. マイナンバー（個人番号）とは、国内に住民票のあるすべての方に割り当てられた１２桁の番号です。行政を効率化し、国民の利便性を高め、公正で公平な社会を実現する社会基盤となるものです。マイナンバーは、**「社会保障」「税」「災害対策」**の３つの分野に限定して利用されます。

Q. マイナンバーカードは、どんなときに便利なの？

A. マイナンバーカード（個人番号カード）は、マイナンバーが記載された顔写真付きのカードです。マイナンバーの証明と本人確認が同時に行えるほか、コンビニで住民票の写しが取得できたり、オンラインでの所得税の確定申告、健康保険証として使えるなど、様々なサービスに利用できます。さらに、将来的には運転免許証との一体化も予定されています。

Q. マイナンバーで個人情報が漏れたり悪用されることはないの？

A. マイナンバー制度は、個人情報を１か所に集めて管理するしくみではありません。マイナンバーの利用範囲は法令で厳しく制限されています。また、マイナンバーカードそのものに税や年金などの個人情報が入っているわけではないので、マイナンバーを他人に見られたからといって悪用される心配はありません。

Q. マイナンバーカードを健康保険証として利用するには？

A. **マイナポータル**で事前の申し込みが必要です。パソコン（※）やスマートフォン（マイナンバーカード読取対応している機種）からマイナポータル（https://myna.go.jp/html/hokenshoriyou_top.html） にアクセスすることができます。また、セブン銀行のＡＴＭからでも申し込みできます。なお、実際の利用は、顔認証付きカードリーダーなどの準備が整った医療機関・薬局から順次可能となります。
（※）パソコンからの場合、ＩＣカードリーダーが必要です。

Q. マイナンバーカードを作るにはどうすればいいの？

A. マイナンバーカードは郵便による申請のほか、スマートフォンやパソコン、まちなかの証明写真機から申請することができます。詳細については、マイナンバーカード総合サイト（https://www.kojinbango-card.go.jp）をご覧ください。

お問い合わせ

中標津町役場　住民保険課	TEL 0153-73-3111	●国民年金のこと　…保険年金係 ●国保の加入・脱退のこと　…保険年金係 ●国民健康保険税のこと　…国保・高齢者医療係 ●高額療養費のこと　…国保・高齢者医療係 ●マイナンバーのこと　…戸籍住民係
ねんきんダイヤル	TEL 0570-05-1165	●年金相談に関する一般的なお問い合わせ ※050で始まる電話からは、03-6700-1165
ねんきん加入者ダイヤル	TEL 0570-003-004	●国民年金の加入に関する一般的なお問い合わせ ※050で始まる電話からは、03-6630-2525
日本年金機構　釧路年金事務所	TEL 0154-25-1521	●国民年金の加入・保険料のこと　…国民年金課 ●年金の請求・受け取りのこと　…お客様相談室 〒085-8502　釧路市栄町9-9-2
マイナンバー総合フリーダイヤル	TEL 0120-95-0178	●マイナンバーについてのお問い合わせ

編集・発行
中標津町町民生活部住民保険課　〒086-1197 北海道標津郡中標津町丸山２丁目22番地
令和5(2023)年8月

国民健康保険

Q. **国民健康保険（国保）に加入する対象は？**

A. わが国の医療保険は、**国民皆保険（こくみんかいほけん）**と言われ、原則として、国内に住むすべての方はいずれかの公的医療保険制度に加入しなければなりません。このうち、都道府県と市町村とが共同で運営する**国民健康保険**（略して**「国保」**と呼んでいます）は、職場の健康保険（扶養されている家族を含みます）や後期高齢者医療制度など、他の医療保険制度に加入していない方が対象です。民間の生命保険や医療保険などに入っていても、必ず公的医療保険制度に加入することになります。

＜公的医療保険制度の種類＞

・国民健康保険　・全国健康保険協会管掌健康保険（協会けんぽ）　・組合管掌健康保険（健康保険組合）
・国民健康保険組合　・各種共済組合　・後期高齢者医療制度

Q. **健康なので病院に行くことがありません。それでも国保に入らないといけないのですか？**

A. 国保は、病気やけがをしたときに安心して医療が受けられるよう、加入者がそれぞれ国民健康保険税を納めて、社会全体で支え合う社会保障制度です。万が一に備えるためにも、必ず加入しましょう。

Q. **病院にかかるとき、どのくらいお金がかかりますか？**

A. 国保に加入している方には、保険証（正式には**「被保険者証」**といいます）が１人１枚ずつ交付されます。保険証を医療機関の窓口に提示すると、かかった医療費の**３割**（※）を支払うだけで医療を受けることができます。ただし、保険適用外のもの（保険のきかない治療や薬、差額ベッド代、健康診断、予防接種、歯列矯正の一部など）は、全額自己負担となります。

（※）小学校に入る前の児童と７０歳以上の方（所得が一定以上の方以外）は**２割**

Q. **入院することになりました。医療費が高額になりそうですが、安くなる方法はありますか？**

A. １か月で医療機関や薬局で支払った額（保険適用外の費用や入院中の食事代は対象外）が一定の額を超えた場合、その超えた分が**高額療養費**として払い戻しされます。この一定の額を「自己負担限度額」といい、所得によって決まります。入院などで高額な医療費がかかりそうなときは、あらかじめ、**限度額適用認定証**または**限度額適用・標準負担額減額認定証**を国保の窓口に申請してください。認定証を医療機関に提示することにより、支払いが自己負担限度額までで済みます。

Q. **交通事故でけがをしました。保険証は使えますか？**

A. 交通事故など、第三者（加害者）行為によって病気やけがをしたときは、加害者側が医療費を負担するのが原則です。国保の保険証を使って治療を受けることもできますが、この場合、国保が一時的に立て替えをし、その後、加害者側に請求することになります。保険証を使用するときは、必ず国保の窓口にご連絡ください。

＜「第三者行為」に該当する事例＞

・交通事故にあった　・他人のペットにかまれた　・傷害事件に巻き込まれた
・スキーで接触事故にあった　・飲食店で食中毒にかかった

＜こんなとき、保険証は使えません…＞

・仕事中や通勤途中での事故　・飲酒運転などの不法行為　・示談を済ませてしまった

※保険証が使えるのは**業務外**の病気やけがのときです。仕事中や通勤途中の事故は**労災保険**の対象です。

Q. **無職です。収入がなくても国保の税金は納めなければならないのですか？**

A. 国民健康保険税は、世帯ごと、前年の所得をもとに計算されます。したがって、無収入の方でも納めていただくことになりますが、国民健康保険税は、世帯主が家族の分をまとめて納めるルールになっています。

Q. **就職して職場の健康保険に入りました。国保の保険証はどうすればいいですか？**

A. 国保を脱退する手続きが必要です。職場でもらった新しい保険証と国保の保険証、マイナンバーカードを用意して、１４日以内に届出をしてください。届出をされないままでいると、二重に加入している状態になってしまいますので、忘れずに届出をしましょう。

国　民　年　金

Q.　「公的年金」って何のためにあるの？

A.　公的年金制度は、老後の安定した生活を支える**老齢年金**をはじめ、病気やけがで障がいを負ったときに受け取る**障害年金**、不幸にも一家の働き手が亡くなったときの**遺族年金**など、お互いの暮らしを支え合う社会保障制度のひとつです。国内に住む２０歳以上６０歳未満のすべての方は**国民年金**（「基礎年金」ともいいます）に加入します。

なお、国民年金の加入者（「被保険者」といいます）は、職業などによって次の３種類に分けられます。

- 第１号被保険者 … 自営業、農林漁業、学生の方など
- 第２号被保険者 … 会社員、公務員など**厚生年金**に加入している方
- 第３号被保険者 … 第２号被保険者に扶養されている配偶者

Q.　将来、年金ってホントにもらえるの？

A.　基礎年金の財源は、全体の２分の１が保険料、残りの２分の１を税金でまかなっています。これによって、将来にわたって持続した制度運営が可能な制度になっています。公的年金は貯金ではなく、万が一のときのための保険です。少子高齢化が進んでいますが、年金は納めた保険料に応じて受け取るしくみになっています。

Q.　国民年金の納付方法を教えてください

A.　国民年金保険料は、日本年金機構から発行される「納付書」を使って銀行や郵便局、コンビニなどで支払うほか、預金口座からの引き落としやクレジットカード、電子納付（ペイジー）で納付することができます。

なお、第２号被保険者は厚生年金保険料と一緒に納め、第３号被保険者は配偶者が加入する年金制度全体で負担しますので、ご自身で納める必要はありません。

Q.　学生です。アルバイト生活で学費もかかるので、国民年金まで余裕がないのですが…

A.　在学中の国民年金保険料の納付が猶予される**学生納付特例**という制度があります。この制度を利用するには申請が必要です。学生証のコピーまたは在学証明書を用意し、国民年金の窓口に申請してください。学生納付特例で納付の猶予を受けた期間は、１０年以内に納付（**「追納」**といいます）することができます。卒業後、追納することで、将来受け取る老齢年金の額が増えます。

Q.　会社をやめて仕事を探しているところです。収入がなくても国民年金は納めなければならないの？

A.　国民年金保険料は定額制なので、年齢や収入にかかわらず一律です。ただし、失業などを理由に納付が困難な方は、申請することにより全額または一部の免除、納付の猶予が受けられる場合があります。

Q.　老後は貯蓄や民間の積立年金で生活していくつもりです。国民年金は納めなくてもいいですか？

A.　わが国の公的年金制度は、**世代間の相互扶助**を基本としています。現役世代が納めた保険料が、いま年金を受け取っている方々の大切な財源になります。また、公的年金は、病気やけが、死亡など、想定外のリスクに備えるものでもあります。制度の趣旨をご理解のうえ、保険料を納付してください。

Q.　よく耳にする「日本年金機構」とは、どういう組織ですか？

A.　日本年金機構は、国（厚生労働大臣）から委任・委託を受けて、公的年金に関する相談や様々な手続きなど年金制度全般の業務を行っています。全国各地に年金事務所が設置されています。市町村役場では、国民年金第１号被保険者の加入の届出や保険料の免除申請など、主に国民年金に関する事務を担当しています。

Q.　自分の年金記録を調べる方法はありますか？

A.　パソコンやスマートフォンから、ご自身の年金情報を手軽に確認できる**ねんきんネット**をご利用ください。利用するには、ねんきんネットへの登録が必要です。

詳しくは、日本年金機構ホームページ（https://www.nenkin.go.jp/n_net/）をご覧ください。