国民健康保険のご案内　令和８年度
A Brief Introduction to National Health Insurance FY2026
国民健康保险简介　令和８年度
국민건강보험 안내　레이와 8 년도

板橋区健康生きがい部国保年金課

National Health Insurance & Pension Section
Health and Livelihood Division
Itabashi City Office

板桥区健康生活意义部国保年金课

이타바시구 건강생애보람부 국보연금과

Itabashi City website

（英語・中国語・ハングル版）

目次

国民健康保険とは……2
国民健康保険に加入する必要がある方……2
在留期間が延長されたとき……4
赤ちゃんが生まれたとき……4
マイナ保険証について……6
70 歳から 74 歳の方……8
国民健康保険をやめる方……10
加入者が死亡したとき……10
住所が変わったとき……12
国民健康保険をやめる手続き……12
出国する方……14
世帯主が変更になった場合……14
保険料……14
保険料の計算方法……16
均等割額の軽減制度……18
未就学児の均等割額の減額……20
産前産後期間に係る保険料減額……20
18 歳未満の方の子ども分均等割額の減額…22
保険料のご案内……22
介護保険料のご案内……24
保険料の納付方法……24
保険料を滞納すると……26
保険料の納付相談……28
保険料の減額・免除……28
所得の申告……28
資格確認書は大切にしましょう……30
診療を受けるとき……30
医療費が高額になったとき……30
海外渡航中に急病で治療を受けたとき……30
他人にケガをさせられたとき……32
特定健康診査・特定保健指導……32
国保年金課の窓口・区民事務所の窓口……34

Contents

National Health Insurance……2
Required to join National Health Insurance……2
Your period of residency was extended……4
A baby was given birth to……4
Myna Health Insurance Cards……6
For Residents between 70 and 74……8
Withdrawing from National Health Insurance……10
When the insured was dead……10
When you changed your address……12
Withdrawing procedures……12
When you leave Japan……14
When the head of your household was changed……14
Insurance premiums……14
Calculating insurance premiums……16
Reduction in per capita insurance premium……18
Reduction of per capita amount for preschool children……20
Reduction of premiums for the period before and after childbirth……20
Reduction of per capita rate for children under 18 years old……22
Introduction to insurance premiums……22
Introduction to nursing care premiums……24
Paying insurance premiums……24
When you fell behind……26
Consultation on payment……28
Remission……28
Reporting your income……28
Keep your health insurance eligibility certificate with care……30
When you see a doctor……30
High medical expenses paid……30
If you receive emergency medical treatment while overseas……30
When you got injured by a third party……32
Specific health checkups and specific health guidance……32
National Health Insurance & Pension Section windows Windows at a local city resident office……34

目录

什么叫国民健康保险……3
需要加入国民健康保险的人……3
在留期间获延长时……5
生了孩子时……5
关于个人编号保险证……7
70 岁至 74 岁的人……9
退出国民健康保险的人……11
加入人已死亡时……11
地址有了变更时……13
退出国民健康保险的手续……13
出境的人……15
户主发生变更时……15
保险费……15
保险费的计算方法……17
均等比例金额的减轻制度……19
学龄前儿童均等比例金额的减额……21
有关产前、产后期间的保险费减额……21
未满 18 岁的儿童均等割额减少……23
保险费简介……23
护理保险费简介……25
保险费的缴纳方法……25
拖欠保险费时……27
缴纳保险费的咨询……29
保险费的减免……29
所得申报……29
请严格保管资格确认书……31
接受诊治时……31
医疗费用高昂时……31
出国途中因急病接受治疗时……31
由于别人的原因而受伤时……33
特定健康检查・特定保健指导……33
国保年金课的窗口・区民事务所的窗口……35

목차

국민건강보험이란 ?……3
국민건강보험에 가입할 필요가 있는 분……3
재류기간이 연장되었을 때……5
아기가 태어났을 때……5
마이나 보험증에 대해……7
70 세부터 74 세인 분……9
국민건강보험을 탈퇴하는 분……11
가입자가 사망했을 때……11
주소가 변경되었을 때……13
국민건강보험을 탈퇴하는 수속……13
출국 하시는 분……15
세대주가 변경된 경우……15
보험료……15
보험료의 산출방법……17
균등할액 경감 제도……19
미취학 아동의 균등할액 감액……21
산전 산후 기간과 관련된 보험료 감액……21
18 세 미만인 분의 어린이분 균등할액 감액……23
보험료의 안내……23
개호보험료의 안내……25
보험료의 납부방법……25
보험료를 체납하면………27
보험료의 납부상담……29
보험료의 감액・면제……29
소득의 신고……29
자격 확인서은 소중히 관리합시다……31
진료를 받을 때……31
의료비가 고액이 된 경우……31
해외 도항 중에 갑작스런 질병으로 치료를 받았을 때……31
타인으로부터 부상을 당한 경우……33
특정 건강 검진・특정 보건 지도……33
국보연금과 창구・구민사무소 창구……35

国民健康保険とは

病気やケガは予測できません。健康保険制度は、万一に備えて、加入者全員がそれぞれの所得に応じてお金（保険料）を出し合い、病気やケガをした方の医療費に充てる制度です。

日本では､在留資格や在留期間で一定の条件を満たし住民基本台帳に記載（住民登録）された方は、法律によって必ず健康保険制度に加入することが義務付けられています。他の健康保険に加入しない方は、国民健康保険に加入します。

※自分の意思で加入・非加入を選択することはできません。

国民健康保険に加入する必要がある方

次の事項に該当する方は、国民健康保険に加入することになりますので、必要書類を持って、国保年金課（南館２階㉒）または区民事務所にお越しください。（他の健康保険に加入できる方を除きます）

75 歳以上の方、65 歳から 74 歳で障がい認定を受けている方は国民健康保険や社会保険から独立した「後期高齢者医療制度」に新たに加入することになります。

事項		必要書類
板橋区に住民登録をした		
	1）海外から転入	パスポート（新・旧）、在留カードまたは特別永住者証明書、マイナンバー（個人番号）がわかるもの（マイナンバーカードなど）
	2）日本国内の他の区市町村から転入	
	3）既に入国していて住民登録できる在留資格に変更となった	
住民登録をした人で		
	1）勤務先の健康保険をやめた	パスポート（新・旧）、在留カードまたは特別永住者証明書、加入していた健康保険をやめた証明書
	2）生活保護を受けなくなった	パスポート（新・旧）、在留カードまたは特別永住者証明書、生活保護廃止決定通知書、マイナンバー（個人番号）がわかるもの（マイナンバーカードなど）
赤ちゃんが生まれた		出生届出済の「おやこ健康手帳」(母子健康手帳)、マイナンバー（個人番号）がわかるもの（マイナンバーカードなど）

National Health Insurance

One may get ill or injured at any moment. No one can foresee it. The health insurance system is such that all the members of, or insured by, the system pay insurance premiums according to their income to prepare for the contingency, and once any of them gets ill or injured, he/she will be partially covered for the medical expenses.

You are obliged to join any health insurance system by law when you meet well the requirements such as visa and period of residency and are registered to the residential basic book (as a resident). Those who do not take out other health insurance take out the national health insurance.

* You are not allowed to decide by yourself whether or not you join any health insurance system.

Required to join National Health Insurance

If you come under any of the following descriptions, you are required to join the national health insurance system. To join, come to the National Health Insurance & Pension Section (South Building 2nd floor, No. 22) or any local city resident office with required documents listed below.

Those who are 75 or older (or 65 to 74 years old and are identified to be handicapped) join the Latter-Stage Elderly Medical Insurance System, which is independent of the national health insurance and social health insurance.

Description		Necessary documents
Registered in Itabashi City		
	1) Moved from overseas	Passport (both current and past); resident card or special permanent resident certificate; documentation of your individual number (My Number), such as your My Number card
	2)Moved from other village/ town/ward/city of Japan	
	3)Changed the visa that can be registered residents	
People who registered residents		
	1)Withdrew from the health insurance system at worksite	Passport (both current and past); resident card or special permanent resident certificate; certificate showing you have withdrawn from the system
	2)Received social aid no more	Passport (both current and past); resident card or special permanent resident certificate; certificate showing you have stopped receiving social aid; documentation of your individual number, such as your My Number card
A baby was born		Parent-child Health Handbook (Mother and Child Health Handbook) for registered births; documentation of your individual number, such as your My Number card

什么叫国民健康保险

疾病和受伤是不能预测的。健康保险制度就是为了预防万一，所有加入保险的人根据各自的所得缴纳保险费，以充当得了疾病或受了伤的人的医疗费的制度。
日本的法律规定，就在留资格和在留期间已满足一定条件，且已在居民基本台帐（居民注册）上被登记的人，必须加入健康保险制度。未加入其他健康保险的人应加入国民健康保险。
※不可按照自己的意志选择加入或非加入。

需要加入国民健康保险的人

属下述各项的人必须加入国民健康保险。请携带必需的文件，到国保年金课（南馆 2 楼 22 号）或区民事务所办理手续。（可加入其他健康保险的人除外）

75 岁以上的人士以及从 65 岁到 74 岁的期间内被认定为残疾的人士，将参加与国民健康保险和社会保险独立的“后期高龄者医疗制度”。

事项	必需文件
我做了住民登录板桥区	
1）搬迁从国外	护照（新・旧）、在留卡或特别永住者证明书、可查阅个人编号的资料（个人编号卡等）
2）搬迁从日本国内的其他区市町村	
3）已经正式入境，在留资格变更为的住民登录	
已完结住民登录	
1）退出了工作单位的健康保险	护照（新・旧）、在留卡或特别永住者证明书、退出了已加入的健康保险的证明书
2）不再接受生活保护	护照（新・旧）、在留卡或特别永住者证明书、生活保护废止决定通知书、可查阅个人编号的资料（个人编号卡等）
生了孩子	已提交出生申报的亲子健康手册（母子健康手册）、可查阅个人编号的资料（个人编号卡等）

국민건강보험이란？

질병이나 부상은 예측할 수 없습니다. 건강보험제도는 만일에 대비하여 가입자 전원이 각자의 소득에 따라 돈 (보험료) 을 내서 병이 나거나 부상을 당한 분의 의료비에 충당하는 제도입니다.

일본에서는 재류자격과 재류기간에 일정한 조건을 갖추고 주민기본대장에 기재 (주민등록) 된 분은 법률에 따라 반드시 건강보험제도에 가입하도록 의무화되어 있습니다. 다른 건강보험에 가입하지 않는 분은 국민건강보험에 가입합니다.
※자기의 의사로 가입・비가입을 선택할 수는 없습니다.

국민건강보험에 가입할 필요가 있는 분

다음 사항에 해당하는 분은 국민건강보험에 가입하게 되므로 필요서류를 지참하여 국보연금과 (남관 2 층 22 번) 또는 구민사무소로 와 주십시오. (다른 건강보험에 가입할 수 있는 분은 제외합니다)

75 세 이상의 고령자 , 65 세부터 74 세로 장애인정을 받고 있는 고령자는 국민건강보험이나 사회보험으로부터 독립한「후기고령자의료제도」에 다시 가입하게 됩니다.

사항	필요서류
이타바시구에 주민등록을 했다	
1) 외에서 전입	여권 (새것과 과거 것)・재류카드 또는 특별영주자 증명서 , 마이 넘버 (개인 번호) 를 알 수 있는 것 (마이 넘버 카드 등)
2) 일본 국내의 다른 구시정촌에서 전입	
3) 이미 입국하고 있어 주민등록을 할 수 있는 재류자격으로 변경이 되었다	
주민등록을 하신 분으로	
1) 근무처의 건강보험을 탈퇴했다	여권 (새것과 과거 것)・재류카드 또는 특별영주자 증명서 , 가입하고 있던 건강보험을 탈퇴한 증명서
2) 생활보호를 받지 않게 되었다	여권 (새것과 과거 것)・재류카드 또는 특별영주자 증명서 , 생활보호폐지결정 통지서 , 마이 넘버 (개인 번호) 를 알 수 있는 것 (마이 넘버 카드 등)
아기가 태어났다	출생신고를 마친 ‘부모와 자녀 보건 수첩’ (모자보건수첩), 마이 넘버 (개인 번호) 를 알 수 있는 것 (마이 넘버 카드 등)

■下記に該当される方は、国民健康保険加入前に必ず勤務先の健康保険に加入できないか確認が必要となります。

● 1 週間の勤務時間が週 20 時間以上の方
●派遣労働者の方
●試用期間中の方

会社が健康保険に未加入の場合、その旨を会社に証明してもらう必要があります。詳しくは国保年金課国保資格係（TEL. 03-3579-2406　自動音声応答）までお問合せください。

※在留資格が「特定活動」で、活動目的が下記に該当する場合、国民健康保険への加入はできません。
・医療を受ける活動または当該活動を行う者の日常生活の世話をする活動
・観光・保養その他これらに類似する活動及び同行する配偶者

在留期間が延長されたとき

在留期間が延長され板橋区から新しい資格確認書・資格情報通知書が送られない場合には、在留カードを持って、国民健康保険に関する手続きを行ってください。外国籍の方の場合、資格確認書・資格情報通知書の有効期限は、在留期限の翌日になっています。

また、在留資格が「特定活動」で在留期間が延長されたときは、パスポート及び指定書を持って、国保年金課（南館 2 階㉒）または区民事務所で手続きを行ってください。

赤ちゃんが生まれたとき

赤ちゃんが生まれたときは、戸籍住民課戸籍係（南館 1 階⑤）で出生届を出した後、住民登録が行われます。

出生届の手続きが終わりましたら、国保年金課（南館 2 階㉒）で国民健康保険への加入手続きを行ってください。

※国民健康保険に加入している方が出産した場合には、出産育児一時金が支給されます。詳しくは国保年金課国保給付係（TEL. 03-3579-2404）へお問い合わせください。

■ If any of the following describe your situation, you must confirm first whether you are eligible to join a health insurance program at your worksite before you enroll in National Health Insurance.

● Working twenty hours or more per week
● A temporary worker
● Still in a probationary period

If your company does not have a health insurance plan, you need them to verify this. For details, please contact the Qualification Assessment Subsection, National Health Insurance & Pension Section (Tel: 03-3579-2406 [automated voice]).

Note: A foreign resident whose status of residency is for “specified activities” for the following purposes is not allowed to join the National Health Insurance program:
- Receiving medical treatment or caring for such a person while in Japan
- Tourism, vacation or other similar activities and when accompanying a spouse

Your period of residency was extended

If you don’t receive a new health insurance eligibility certificate or eligibility status notification from Itabashi City Office even if your period of residency is extended, please take necessary procedures with respect to national health insurance with your resident card.

Health insurance eligibility certificates and eligibility status notifications for foreign nationals are valid until the day after the last day of one’s period of stay.

Also, if your status of residence is “special activities” and your period of residency is extended, come to the National Health Insurance & Pension Section (South Building 2nd floor, No. 22), or to any local city resident office with your passport and certificate of designation and take necessary procedures.

A baby was given birth to

When your baby is born, come to Itabashi City Office and register the baby at Family Register Staff, Family Registrar Section (South Building 1st floor, No. 5). The baby will be registered as a resident after such registration.

After registering your baby, submit a birth certificate to and make a resident registration with the Family Registrar Section when the baby is of Japanese nationality.

Following this, go through the procedures to have the baby join the national health insurance system at the National Health Insurance & Pension Section (South Building 2nd floor, No. 22)

* When the insured of the national health insurance system has given birth to a baby, a lump sum benefit for childbirth and nursing will be provided. For details, please contact the National Health Insurance Benefits Subsection, National Health Insurance & Pension Section (Tel: 03-3579-2404).

■符合下列条件的人，在加入国民健康保险前务必要确认能否加入工作单位的健康保险。

●一周工作时间在 20 小时以上的人

●派遣劳动者

●试用期内的人

如果公司没有加入健康保险，则有必要要求公司证明该情况，详细情况请向“国保年金课国保资格系”（电话：03-3579-2406 自动语音应答）垂询。

※ 在留资格为“特定活动”，活动目的属于以下内容时，无法加入国民健康保险。

・接受医疗的活动或以照顾接受医疗的人的日常生活为目的的活动

・观光・保养等与此类似的活动及其同行的配偶者

在留期间获延长时

在留期间获延长，且未收到来自板桥区的新资格确认书・资格信息通知书时，请携带在留卡办理与国民健康保险有关的手续。如果是外籍人士，资格确认书・资格信息通知书的有效期限就是在留期限的第二天。

此外，在留资格属于“特定活动”，且在留期间获延长时，请携带护照以及指定书到国保年金课（南馆 2 楼 22 号）或区民事务所办理手续。

生了孩子时

当孩子出生时，先在户籍住民课户籍系（南馆 1 楼 5 号）提交出生登记备案，然后办理居民注册的手续。

出生登记备案的手续结束后，请到国保年金课（南馆 2 楼 22 号）办理加入国民健康保险的手续。

※ 已加入国民健康保险的人生孩子时，可获支付“出产育儿一时金”。详细情况请向“国保年金课国保给付系”（电话：03-3579-2404）垂询。

■ 아래에 해당하는 분은 국민건강보험 가입 전에 반드시 근무처의 건강보험에 가입 가능 여부를 확인해야 합니다.

● 1 주일 근무 시간이 주 20 시간 이상인 분

● 파견 노동자인 분

● 수습 기간 중인 분

회사가 건강보험에 가입되어 있지 않은 경우 그 사실을 회사로부터 증명을 받아야 합니다. 자세한 내용은 국보연금과 국보자격계 (전화 : 03-3579-2406 자동 음성 응답) 에 문의해 주십시오.

※재류자격이「특정활동」으로 활동 목적이 아래의 사항에 해당하는 경우, 국민건강보험 가입을 할 수 없습니다.

・의료를 받는 활동 또는 당해 활동을 하는 자의 일상생활을 보조하는 활동

・관광・휴양 기타 이와 유사한 활동 및 동반 배우자

재류기간이 연장되었을 때

재류기간이 연장되어 이타바시구에서 새로운 자격 확인서・자격 정보 통지서가 송부되지 않는 경우에는 재류카드를 가지고 국민건강보험에 관한 수속을 하여 주십시오. 외국 국적인 분의 경우 자격 확인서・자격 정보 통지서 유효기한은 재류기한 다음 날로 되어 있습니다.

그리고 재류자격이「특정활동」으로 재류기간이 연장되었을 때는 여권 및 지정서를 가지고 국보연금과 (남관 2 층 22 번) 또는 구민사무소에서 수속을 해 주십시오.

아기가 태어났을 때

아기가 태어났을 때는 호적주미과 호적계 (남관 1 층 5 번) 에서 출생신고를 한 후에 주민등록이 됩니다.

출생신고 수속이 끝나면 국보연금과 (남관 2 층 22 번) 에서 국민건강보험 가입수속을 하여 주십시오.

※국민건강보험 가입하고 있는 분이 출산한 경우에는 출산육아일시금이 지급됩니다. 자세한 사항은 국보연금과 국보급부계 (전화 : 03-3579-2404) 으로 문의하여 주십시오.

マイナ保険証について

マイナ保険証とは、健康保険証の利用登録をしたマイナンバーカードのことです。

マイナ保険証について、詳しくは厚生労働省ホームページおよび板橋区ホームページをご覧ください。

厚生労働省
ホームページ

板橋区
ホームページ

■マイナ保険証をお持ちの方

「資格情報通知書（資格情報のお知らせ）」を発行します。資格情報通知書は、ご自身の被保険者資格を簡易に把握できるよう発行されるものです。証明書ではないので、資格情報通知書のみで医療機関を受診することはできません。

■マイナ保険証をお持ちでない方

「資格確認書」を交付します。資格確認書を提示することで､医療機関を受診することができます。

マイナンバーカードや在留カードなど、官公庁発行の顔写真付きの本人確認書類をお持ちの方は窓口交付ができます（お持ちでない方には簡易書留で郵送します）。

マイナ保険証の登録を解除したいとき

申請によりマイナ保険証の利用登録を解除することができます。利用登録の解除をした場合は、「資格確認書」を交付します。詳しくは板橋区ホームページをご覧ください。

板橋区
ホームページ

Myna Health Insurance Cards

Myna Health Insurance cards are My Number cards that have been registered for use as a health insurance certificate.

Please visit the Ministry of Health, Labour and Welfare (MHLW) website or the Itabashi City website for more information about Myna Health Insurance cards.

MHLW
website

Itabashi City
website

■ If you have a Myna Health Insurance Card

You will be issued an eligibility status notification. This document allows you to easily check your insurance status.

Note: This is not a certificate, so you will not be able to receive insurance-covered treatment with this document alone.

■ If you do not have a Myna Health Insurance Card

You will be issued a health insurance eligibility certificate. You will be able to receive insurance-covered treatment by presenting it.

If you have a government-issued photo ID, such as a My Number card or residence card, you can receive this certificate at the city office. (If you do not have such an ID, the certificate will be sent to you by registered mail.)

Cancelling Myna Health Insurance Card registration

You can apply to cancel your Myna Health Insurance card registration. After you cancel your registration, you will be issued a health insurance eligibility certificate. For details, please visit the Itabashi City website.

Itabashi
City website

关于个人编号保险证

个人编号保险证是指进行了健康保险证利用登记的个人编号卡。

关于个人编号保险证，详情请浏览厚生劳动省主页及板桥区主页。

厚生劳动省
主页

板桥区
主页

■持有个人编号保险证的人

将发行“资格信息通知书（资格信息的通知）”。资格信息通知书是为了能方便地掌握自己被保险人资格而发行的证件。其不是证明书，仅凭资格信息通知书不能前往医疗机构就诊。

■没有个人编号保险证的人

将交付“资格确认书”。出示资格确认书后可以前往医疗机关就诊。

持有个人编号卡和在留卡等政府发行的附照片的本人身份确认资料时，可在窗口交付（没有时可通过简易挂号信邮寄）。

希望解除个人编号保险证的登记时

经申请可以解除个人编号保险证的利用登记。利用登记解除后，将交付“资格确认书”。详情请浏览板桥区主页。

板桥区
主页

마이나 보험증에 대해

마이나 보험증이란 건강보험증으로 이용을 등록한 마이 넘버 카드를 말합니다.

마이나 보험증에 대한 자세한 내용은 후생 노동성 홈페이지 및 이타바시구 홈페이지를 참조해 주십시오.

후생 노동성
홈페이지

이타바시구
홈페이지

■ 마이나 보험증을 소지한 분

「자격 정보 통지서 (자격 정보 알림)」를 발행합니다. 자격 정보 통지서는 자신의 피보험자 자격을 간편하게 파악할 수 있도록 발행되는 것입니다. 증명서가 아니므로 자격 정보 통지서만으로는 의료기관에서 진료를 받을 수 없습니다.

■ 마이나 보험증을 소지하지 않은 분

「자격 확인서」를 교부합니다. 자격 확인서를 제시하면 의료기관에서 진료를 받을 수 있습니다.

마이 넘버 카드나 재류카드 등 관공서에서 발행한 사진이 부착된 본인 확인 서류를 소지한 분은 창구에서 교부받을 수 있습니다 (소지하지 않은 분에게는 간이 등기 우편으로 발송합니다).

마이나 보험증 등록을 해제하고 싶을 때

신청을 통해 마이나 보험증 이용 등록을 해제할 수 있습니다. 이용 등록을 해제한 경우는「자격 확인서」를 교부합니다. 자세한 내용은 이타바시구 홈페이지를 참조해 주십시오.

이타바시구
홈페이지

70 歳から 74 歳の方

70 歳から 74 歳の方には、国民健康保険から「高齢受給者証」または「資格情報通知書（資格情報のお知らせ）」を交付します。医療機関の窓口で支払う医療費の自己負担割合を明記したもので、割合は前年の所得に応じて「2 割」または「3 割」となります。

有効期限はつぎの 7 月 31 日まで（75 歳になる方は誕生日の前日まで）です。有効期限が切れる前（毎年 7 月下旬）に、新しい高齢受給者証または資格情報通知書（資格情報のお知らせ）を郵送します。

交付されるもの

マイナ保険証※をお持ちかどうかで交付されるものが異なります。

マイナ保険証	交付されるもの	形状	医療機関等の窓口で提示するもの
あり	資格情報通知書（資格情報のお知らせ）	A 4 サイズ	マイナ保険証
なし	高齢受給者証	はがきサイズ	資格確認書と高齢受給者証

※マイナ保険証については、p. 6 をご覧ください。

For Residents between 70 and 74

National Health Insurance will send an elderly beneficiary certificate or health insurance eligibility status notification to residents between 70 and 74. These documents specify the co-payment rate for medical expenses, which is either 20 or 30 percent depending on the previous year's income.

These documents are valid until the following July 31 (or the day before the 75th birthday; whichever comes first). A new elderly beneficiary certificate or eligibility status notification will be sent via postal mail before the expiration date (the end of July).

Documents issued

Differs depending on whether you have a Myna Health Insurance card* or not.

Myna Health Insurance Card	Document issued	Format	What to present at medical facilities
Yes	Eligibility status notification	A4 size	Myna Health Insurance Card
No	Elderly beneficiary certificate	Postcard size	Health insurance eligibility certificate and elderly beneficiary certificate

* See page 6 for more information about Myna Health Insurance cards.

70 岁至 74 岁的人

70 岁至 74 岁的人，由国民健康保险交付“高龄领取者证”或“资格信息通知书（资格信息的通知）”。明确记载有在医疗机构窗口支付的医疗费自己负担比例，比例根据上一年的所得为“20%”或“30%”。

有效期到下一个 7 月 31 日（年满 75 岁的人到生日的前一天为止）为止。在有效期届满前（每年 7 月下旬），将邮寄新的高龄领取者证或资格信息通知书（资格信息的通知）。

交付的资料

有无个人编号保险证 ※ 将交付不同的资料。

个人编号保险证	交付的资料	形状	在医疗机构等窗口出示的资料
有	资格信息通知书（资格信息的通知）	A 4 尺寸	个人编号保险证
无	高龄领取者证	明信片尺寸	资格确认书和高龄领取者证

※ 关于个人编号保险证，请浏览 p. 7。

70 세부터 74 세인 분

70 세부터 74 세인 분에게는 국민건강보험에서 「고령수급자증」 또는 「자격 정보 통지서 (자격 정보 알림)」 를 교부합니다 . 의료기관 창구에서 지불하는 의료비의 자기부담 비율을 명시한 것이며 , 비율은 전년 소득에 따라 「20%」 또는 「30%」 가 됩니다 .

유효 기한은 다음 7 월 31 일까지 (75 세가 되는 분은 생일 전날까지) 입니다 . 유효 기한이 만료되기 전 (매년 7 월 하순) 에 새로운 고령수급자증 또는 자격 정보 통지서 (자격 정보 알림) 를 우편으로 발송합니다 .

교부되는 것

마이나 보험증※의 소지 여부에 따라 교부되는 것이 다릅니다 .

마이나 보험증	교부되는 것	형상	의료기관 등의 창구에서 제시하는 것
있음	자격 정보 통지서 (자격 정보 알림)	A4 크기	마이나 보험증
없음	고령수급자증	엽서 크기	자격 확인서와 고령수급자증

※마이나 보험증에 대해서는 p. 7 를 참조해 주십시오 .

国民健康保険をやめる方

次の事項に該当した方は、国民健康保険をやめる手続きをしてください。（資格確認書は手続きの際にお返しください）

国保の資格を喪失した日以降は、板橋区の国民健康保険を使用することはできません。使用した場合、保険適用となる医療費の７割相当額を板橋区にお返しいただきます。

事項	必要書類
勤務先の健康保険に加入した	勤務先の健康保険に加入した証明（勤務先から交付された資格確認書等）、マイナンバー（個人番号）がわかるもの（マイナンバーカードなど）
他の健康保険に加入した（被扶養者になった場合を含む）	他の健康保険に加入した証明（本人の名前が記載された資格確認書等）、マイナンバー（個人番号）がわかるもの（マイナンバーカードなど）
生活保護を受けることになった	生活保護開始決定通知書、マイナンバー（個人番号）がわかるもの（マイナンバーカードなど）
区外転出・出国する	資格確認書（資格情報通知書）、マイナンバー（個人番号）がわかるもの（マイナンバーカードなど）
死亡した	資格確認書（資格情報通知書）、マイナンバー（個人番号）がわかるもの（マイナンバーカードなど）

※国民健康保険は、個人の意思で任意にやめることはできません。

※手続きが１年以上遅れると、遡って手続きしても、お支払いいただいた保険料をお返しできなくなる場合があります。

加入者が死亡したとき

加入者が死亡したときは、住民登録に関する手続きが終わってから、国民健康保険に関する手続きを行ってください。

世帯主が死亡した場合には、家族全員の資格確認書等の書き換えを行う必要がありますので、必ず全員の資格確認書等を用意して国保年金課（南館２階㉒）へお越しください。

※国民健康保険加入者が死亡した場合には葬祭費が支給されます。詳しくは国保年金課国保給付係（TEL. 03-3579-2404）へお問い合わせください。（葬祭費は、原則として銀行口座への振り込みとなります）

Withdrawing from National Health Insurance

Follow the procedures to withdraw from the national health insurance scheme and return your health insurance eligibility certificate when you come under any of the following.

You cannot use Itabashi City National Health Insurance from the date you lose your qualification for the National Health Insurance system. If you do use the card under such circumstances, you will be required to return the sum of money covered by the insurance, which is 70% of the actual total medical expense, to Itabashi City.

Description	Necessary documents
Joined the health insurance system at worksite.	Certification for health insurance enrollment provided by your worksite (health insurance eligibility certificate, etc.); documentation of your individual number, such as your My Number card
Joined another insurance (Became a dependent.)	Certification for health insurance enrollment which your name is entered (health insurance eligibility certificate, etc.); documentation of your individual number, such as your My Number card
Became qualified to get social aid	Notification showing when you are to receive social aid; documentation of your individual number, such as your My Number card
Moved from Itabashi City or leave Japan	Health insurance eligibility certificate (or eligibility status notification); documentation of your individual number, such as your My Number card
Were dead	Health insurance eligibility certificate (or eligibility status notification); documentation of your individual number, such as your My Number card

Notes

1. You cannot withdraw the National Health Insurance System at will.
2. If you complete the procedures for withdrawal more than one year after the reason for withdrawal, the premiums you paid in the interim may not be refunded.

When the insured was dead

It is expected that a family member or a friend of the insured goes through the procedure to cancel the resident registration of the insured and to let him/her withdraw from the national insurance scheme when he/she was dead.

It is necessary for the health insurance eligibility certificates, etc. of a family to be revised if the head of the family or household was dead. It is expected that the certificates will be returned by the bereaved to the National Health Insurance & Pension Section (South Building 2nd floor, No. 22).

* The bereaved will be provided with a funeral fee of the dead insured. For details, please contact the National Health Insurance Benefits Subsection, National Health Insurance & Pension Section (Tel: 03-3579-2404). (The funeral fee will be provided as a rule through bank account transfer.)

退出国民健康保险的人

属下述各项的人，请办理退出国民健康保险的手续。（请在办理手续时退还资格确认书）

自国保资格丧失之日起，无法使用板桥区的国民健康保险。如使用了保险证，则需要将适用了保险的相当于医疗费 7 成的钱款返还给板桥区。

事项	必需文件
已加入工作单位的健康保险	已加入工作单位健康保险的证明（工作单位发给的资格确认书等）、可查阅个人编号的资料（个人编号卡等）
已加入其他健康保险（包括成为被抚养人）	已加入其他健康保险的证明（记载着本人姓名的资格确认书等）、可查阅个人编号的资料（个人编号卡等）
开始接受生活保护	生活保护开始决定通知书、可查阅个人编号的资料（个人编号卡等）
搬迁到板桥区外的地方或出境的人	资格确认书（资格信息通知书）、可查阅个人编号的资料（个人编号卡等）
已死亡	资格确认书（资格信息通知书）、可查阅个人编号的资料（个人编号卡等）

※国民健康保险是不能根据个人的意志任意退出的。

※手续延迟 1 年以上，在回溯办理时可能无法退还已支付的保险费。

加入人已死亡时

加入人已死亡时，在与住民登录有关的手续结束后，请办理与国民健康保险有关的手续。

户主已死亡时，对所有家属成员要再度发行资格确认书等。因此请携带所有成员的资格确认书等，到国保年金课（南馆 2 楼 22 号）办理手续。

※国民健康保险加入人已死亡时将获支付葬礼费。详细情况请向“国保年金课国保给付系”（电话：03-3579-2404）垂询。（葬礼费原则上汇到银行的帐户上。）

국민건강보험을 탈퇴하는 분

다음 사항에 해당하는 분은 국민건강보험을 탈퇴하는 수속을 하여 주십시오. (자격 확인서는 수속 시에 반납하여 주십시오)

국민건강보험의 자격을 상실한 날 이후는 이타바시구의 국민건강보험을 사용할 수 없습니다. 사용했을 경우에는 보험적용이 되는 의료비의 70% 상당액을 이타바시구에 반납해야 합니다.

사항	필요서류
근무처의 건강보험에 가입했다	근무처의 건강보험에 가입한 증명 (근무처에서 교부된 자격 확인서 등), 마이 넘버 (개인 번호) 를 알 수 있는 것 (마이 넘버 카드 등)
다른 건강보험에 가입했다 (피부양자가 된 경우를 포함)	다른 건강보험에 가입한 증명 (본인의 이름이 기재된 자격 확인서 등), 마이 넘버 (개인 번호) 를 알 수 있는 것 (마이 넘버 카드 등)
생활보호를 받게 되었다	생활보호개시결정 통지서, 마이 넘버 (개인 번호) 를 알 수 있는 것 (마이 넘버 카드 등)
구외로 전출 · 출국한다 (구 내에서 주소 변경)	자격 확인서 (자격 정보 통지서), 마이 넘버 (개인 번호) 를 알 수 있는 것 (마이 넘버 카드 등)
사망했다	자격 확인서 (자격 정보 통지서), 마이 넘버 (개인 번호) 를 알 수 있는 것 (마이 넘버 카드 등)

※국민건강보험은 개인의 의사로 임의로 탈퇴할 수는 없습니다.

※수속이 1 년 이상 지연되면 소급해서 수속하더라도 납부하신 보험료를 돌려드릴 수 없는 경우가 있습니다.

가입자가 사망했을 때

가입자가 사망한 때는 주민등록에 관한 수속이 끝나면 국민건강보험에 관한 수속을 하여 주십시오.

세대주가 사망한 경우에는 가족 전원의 자격 확인서 등을 개서할 필요가 있으므로 반드시 전원의 자격 확인서 등을 준비하여 국보연금과 (남관 2 층 22 번) 으로 와 주십시오.

※국민건강보험 가입자가 사망한 경우에는 장제비가 지급됩니다. 자세한 사항은 국보연금과 국보지급계 (전화 : 03-3579-2404) 으로 문의하여 주십시오. (장제비는 원칙적으로 은행 계좌로 입금합니다)

住所が変わったとき

住所が変わったときは、14 日以内に住所変更と国民健康保険に関する手続きをしていただく必要があります。

■板橋区内で住所が変わったとき

最初に住所変更することが必要です。戸籍住民課住民異動係（南館 1 階③）または区民事務所で、住所変更の手続きをしてください。

その後、国保年金課（南館 2 階㉒）または区民事務所で資格確認書等の書き換えをしてください。

必要なもの：在留カードまたは特別永住者証明書・資格確認書等、マイナンバーがわかるもの

■板橋区外に住所が変わったとき

転出の手続きが必要です。戸籍住民課住民異動係（南館 1 階③）または区民事務所で転出の手続きを行ってください。その後、新しい住所の区市町村で国民健康保険の加入手続きを行ってください。（詳しい手続き方法については、新しい住所の区市町村にお尋ねください）

新しい区市町村の国民健康保険への加入手続きが完了したら、板橋区の資格確認書を「板橋区役所」へお返しください。

※板橋区から転出すると、板橋区の国民健康保険を使用することはできません。転出後に使用した場合、保険適用となる医療費の 7 割相当額を板橋区へお返しいただきます。

資格確認書の返送先

〒 173-8501
東京都板橋区板橋二丁目 66 番 1 号
板橋区役所健康生きがい部国保年金課
国保資格係

国民健康保険をやめる手続き

国民健康保険をやめる方は、国保年金課（南館 2 階㉒）または区民事務所で板橋区発行の資格確認書と、必要書類を添えて手続きをしてください。

なお、板橋区以外の区市町村では、板橋区の国民健康保険に関する手続きはできませんのでご注意ください。

When you changed your address

It is necessary for you to take the necessary steps and national health insurance within 14 days after you have changed your address.

■ When you moved within Itabashi City

You are required first to change your address at Resident Move Notification Staff, Family Registrar Section (South Building 1st floor, No. 3), Itabashi City Office or any local city resident office.

Complete procedures for the change at the National Health Insurance & Pension Section (South Building 2nd floor, No. 22) or any local city resident office (make sure to bring your health insurance eligibility certificate, etc.)

Requirements: Resident card or special permanent resident certificate, health insurance eligibility certificate, etc., documentation of your individual number

■ When you moved from Itabashi City

It is necessary to file the moving-out notification. Follow the procedure for moving-out notification at Resident Move Notification Staff, Family Registrar Section (South Building 1st floor, No. 3) or any local resident office to the new one with the office of village/town/ward/city to which you moved, and to join the national health insurance system there. (For detail contact the village/town/ward/city office.)

Upon completing the procedures to join the system, return your former health insurance eligibility certificate to Itabashi City Office.

*** You cannot use Itabashi City-issued documents after you move out of Itabashi City. If you use it to receive treatment after moving out, you must return the portion covered by health insurance (70% of total expenses) to Itabashi City.**

Return address for health insurance eligibility certificate

Qualification Assessment Subsection, National Health Insurance & Pension Section, Health and Livelihood Division Itabashi City Office
2-66-1 Itabashi, Itabashi City, Tokyo 173-8501

Withdrawing procedures

When withdrawing from national health insurance, bring yourself to National Health Insurance & Pension Section (South Building 2nd floor, No. 22) or any local city resident office with your health insurance eligibility certificate and necessary documents.

No village/town/ward/city office other than Itabashi City Office is able to follow the procedure to enable you to join/withdraw from the national health insurance system insured by Itabashi City.

地址有了变更时

地址有了变更时，必须在 14 日内办理“住所变更”，以及与国民健康保险有关的手续。

■搬迁后地址仍在板桥区内时

首先要办理“住所（住处）变更”的手续。请到板桥区役所“户籍住民课住民异动系”（南馆 1 楼 3 号）或区民事务所办理变更“住所”的手续。

接着请到“国保年金课”（南馆 2 楼 22 号）或区民事务所办理资格确认书等再发行的手续。

必需证件：在留卡或特别永住者证明书、资格确认书等、可查阅个人编号的资料

■住处搬迁到板桥区外时

需要办理迁出手续。请在“户籍住民课住民异动系”（南馆 1 楼 3 号）或区民事务所办理迁出手续。接着在新住处的区市町村办理国民健康保险的加入手续。（详细情况请向新住处的区市町村垂询。）

加入新的区市町村的国民健康保险的手续结束后，请把板桥区的资格确认书退还给“板桥区役所”。

※搬迁到板桥区以外的地方后，将不可使用板桥区的国民健康保险。搬迁后如果仍然使用，将要向板桥区退还相当于医疗费等 7 成的金额。这是由保险支付的款项。

资格确认书
退还地点

邮编 173-8501
东京都板桥区板桥二丁目 66 番 1 号
板桥区役所健康生活意义部国保年金课
国保资格系

退出国民健康保险的手续

退出国民健康保险的人请携带板桥区发行的资格确认书以及上述的必需证件，到板桥区役所“国保年金课”（南馆 2 楼 22 号）或区民事务所办理手续。

在板桥区以外的区市町村是不能办理板桥区与国民健康保险有关的手续的。务请注意。

주소가 변경되었을 때

주소가 변경되었을 때는 14 일 이내에 주소변경과 국민건강보험에 관한 수속을 하실 필요가 있습니다 .

■이타바시구 내에서 주소가 변경된 경우

먼저 주소변경을 할 필요가 있습니다 . 이타바시구야쿠쇼 호적주민과 주민이동계 (남관 1 층 3 번) 또는 구민사무소에서 주소변경 수속을 하여 주십시오 .

그 후 , 국보연금과 (남관 2 층 22 번) 또는 구민사무소에서 자격 확인서 등을 개서하여 주십시오 .

필요한 것 : 재류카드 또는 특별영주자 증명서 · 자격 확인서 등 · 마이 넘버를 알 수 있는 것

■이타바시구 외로 주소가 변경된 경우

전출 수속의 필요가 있습니다 . 이타바시구야쿠쇼 호적주민과 주민이동계 (남관 1 층 3 번) 또는 구민사무소에서 전출 수속을 하여 주십시오 . 그 후 , 새 주소지 구시정촌에서 국민건강보험 가입수속을 하여 주십시오 . (자세한 수속방법에 대해서는 새 주소지 구시정촌에 문의하여 주십시오)

새 구시정촌의 국민건강보험 가입수속이 완료되면 이타바시구의 자격 확인서을「이타바시구야쿠쇼」에 반납하여 주십시오 .

※이타바시구에서 전출하면 이타바시구의 국민건강보험을 사용할 수 없습니다 . 전출 후에 사용한 경우 , 보험적용이 되는 의료비 등의 70% 상당액을 이타바시구에 반납하셔야 합니다 .

자격 확인서의
반송처

〒 173-8501
東京都板橋區板橋 2 丁目 66 番 1 號
板橋區役所健康生きがい部國保年金課國保資格係
(이타바시 구야쿠쇼 건강생애보람부 국보연금과
국보자격계)

국민건강보험을 탈퇴하는 수속

국민건강보험을 탈퇴하는 분은 이타바시구야쿠쇼의 국보연금과 (남관 2 층 22 번) 또는 구민사무소에서 이타바시구 발행의 자격 확인서과 상기의 필요서류를 첨부하여 수속을 해 주십시오 .

그리고 , 이타바시구 외의 구시정촌에서는 이타바시구의 국민건강보험에 관한 수속은 할 수 없으므로 주의하여 주십시오 .

出国する方

出国する方のうち日本における在留資格を保有しながら、一時的に日本国外へ出国する場合、国民健康保険の加入資格が継続し、保険料が継続してかかる場合があります。

※再入国許可を得た状態での出国は、一時的な出国として取り扱われます。このため、国民健康保険の資格は継続し、その期間も保険料がかかります。ただし一年を越えるなどの長期間出国されるときは、戸籍住民課住民異動係（南館１階③）に転出の手続きが必要かどうか相談してください。その結果、転出することになった場合は、国保年金課（南館２階㉒）にもお越しください。

※払いすぎになった保険料などの還付金は現金での返金ができません。日本での口座が必要です。（振込には２～３か月程度かかります）

※出国までに収入の申告をされていない場合は、正しい保険料の計算ができません。

世帯主が変更になった場合

世帯構成の変更によって、世帯主が変わった場合には、家族全員の資格確認書等の書き換えを行う必要があります。

世帯主が変わった場合には、戸籍住民課住民異動係（南館１階③）または区民事務所で世帯主変更の手続きをし、その後、国保年金課（南館２階㉒）または区民事務所で資格確認書等の書き換えを行ってください。

必要なもの：在留カードまたは特別永住者証明書・資格確認書（資格情報通知書）

保険料

保険料は、加入者がそれぞれの所得に応じて国民健康保険の運営に必要な財源を負担するもので、国民健康保険の加入者は、医療費等の負担軽減を受けられる「権利」と保険料を支払う「義務」が発生します。

保険料の支払い義務者は世帯主の方になり、世帯全員の保険料を合算して世帯主の方へ通知します。

When you leave Japan

When you leave Japan temporarily but maintain a proper status of residency in Japan, you will remain insured by the national health insurance system and be obliged to keep paying insurance premiums.

*** When you leave Japan with permission for reentry, you will be considered as being away from Japan provisionally. If this is the case, you will be kept qualified for national health insurance and obliged to pay insurance premiums during the period when you are outside Japan. However, if you are leaving Japan for a long term (more than one year), consult with the Resident Move Notification Staff, Family Registrar Section (South Building 1st floor, No. 3) about whether or not you should complete procedures for moving out. If procedures are necessary, also visit the National Health Insurance & Pension Section (South Building 2nd floor, No. 22).**

* You cannot receive refunds for insurance premiums you have overpaid in cash. You must have a Japanese bank account. (Please note that it takes about two to three months for a refund to be deposited.)

* If you do not declare your income before you leave the country, your insurance premiums will not be calculated correctly.

When the head of your household was changed

It is necessary for the health insurance eligibility certificates, etc. of your household or family to be renewed when the head of your household was changed as a result of any change in your family structure.

Follow the due steps at Resident Move Notification Staff, Family Registrar Section (South Building 1st floor, No. 3) or any local city resident office, and then let your health insurance eligibility certificate, etc. be renewed at the National Health Insurance & Pension Section (South Building 2nd floor, No. 22) or any local city resident office.

Requirements: Resident card or a special permanent resident certificate, health insurance eligibility certificate (or eligibility status notification)

Insurance premiums

It is obligatory for the insured to pay insurance premiums according to the income to fund the system for operation while he/she is entitled to benefits from the system for medical expenses when he/she gets ill or injured.

The head of each household taxes the responsibility to pay the premiums, who will hear from Itabashi City Office or the total of the premiums they have to pay.

出境的人

出境的人中，一面持有日本的在留资格，一面暂时出国到日本以外的国家的人，有时会继续持有国民健康保险的加入资格，并继续被征收保险费。

※在获取“再入国许可”的状态下的出境，将被当作暂时出境处理。因此，该人士将继续持有国民健康保险的资格，在该期间要缴纳保险费。长期出境超过 1 年等时，请咨询是否需要办理户籍住民课住民异动系（南馆 1 楼 3 号）迁出手续。结果为迁出时，请同时前往国保年金课（南馆 2 楼 22 号）。

※多付的保险费等退款不能以现金形式退还。需要日元账户。（汇款用时 2 ～ 3 个月左右）

※出境前未申报收入时，无法正确计算保险费。

户主发生变更时

由于家庭结构的变更，户主发生变更时，对所有家属成员将再次发行资格确认书等。

户主发生变更时，请到板桥区役所“户籍住民课住民异动系”（南馆 1 楼 3 号）或区民事务所办理“世帯主（户主）变更”手续，然后到“国保年金课”（南馆 2 楼 22 号）或区民事务所办理资格确认书等的再次发行手续。

必需证件：在留卡或特别永住者证明书、资格确认书（资格信息通知书）

保险费

保险费由各加入人按照各自的所得负担，以供运营国民健康保险的财源之用。国民健康保险加入人既有享受减轻医疗费等负担的“权利”，同时也肩负着支付保险费的“义务”。

支付保险费的义务人是户主，政府将向户主通知全户所有成员的保险费总额。

출국 하시는 분

출국하실 분 중에 일본에서의 재류자격을 보유하면서 일시적으로 일본 국외로 출국하는 경우, 국민 건강보험의 가입자격이 유지되고, 보험료가 계속하여 부과되는 경우가 있습니다.

※재입국허가를 받은 상태에서의 출국은 일시적인 출국으로 취급됩니다. 따라서 국민건강보험의 자격은 유지되고, 그 기간도 보험료가 부과됩니다. 단, 1 년을 초과하는 등의 장기간 출국하시는 경우에는 호적주민과 주민이동계 (남관 1 층 3 번) 에서 출국수속이 필요한지 여부 상담하여 주십시오. 그 결과, 전출하게 된 경우에는, 국보연금과 (남관 2 층 22 번) 에도 방문해 주십시오.

※과다 지불한 보험료 등의 환급금은 현금으로 드릴 수 없습니다. 일본의 계좌가 필요합니다 (송금에는 2~3 개월 정도 걸립니다)

※출국하기 전까지 수입 신고를 하지 않은 경우에는 올바른 보험료를 계산할 수 없습니다.

세대주가 변경된 경우

세대구성의 변경에 따라 세대주가 변경된 경우에는 가족 전원의 자격 확인서 등 재발행을 받을 필요가 있습니다.

세대주가 변경된 경우에는 이타바시구야쿠쇼의 호적주민과 주민이동계 (남관 1 층 3 번) 또는 구민사무소에서 세대주 변경수속을 하고, 그 후에 국보연금과 (남관 2 층 22 번) 또는 구민사무소에서 자격 확인서 등 개서하여 주십시오.

필요한 것 : 재류카드 또는 특별영주자 증명서 · 자격 확인서 (자격 정보 통지서)

보험료

보험료는 가입자가 각자의 소득에 따라 국민건강보험의 운영에 필요한 재원을 부담하는 것으로서 국민건강보험 가입자는 의료비 등의 부담경감을 받을 수 있는「권리」와 보험료를 납입할「의무」가 발생합니다.

보험료 납입의무자는 세대주가 되면, 세대원 전원의 보험료를 합산하여 세대주에게 통지합니다.

保険料の計算方法

保険料は、4月から翌年3月までの「12か月」を1年として計算しています（これを「年度」といいます）。

毎年6月に、前年の1月から12月までの所得に応じて保険料は算出されます。

また、年齢が40歳から64歳までの方は、高齢者の介護費用の一部を負担する介護保険制度の保険料を国民健康保険料とあわせて納めていただきます。

均等割額・・・所得や年齢に関係なく、加入者全員に納めていただく基本的な保険料です。
所得割額・・・前年の所得に応じて算出される保険料です。

〈計算式〉全て年額で計算し、加入月数で負担額を決定します。

令和8年度（2026年4月～2027年3月）保険料計算式

○基礎賦課額保険料（医療分）

均等割額		所得割額		年間保険料
1人　47,600円 × 加入者の人数	＋	2025年中の 基礎所得金額 × 7.51%	＝	保険料の負担額は年間で 67万円を限度とします

○後期高齢者支援金等賦課額保険料（支援金分）

均等割額		所得割額		年間保険料
1人　17,600円 × 加入者の人数	＋	2025年中の 基礎所得金額 × 2.80%	＝	保険料の負担額は年間で 26万円を限度とします

○介護納付金賦課額保険料（介護分）

均等割額		所得割額		年間保険料
1人　17,800円 × 加入者の人数 (40歳～64歳の方)	＋	40歳～64歳の加入者の 2025年中の 基礎所得金額 × 2.43%	＝	保険料の負担額は年間で 17万円を限度とします

○子ども・子育て支援納付金賦課額保険料（子ども分）

均等割額		所得割額		年間保険料
1人　1,800円× 加入者の人数 ＋ 1人　73円× 18歳以上加入者の人数	＋	2025年中の 基礎所得金額 × 0.27%	＝	保険料の負担額は年間で 3万円を限度とします

Calculating insurance premiums

The insurance premiums are calculated per year, 12 months starting in April and ending in the next March (called “fiscal year”).

Every year in June, the insurance premiums are calculated on the basis of your income during the previous year.

It is also required for the insured aged 40 to 64 to pay the nursing care insurance premiums at the same time as the national health insurance premiums to partially bear the nursing care expenses for the aged.

Per capita: Basic premiums to be paid by the insured without regard to income and age.
Per income: Premiums to be calculated according to the income during the previous year.

<Calculating formula> The premiums are calculated per year, and how much the insured must pay is decided according to the number of months he/she has joined the national health insurance system.

Formula for determining the premium for FY2026 (April 2026 to March 2027)

○ **Basic insurance premium (for medical treatment)**

Per capita		Per income		Annual premiums
¥47,600/person × No. of the insured	＋	Base income received during FY2025 × 7.51%	＝	The amount of insurance premium charge limits 670,000 yen in a year.

○ **Insurance premiums for the rating of the late aged people support money and others (corresponding to support money)**

Per capita		Per income		Annual premiums
¥17,600/person × No. of the insured	＋	Base income received during FY2025 × 2.80%	＝	The amount of insurance premium charge limits 260,000 yen in a year.

○ **Insurance premium for nursing care insurance (for long-term care)**

Per capita		Per income		Annual premiums
¥17,800/person × No. of the insured (aged 40 to 64)	＋	Base income received during FY2025 of the insured aged 40 to 64 years × 2.43%	＝	The amount of insurance premium charge limits 170,000 yen in a year.

○ **Children and childrearing support insurance premium (for children)**

Per capita		Per income		Annual premiums
¥1,800/person × No. of the insured＋ ¥73/person ×No. of the insured who are 18 years old and above	＋	Base income received during FY2025 × 0.27%	＝	The amount of insurance premium charge limits 30,000 yen in a year.

保险费的计算方法

保险费是以由 4 月到第二年 3 月为止的“12 个月”为 1 年。(这称作“年度”。)

每个 6 月，保险费是根据上一年的所得计算出来的。

年龄从 40 岁到 64 岁的人除了国民健康保险费外，还要缴纳“介护保险”（护理保险）制度的保险费。这种保险费是用来负担高龄人士的护理费用的一部分的。

均等割额……这是所有加入人都要支付的基本保险费，与所得和年龄无关。
所得割额……这是根据上一年度的所得求出的保险费。

“计算式”全部以年额计算，根据加入月数决定负担金额。

令和 8 年度（2026 年 4 月～ 2027 年 3 月）保险费计算公式

○基础赋课额保险费（医疗部分）

均等割额		所得割额				全年保险费
1 人　47,600 日元 × 加入人人数	＋	2025 年中的 基础所得金额	×	7.51%	＝	保险费的负担额以全年 67 万日元为限度。

○后期高龄者支援金等征收额保险费（支援金份）

均等割额		所得割额				全年保险费
1 人　17,600 日元 × 加入人人数	＋	2025 年中的 基础所得金额	×	2.80%	＝	保险费的负担额以全年 26 万日元为限度。

○介护纳付金（护理缴纳金）赋课额保险费（护理部分）

均等割额		所得割额				全年保险费
1 人　17,800 日元 × 加入人人数 (40 岁到 64 岁的人)	＋	40 岁到 64 岁的 加入人的 2025 年中的 基础所得金额	×	2.43%	＝	保险费的负担额以全年 17 万日元为限度。

○儿童・育儿支援缴纳金赋课额保险费（儿童部分）

均等割额		所得割额				全年保险费
1 人　1,800 日元 × 加入人人数 + 1 人　73 日元 × 年满 18 岁以上加入者的人数	＋	2025 年中的 基础所得金额	×	0.27%	＝	保险费的负担额以全年 3 万日元为限度。

보험료의 산출방법

보험료는 4 월부터 익년 3 월까지의「12 개월」을 1 년으로 계산하고 있습니다 . (이것을「연도」라고 합니다 .)

매년 6 월에 전년도 1 월부터 12 월까지의 소득에 따라 보험료가 산출됩니다 .

그리고 , 연령이 40 세부터 64 세까지인 분은 고령자 개호 (간병) 비용의 일부를 부담하는 개호보험제도의 보험료를 국민건강보험료와 함께 납입하게 됩니다 .

균등할액・・・소득이나 연령에 관계없이 가입자 전원이 납입하는 기본적인 보험료입니다 .
소득할액・・・전년도의 소득에 따라 산출되는 보험료입니다 .

< 계산식 > 전부 연액으로 계산하며 , 가입월수로 부담액을 결정합니다 .

레이와 8 년도 (2026 년 4 월 ~2027 년 3 월) 보험료 계산식

○기초부과액 보험료 (의료분)

균등할액		소득할액				연간보험료
1 인 47,600 엔 x 가입자수	＋	2025 년중의 기초소득액	×	7.51%	＝	보험료 부담액은 연간 67 만엔을 한도로 합니다

○후기고령자 지원금 등 부과액 보험료 (지원금분)

균등할액		소득할액				연간보험료
1 인 17,600 엔 x 가입자수	＋	2025 년중의 기초소득액	×	2.80%	＝	보험료 부담액은 연간 26 만엔을 한도로 합니다

○개호납부금부과액 보험료 (개호분)

균등할액		소득할액				연간보험료
1 인 17,800 엔 x 가입자수 (40 세 ~64 세인 분)	＋	40 세 ~64 세 가입자 의 2025 년중의 기초소득액	×	2.43%	＝	보험료 부담액은 연간 17 만엔을 한도로 합니다

○어린이・육아 지원납부금부과액 보험료 (어린이분)

균등할액		소득할액				연간보험료
1 인 1,800 엔 x 가입자수 + 1 인 73 엔 x 18 세 이상 가입자수	＋	2025 년중의 기초소득액	×	0.27%	＝	보험료 부담액은 연간 3 만엔을 한도로 합니다

均等割額の軽減制度

一定の所得以下の世帯の方は、下表のとおり均等割額が軽減されます。所得が判明していれば、自動的に軽減され届出は不要です。ただし、判定までに一定の時間を要する場合があります。

世帯主及び国民健康保険加入者の 2025 年中の総所得金額等が下記の金額以下の世帯	軽減割合
43 万円 ＋（給与所得者等の数－ 1）× 10 万円	7 割
43 万円＋（国保加入者数× 31 万円） ＋（給与所得者等の数－ 1）× 10 万円	5 割
43 万円＋（国保加入者数× 57 万円） ＋（給与所得者等の数－ 1）× 10 万円	2 割

※表の計算式のうち [　　] 部分は世帯に給与所得者等が 2 人以上いる場合にのみ計算します。
※軽減判定の基準日は令和 8 年 4 月 1 日です。年度の途中に加入した世帯は、その世帯が国民健康保険の資格を取得した日です。
※世帯主の所得は、国民健康保険に加入していない場合も含みます。
※国民健康保険加入者には旧国保被保険者（後期高齢者医療制度に切り替わる前に国民健康保険に加入されていた方）も含みます。
※給与所得者等とは給与収入金額 55 万円超の方、公的年金等の収入金額 60 万円超（65 歳未満）または 125 万円超（65 歳以上）の方のことをいいます。
※均等割額の軽減のためには、世帯主と国民健康保険加入者全員の所得が確定しないと軽減の対象にはなりません。所得の有無にかかわらず、所得の申告を税務署または令和 8 年 1 月 1 日に住民登録をしている区市町村の課税担当課にしてください。
※国民健康保険料は、学生や留学生を対象とした減免措置はありません。

Reduction in per capita insurance premium

For those persons of a household whose total income is equal to or less than the designated amount, per capita insurance premium would be reduced as indicated in the chart below. If the relevant total income is known in tax offices, the premium would be automatically reduced and application for reduction is not necessary. But please note that it may take some time before the judgment for reduction is made.

Household whose total (aggregated) income in FY2025 of its householder (head person) and those household members enrolled in national health insurance is equal to or less than the amount indicated below	Reduction percentage
¥430,000 + (number of household members with salary income or the like – 1) × ¥100,000	70%
¥430,000 + (number of the household members enrolled in national health insurance × ¥310,000) + (number of household members with salary income or the like – 1) × ¥100,000	50%
¥430,000 + (number of the household members enrolled in national health insurance × ¥570,000) + (number of household members with salary income or the like – 1) × ¥100,000	20%

* The part of the formula within [　　] is only calculated if there are two or more household members with salary income or the like.
* Base date for reduction rate judgment is April 1, 2026. For the household who enrolled in national health insurance after April 1, 2026, the base date is the date on which the household acquired qualification for national health insurance.
* Income of householder (head person) would be calculated into the household's total income even in cases the householder is not enrolled in national health insurance.
* Household members enrolled in national health insurance mentioned here include those insured by old national health insurance (those who had been enrolled in national health insurance before they enrolled in the Latter-Stage Elderly Medical Insurance System)
* "Household members with salary income or the like" refers to those with annual salary income of over ¥550,000 or those with public pension income of over ¥600,000 (less than 65 years of age) or over ¥1,250,000 (65 years of age or above).
* **To be qualified for the reduction of per capita insurance premium, incomes of the householder and those household members enrolled in national health insurance need to become definite. Therefore, regardless of if one has income or not, please report incomes of all household members to tax office or the taxation section of the municipality where you were registered as a resident as of January 1, 2026.**
* **There is no reduction or exemption system for students or international students for National Health Insurance premiums.**

均等比例金额的减轻制度

收入低于一定水平的家庭，如下表所示，享受均等比例金额减轻制度。如果可以掌握到收入情况，会自动减轻，而不需要提交申报表。但是，有时在掌之前会花费一定的时间。

户主以及国民健康保险加入者在 2025 年中的总收入金额低于如下水平的家庭	减轻比例
43 万日元 ＋（工资所得者等的数量－ 1）×10 万日元	7 成
43 万日元＋（国民健康保险加入者人数）×31 万日元 ＋（工资所得者等的数量－ 1）×10 万日元	5 成
43 万日元＋（国民健康保险加入者人数）×57 万日元 ＋（工资所得者等的数量－ 1）×10 万日元	2 成

※表的计算公式中的 [ ] 部分只在家庭中有 2 人以上的工资所得者等时计算。
※减轻判定的标准日是 2026 年 4 月 1 日。在年度途中加入的家庭，其标准为取得该家庭国民健康保险资格之日。
※户主的收入也包括未加国民健康保险时。
※国民健康保险加入者也包括曾经的被人（在切换至后期高龄医疗制度之前加入国民健康保险的人士）。
※工资所得者等是指工资收入金额超过 55 万日元的人，公共年金等收入金额超过 60 万日元（未满 65 岁）或超过 125 万日元（年满 65 岁）的人。
※为了实施均等比例金额的减轻，如果户主和国民健康保险加入者全员的收入不能得到确定，则不可成为减轻对象。不管有无收入，都请向税务署，或截至 2026 年 1 月 1 日已办理居民登记的区市町村课税担当课进行收入申报。
※国民健康保险费无以大学生或留学生为对象的减免措施。

균등할액 경감 제도

일정 소득 이하인 세대의 분은 아래 표와 같이 균등할액이 경감됩니다. 소득이 밝혀져 있으면 자동적으로 경감되고 신고는 필요 없습니다. 단, 판정까지 일정한 시간을 필요로 하는 경우가 있습니다.

세대주 및 국민건강보험 가입자의 2025 년중의 총소득 금액 등이 아래 금액 이하인 세대	경감 비율
43 만엔 ＋（급여 소득자 등의 수 -1）× 10 만엔	7 할
43 만엔＋（국민건강보험 가입자수× 31 만엔） ＋（급여 소득자 등의 수 -1）× 10 만엔	5 할
43 만엔＋（국민건강보험 가입자수× 57 만엔） ＋（급여 소득자 등의 수 -1）× 10 만엔	2 할

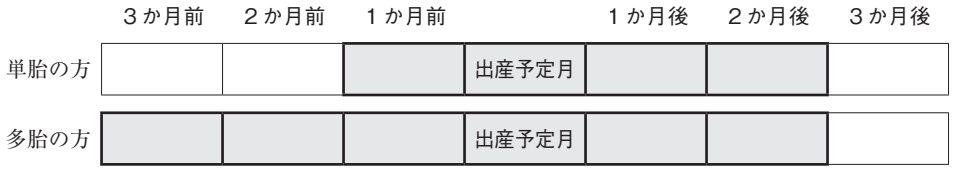
※표의 계산식 중 [ ] 부분은 세대에 급여 소득자 등이 2 인 이상 있는 경우에만 계산합니다.
※경감판정 기준일은 2026 년 4 월 1 일입니다. 년도의 도중에 가입한 세대는 그 세대 국민건강보험자격을 취득한 날입니다.
※세대주의 소득은 국민건강보험에 가입하고 있지 않은 경우도 포함합니다.
※국민건강보험 가입자에는 구 국민건강보험 피보험자（후기고령자의료제도로 바뀌기 전에 국민건강보험에 가입되어 있던 분）도 포함합니다.
※급여 소득자 등이란 급여 수입 금액이 55 만엔을 초과하는 분, 공적 연금 등의 수입 금액이 60 만엔을 초과（65 세 미만）또는 125 만엔을 초과（65 세 이상）하는 분을 말합니다.
※균등할액 경감을 위해서는 세대주와 국민건강보험 가입자 전원의 소득이 확정되지 않으면 경감 대상이 되지 않습니다. 소득 유무에 관계 없이 소득 신고를 세무서 또는 2026 년 1 월 1 일에 주민등록이 되어 있는 구시정촌의 과세담당과에 해 주십시오.
※국민건강보험료는 학생이나 유학생을 대상으로 한 면제 조치는 없습니다.

未就学児の均等割額の減額

【対　象　者】国民健康保険に加入している未就学児
（令和２年４月２日から令和９年４月１日までに生まれた方）
※全世帯の未就学児が対象です。申請は必要ありません。
【対象保険料】令和８年度保険料
【減 額 内 容】均等割額５割減額
ただし、一定の所得以下の世帯の方で均等割額の軽減制度（p. 18）を受けている場合は、以下のように軽減後の均等割額を減額します。
・７割軽減の方→ 8.5 割減額
・５割軽減の方→ 7.5 割減額
・２割軽減の方→６割減額

産前産後期間に係る保険料減額

【対　象　者】令和５年 11 月１日以降に出産された国民健康保険に加入している方
妊娠 85 日（４か月）以上の出産が対象です。
（死産、流産、早産及び人工妊娠中絶の場合も含む）
出産予定日の６か月前から届出ができます。
【減 額 内 容】その年度に支払う保険料の所得割額と均等割額から、出産予定月（又は出産月）の前月から出産予定月（又は出産月）の翌々月相当分を減額します。多胎妊娠の場合は出産予定月（又は出産月）の３か月前から６か月相当分を減額します。



※ □ の部分が減額される期間になります。
（産前産後期間の保険料が０円になるとは限りません。）

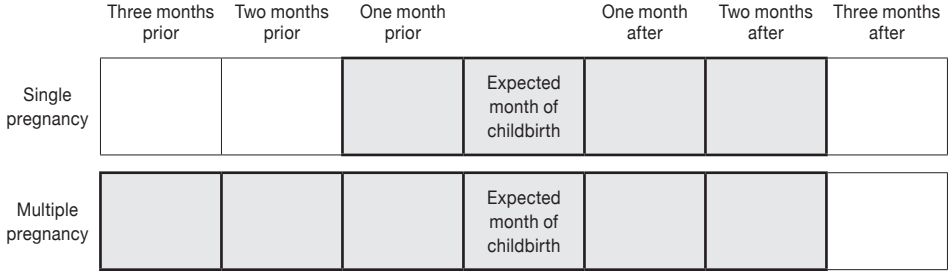
※減額には届出が必要です。おやこ健康手帳（母子健康手帳）、資格情報通知書等、マイナンバー（個人番号）がわかるもの（マイナンバーカードなど）、委任状（別世帯の方がお届けの場合）をご用意ください。詳しくは国保年金課国保資格係（TEL. 03-3579-2406　自動音声応答）へお問い合わせください。

Reduction of per capita amount for preschool children

Eligibility: Preschool children enrolled in national health insurance (those born between April 2, 2020 and April 1, 2027)
Note: Preschool children of all households are eligible. There is no need to file an application.
Target premiums: Premiums for FY2026
Reduction details: 50 percent reduction in per capita amount
However, for households below a certain income level that receive the reduced per capita rate (see page 18), the reduction will apply to that rate as follows:
• Those who receive a 70 percent reduction → 85 percent reduction
• Those who receive a 50 percent reduction → 75 percent reduction
• Those who receive a 20 percent reduction → 60 percent reduction

Reduction of premiums for the period before and after childbirth

Eligibility: National health insurance members who gave birth or whose expected date of delivery was on or after November 1, 2023
The coverage applies to births or pregnancies that lasted 85 days (4 months) or more. This includes stillbirths, miscarriages, premature births and abortions.
Notification can be made six months prior to the expected date of birth.
Reduction details: The amount equivalent to the month before the expected month of childbirth (or the actual month of childbirth) and the two months following the expected month of childbirth (or the actual month of childbirth) will be subtracted from the per income amount and per capita amount of the insurance premiums to be paid for the eligible fiscal year. In the case of multiple pregnancies, the reduction amount will be equivalent to six months (from three months prior to the expected month of childbirth [or the actual month of childbirth]).



Note: The shaded area is the period for which the reduction is made. (This does not necessarily mean that your premiums during this period will be zero [0].)

Note: You must file a notification to receive the reduction. You will need your Parent-child Health Handbook (Mother and Child Health Handbook), health insurance eligibility certificate, etc., a document to confirm your individual number (such as your My Number card), and a power of attorney (if a member of a different household will be filing the notification). For details, please contact the Qualification Assessment Subsection, National Health Insurance & Pension Section (Tel: 03-3579-2406 [automated voice]).

学龄前儿童均等比例金额的减额

【对　　象】已加入国民健康保险的学龄前儿童
（2020 年 4 月 2 日至 2027 年 4 月 1 日出生的人）
※ 对象为所有家庭的学龄前儿童。无需申请。
【对象保险费】2026 年度保险费
【减 额 内 容】均等比例减额 50%
但是，所得在一定水平以下的家庭，享受均等比例额减免制度 (p. 19) 的情况下，减免后的均等比例额按如下减额。
・减低 70% 的人→减额 85%
・减低 50% 的人→减额 75%
・减低 20% 的人→减额 60%

有关产前、产后期间的保险费减额

【对　　象】2023 年 11 月 1 日以后分娩，加入国民健康保险的人
对象为怀孕 85 天 (4 个月) 以上的分娩。
(含死产、流产、早产和人工流产)
从预产期的 6 个月前可以申报。
【减 额 内 容】在当年度支付的保险费的所得比例额和均等比例额中，从预定分娩月 (或分娩月) 的前一个月起，到预定分娩月 (或分娩月) 的后两个月减额。多胎怀孕时，从预定分娩月 (或分娩月) 的前三个月起，对六个月进行减额。



※ ▭ 的部分成为减额期间。
(产前产后期间的保险费不一定为 0 日元。)

※ 减额需要申报。请准备亲子健康手册（母子健康手册）、资格信息通知书等、可确认个人编号的资料 (个人编号卡等)、委托书 (其他家庭的人申报时)。详细情况请向“国保年金课国保资格系”（电话：03-3579-2406 自动语音应答）垂询。

미취학 아동의 균등할액 감액

【대상자】　국민건강보험에 가입 중인 미취학 아동
(2020 년 4 월 2 일 ~2027 년 4 월 1 일에 태어난 분)
※전체 세대의 미취학 아동이 대상입니다 . 신청은 필요 없습니다 .
【대상 보험료】2026 년도 보험료
【감액 내용】　균등할액 50% 감액
단 , 일정 소득 이하의 세대인 분으로 균등할액의 경감 제도 (p. 19) 를 받고 있는 경우는 아래와 같이 경감 후의 균등할액을 감액합니다 .
・ 70% 경감인 분→ 85% 감액
・ 50% 경감인 분→ 75% 감액
・ 20% 경감인 분→ 60% 감액

산전 산후 기간과 관련된 보험료 감액

【대상자】　2023 년 11 월 1 일 이후에 출산인 국민건강보험에 가입한 분
임신 85 일 (4 개월) 이상의 출산이 대상입니다 .
(사산 , 유산 , 조산 및 인공 임신 중절의 경우도 포함)
출산 예정일 6 개월 전부터 신고할 수 있습니다 .
【감액 내용】　그 연도에 납부하는 보험료의 소득할액과 균등할액에서 출산 예정월 (또는 출산월) 의 전월부터 출산 예정월 (또는 출산월) 의 다다음 달 상당분을 감액합니다 . 다태아 임신인 경우는 출산 예정월 (또는 출산월) 의 3 개월 전부터 6 개월 상당분을 감액합니다 .



※ ▭ 의 부분이 감액되는 기간이 됩니다 .
(산전 산후 기간의 보험료가 0 엔이 된다고는 할 수 없습니다 .)

※감액에는 신고가 필요합니다 . 부모와 자녀 보건 수첩’ (모자보건수첩), 자격 정보 통지서 등 , 마이 넘버 (개인 번호) 를 알 수 있는 것 (마이 넘버 카드 등), 위임장 (세대가 다른 분이 신고하는 경우) 을 준비해 주십시오 . 자세한 내용은 국보연금과 국보자격계 (전화 : 03-3579-2406 자동 음성 응답) 에 문의해 주십시오 .

１８歳未満の方の子ども分均等割額の減額

【対　象　者】国民健康保険に加入している１８歳未満の方（平成２０年４月２日から令和９年４月１日までに生まれた方）

【減 額 内 容】子ども分均等割額（１人あたり１，８００円）が全額減額されます。自動的に減額されるため届出は不要です。

Reduction of per capita rate for children under 18 years old

Eligibility: NHI members under 18 years old (those born between April 2, 2008 to April 1, 2027)

Reduction amount: The full amount of the per capita rate for children (¥1,800 per person) will be reduced. The reduction will be automatically applied so there is no need to file a notification.

保険料のご案内

■保険料のお知らせ

保険料は前年の所得で年間保険料を計算し、６月に通知します。原則、６月から翌年３月までの10回で保険料を支払っていただきますので、４月、５月は保険料の支払いがありません。６月以降は、年度の途中で加入、脱退、所得の変更などがあった場合は、その都度保険料を計算してお知らせします。

ただし、令和６年度から令和７年度の分の保険料が変更になる場合には、４月、５月でも通知をすることがあります。

納入通知書の個人別内訳の基礎所得金額欄に★がついている方は、最近板橋区に転入した、または収入の申告をしていないために、板橋区で前年の収入状況が把握できない方です。

前にお住まいの区市町村ですでに申告した方は、板橋区役所が前住所の区市町村に前年の所得の確認をし、それに基づいて保険料を再計算いたします。

収入の申告をしていない方は、該当する年度の１月１日に住民登録をしていた区市町村の課税担当課へお問い合わせの上、申告をするようお願いします。申告をしないと保険料の軽減等の判断はされないので、収入の有無にかかわらず、必ず申告してください。

■保険料が変更されるとき

国民健康保険加入者の人数変更、所得等の変更などにより、保険料が変更になるときには保険料の変更通知書をお送りします。計算の結果、保険料が納め過ぎになった場合にはお返しし、不足する場合には請求いたします。

■国民健康保険をやめたときの保険料

国民健康保険をやめた日の属する月の前月分まで保険料が計算されます（計算方法は p. 16 参照）。４月～５月までにやめたときは６月以降に加入月数分の保険料が請求されます。

年度途中で海外へ転出・帰国される場合は、国民健康保険をやめる手続きをする際に不足分をお支払いいただく場合もあります。

Introduction to insurance premiums

■ Premium notifications

Insurance premium notification forms are mailed in June, after the yearly premium is calculated based on the income received during the previous year. Since insurance premiums are paid in 10 installments from June through March of the following year as a rule, no payments are made in April and May. If changes occur during the fiscal year in June or thereafter-such as joining, withdrawing or change in income, then the insurance premium will be adjusted accordingly and another notification form will be sent.

However, if the insurance premiums from FY2024 through FY2025 change, notification forms will be sent in April or May.

If a ★ appears in the basic income amount section of the individual breakdown on your payment notification, it means Itabashi City cannot determine your income status for the previous year because you moved into Itabashi City recently or did not report your income.

If you have already reported your income at the municipality administering your previous residence, the Itabashi City Office will confirm your income for the previous year with that municipality, and determine your insurance premiums based on that amount.

If you have not reported your income, contact the taxation section of the municipality where you were registered as a resident as of January 1 of the target year, and report your income. If you do not report your income, you will not be eligible for reduced insurance premiums, so always report your income status whether you have income or not.

■ Premium readjustments

When there is a change in the number of national health insurance members in the household or changes in income, etc., resulting in a change in insurance premiums, you will be sent a notice of change in insurance premiums. If it turns out that you have overpaid, you will receive a refund; if you have underpaid, you will be invoiced accordingly.

■ What happens to the premium when you withdraw?

Premiums must be paid up to the month prior to the date of withdrawing from the National Health Insurance system. (For details concerning the method of calculation, please refer to page 16) If members withdraw in April or May, they will be invoiced for the applicable months of membership in June or thereafter.

If members move to another country or return to their home country in the middle of the fiscal year, they may have to pay whatever balance is due when they complete the withdraw procedures.

未满 18 岁的儿童均等割额减少

【对 象 者】 加入了国民健康保险，未满 18 岁的人（2008 年 4 月 2 日至 2027 年 4 月 1 日出生的人）

【减额内容】 儿童部分均等割额（每人 1,800 日元）全额减额。减额自动进行，不需要申报。

保险费简介

■保险费的通知

根据上一年的所得计算年度保险费，于 6 月予以通知。原则上从 6 月到翌年 3 月分 10 次支付保险费，4 月、5 月不必支付保险费。6 月以后在年度中的加入、退出、所得额变更等时，将计算保险费并予以通知。

但是，从 2024 年度至 2025 年度的保险费变更时，有时也会在 4 月、5 月予以通知。

在缴纳通知者的个人详细基础所得金额栏上带★的，是最近迁入板桥区或未申报收入的人，因此板桥区无法掌握其上年的收入情况。

在之前居住的区市町村已经申报的人，板桥区役所将向前住址的区市町村确认上年所得，根据其结果重新计算保险费。

未申报收入的人，请向该年度 1 月 1 日进行居民登记的区市町村课税担当课咨询后再进行申报。不申报则无法判定保险费的减额等，无论有无收入，请务必申报。

■保险费变更时

由于国民健康保险加入者人数变更、所得变更等，保险费有变更时，向本人寄送保险费变更通知。根据计算，保险费多缴时予以退款。不足部分应补缴。

■退出国民健康保险时的保险费

保险费计算至退出国民健康保险之日所属月的前一月（计算方法参照 p. 17）。4 ～ 5 月的退出，在 6 月以后要求支付加入月份的保险费。

年度中途出入日本国境，根据情况有可能在办理退出国民健康保险手续时，请本人支付不足部分。

18 세 미만인 분의 어린이분 균등할액 감액

【대상자】 국민건강보험에 가입되어 있는 18 세 미만인 분 (2008 년 4 월 2 일부터 2027 년 4 월 1 일까지 태어난 분)

【감액 내용】 어린이분 균등할액 (1 인당 1,800 엔) 이 전액 감액됩니다 . 자동으로 감액되므로 신고는 필요하지 않습니다 .

보험료의 안내

■보험료 통지

보험료는 전년도의 소득으로 연간보험료를 계산해서 6 월에 통지합니다 . 원칙적으로 6 월부터 다음해 3 월까지 10 번으로 나누어 보험료를 지불하게 되므로 4 월 , 5 월은 보험료 지불이 없습니다 . 6 월 이후는 연도 중간에 가입 , 탈퇴 , 소득의 변경 등이 발생한 경우는 그 때마다 보험료를 계산해서 알려드립니다 .

단 2024 년부터 2025 년도분 보험료가 변경된 경우에는 4 월 , 5 월에도 통지하는 경우가 있습니다 .

납부 통지자의 개인별 내역의 기초 소득 금액란에 ★가 붙어 있는 분은 최근에 이타바시구로 전입했거나 수입 신고를 하지 않았기 때문에 이타바시구에서 전년 수입 상황을 파악하지 못한 분입니다 .

전에 거주하던 구시정촌에서 이미 신고한 분은 이타바시 구청이 전 주소지의 시구정촌에 전년 소득을 확인하여 그것을 바탕으로 보험료를 다시 계산합니다 .

수입 신고를 하지 않은 분은 해당하는 연도의 1 월 1 일에 주민등록이 되어 있었던 시구정촌의 과세담당과에 문의한 후 신고하여 주십시오 . 신고를 하지 않으면 보험료 경감 등의 판단은 이루어지지 않으므로 수입 유무에 관계없이 반드시 신고하여 주십시오 .

■보험료가 변경될 때

국민건강보험 가입자수의 변경 , 소득 등의 변경 등으로 인해 보험료가 변경된 경우에는 보험료 변경 통지서를 보내드립니다 . 계산 결과 , 보험료를 너무 많이 납부한 경우에는 환부해 드리고 또한 부족분이 있을 때에는 청구합니다 .

■국민건강보험을 탈퇴했을 때의 보험료

국민건강보험을 탈퇴한 날이 속하는 달의 전달분까지 보험료가 계산됩니다 . (계산방법은 p. 17 참조) . 4 월 ~5 월까지의 탈퇴는 6 월 이후에 가입월수분 보험료가 청구됩니다 .

연도 중간에 해외로 전출 , 귀국하는 경우에는 국민건강보험의 탈퇴수속시 부족분을 지불해야 하는 경우도 있습니다 .

介護保険料のご案内

介護保険は、高齢者が介護を必要とする状態になった際、社会的にその費用負担を支えあうための保険制度です（介護保険料は国籍等に関わらず40歳以上の方が負担することになっています）。

介護保険料は、40歳から64歳までの方は「加入している健康保険の保険料とあわせて」納付することになります。また、65歳以上の方は個別に保険料を納めていただくことになります。

■年度内に40歳になられる方

40歳になる月（誕生日が1日の方は前月）分の国民健康保険料から介護保険料を負担していただきます。介護保険料は国民健康保険料とあわせて納めていただきます。40歳になると国民健康保険料が変更（増額）になりますので、保険料変更のお知らせをお送りいたします。

■年度内に65歳になられる方

65歳になる月の前月（誕生日が1日の方は前々月）分までの月数に応じた介護保険料を算出し、その金額を当該年度中で（10回に分けて）納付していただきます。

保険料の納付方法

保険料のお支払いは原則として口座振替となります。口座をお持ちでない場合や口座振替開始手続中の場合には納付書により納付期限までにお支払いください。

■口座振替

納付期限に合わせてご指定の口座から自動的に引き落としをする方法です。

※口座登録をすると還付金は自動的に口座に返金されます。

※お手続きに必要なもの、対象金融機関等については板橋区ホームページにてご確認ください。

・申し込み方法

1　Ｗｅｂ口座振替受付サービスによる申し込み

【申込先】板橋区ホームページのＷｅｂ口座振替受付サービス申込ページ

【口座振替開始月】手続きの翌月

板橋区
ホームページ

2　ペイジー　口座振替受付サービスによる申し込み

【申込先】国保年金課（南館２階㉓）・各区民事務所

【口座振替開始月】手続きの翌月

Introduction to nursing care premiums

The nursing care insurance system is aimed at providing the aged with a financial support for medical expenses when they need nursing care (those who are aged 40 or older are required to pay nursing care premiums without regard to nationality).

Those aged 40 to 64 are obliged to pay nursing care insurance premiums in addition to health insurance premiums. Those aged 65 or older are required to pay these insurance premiums separately.

■ You will be 40 years old within the fiscal year in question

You will be required to start paying nursing care insurance premiums in and after the month when you reach 40 (previous month if you were born on the 1st of the month) on top of the national health insurance premiums. When you have reached 40, the amount of your national halth insurance premiums changes (increases), of which you will hear from Itabashi City Office.

■ You will be 65 years old within the fiscal year in question

Your nursing care insurance premiums will be calculated according to the number of months prior to the month when you reach 65 (two months prior for those born on the first of the month), and you will be required to pay the premiums within the fiscal year (in 10 installments).

Paying insurance premiums

Insurance premiums are generally paid through bank transfer. We will mail your payment notices when you don't have a bank account or you are in the course of opening an account with your bank. Please pay the premium by the deadline with this notice.

■ Paying by bank transfer

Do this to have funds automatically withdrawn from a specified account according to the payment deadline.

Notes:

1. If you register your bank account, the refund will be automatically deposited into that account.
2. For information on items necessary for procedures, eligible financial institutions, and the like, visit the Itabashi City website.

- Enrollment process

(1) Enroll using the online bank transfer application service
[Where to apply] The online bank transfer application service enrollment page on the Itabashi City website
[Bank transfer start date] The month following enrollment

Itabashi City website

(2) Enroll using the Pay-easy bank transfer reception service
[Service providers] National Health Insurance & Pension Section (South Building 2nd floor, No. 23), or any local city resident office
[Bank transfer start date] The month following enrollment

护理保险费简介

护理保险是指高龄人士到了需要护理状态时，社会将支撑其费用负担的一种保险制度（护理保险费与国籍等无关，40 岁以上的人必须负担）。

法律规定，40 岁到 64 岁的人，（与加入的健康保险的保险费一起）缴纳护理保险费。65 岁以上的人则另外缴纳保险费。

■今年达到 40 岁的人

从达到 40 岁的月份起（生日是 1 日的人则从上一个月起），国民健康保险费就加上护理保险费。护理保险费与国民健康保险费一起缴纳。到了 40 岁，国民健康保险费将变更（增额），届时将发出保险费变更的通知。

■今年达到 65 岁的人

板桥区将计算好保险费，您要在该年度中（分作 10 次）缴纳该金额。保险费是根据达到 65 岁的上一个月（生日是 1 日的人是再上一个月）的月份数计算的。

保险费的缴纳方法

保险费的支付方法原则上须为银行帐户转账方式。没有帐户时或帐户正办理转账开始手续时，请使用缴纳书在缴纳期限内支付。

■账户转账

是根据缴纳期限从指定账户中自动扣除的方法。

※ 账户登记后，退款金额将自动退还至账户中。

※ 关于办理手续所需的资料、对象金融机构等，请在板桥区主页确认。

・申请方法

①通过 Web 账户转账受理服务申请

【申请地址】板桥区主页的 Web 账户转账受理服务申请页面

【账户转账开始月】手续的次月

板桥区主页

②通过 Pay-easy　账户转账受理服务申请

【申请处】国保年金课（南馆 2 楼 23 号）・各区民事务所

【账户转账开始月】手续的次月

개호보험료의 안내

개호보험은 고령자가 개호（간병）를 필요로 하는 상태가 되었을 때 사회적으로 그 비용부담을 상호부조하기 위한 보험제도입니다（개호보험료는 국적 등에 관계없이 40 세 이상인 분이 부담하도록 되어 있습니다）.

개호보험료는 40 세부터 64 세까지인 분은「가입하고 있는 건강보험의 보험료와 함께」납부하게 됩니다 . 그리고 , 65 세 이상인 분은 개별적으로 보험료를 납부하게 됩니다 .

■연도내에 40 세가 되시는 분

40 세가 되는 월（생일이 1 일인 분은 전월）분의 국민건강보험료부터 개호보험료를 부담합니다 . 개호보험료는 국민건강보험료와 함께 납부합니다 . 40 세가 되면 국민건강보험료가 변경（증액）되므로 보험료변경 안내를 발송합니다 .

■연내에 65 세가 되시는 분

65 세가 되는 월의 전월（생일이 1 일인 분은 전전월）분까지의 월수에 따라 보험료를 산출하고 , 그 금액을 당해연도중에（10 회로 분할하여）납부합니다 .

보험료의 납부방법

보험료의 납부는 원칙적으로 계좌이체를 이용해야 합니다 . 계좌가 없는 경우 및 계좌이체 개시 수속 중인 경우에는 납부서로 납부기한까지 지불해 주십시오 .

■계좌이체

납부 기한에 맞춰 지정 계좌에서 자동으로 출금하는 방법입니다 .

※계좌를 등록하면 환부금이 자동으로 계좌에 반환됩니다 .

※수속에 필요한 것 , 대상 금융기관 등에 대해서는 이타바시구 홈페이지에서 확인해 주십시오 .

・신청 방법

① Web 계좌이체 접수 서비스에 의한 신청

【신청처】이타바시구 홈페이지의 Web 계좌이체 접수 서비스 신청 페이지

【계좌이체 개시월】수속 다음 달

이타바시구 홈페이지

② Pay-easy　계좌이체 접수 서비스를 통한 신청

【신청처】국보연금과（남관 2 층 23 번）・각 구민사무소

【계좌이체 개시월】수속 다음 달

3　依頼書による申込

【申込先】国保年金課（南館２階㉓）・各区民事務所

【口座振替開始月】約２か月後

※依頼書は、各申込窓口にございます。また、郵送でも手続きができます。

国保年金課国保収納係（TEL. 03-3579-2409）にお電話いただければ依頼書をお送りします。

(3) Enrollment via request form

[Service providers] National Health Insurance & Pension Section (South Building 2nd floor, No. 23), or any local city resident office

[Bank transfer start date] About two months after enrollment

*Bank transfer request forms are available at every enrollment counter. Requests can also be submitted by mail.

Please call the Collection Subsection of the National Health Insurance & Pension Section (Tel: 03-3579-2409) to have a request form sent.

■納付書によるお支払い

納付書を世帯主あてにお送りします。納付期限は毎月月末（月末が金融機関の休業日の場合にはその翌日）となっています。お近くの金融機関、コンビニエンスストア、板橋区役所・各区民事務所の窓口またはスマートフォンアプリで納付期限までにお支払いください。なお、コンビニエンスストア、スマートフォンアプリでは、30万円以下の金額の納付書のみ使用できます。

板橋区で対応している電子マネーの種類、利用方法について詳しくは、板橋区ホームページをご覧ください。

板橋区
ホームページ

■納期を過ぎても納めていないと

1 在留期間更新許可申請に影響がある場合があります。

2 保険料の滞納が続いている場合、文書や電話による催告を行います。
また、区が委託している訪問事業者がご自宅に伺い、納付勧奨させていただく場合があります。

3 納付期限までに保険料が納付されない場合、法律に基づき督促状を送付します。その後も納付されない場合、催告書を送付させていただきます。

4 納付期限までに保険料が納付されない場合、延滞金が発生します。

■ Payment using a payment statement

You will receive a monthly payment statement addressed to the head of the household. You must pay the premiums by the end of each month (or the following day if financial institutions are closed at the end of the month in question).

Please pay your premium by the deadline at a financial institution, convenience store, Itabashi City Office or any local city resident office, or through a smartphone app. Please note that you can only pay at convenience stores or through smartphone apps if the payment amount is ¥300,000 or less.

For details, please visit the Itabashi City website on the types of electronic payment accepted by Itabashi City and how to use each service.

Itabashi City
website

■ If your payment is not received by the deadline:

1 It may affect your application for extension of your period of stay.

2 If you are continually delinquent in paying your insurance premiums, you will receive notices in writing and by phone.
Additionally, a collections officer commissioned by Itabashi City may visit your home and encourage you to pay your premiums.

3 If you do not pay your premiums by the deadline, we will send you a reminder letter in accordance with the law. If you still do not pay your premiums, we will send you a demand letter.

4 If you do not pay your premiums by the deadline, we will charge you late fees.

保険料を滞納すると

特別な事情がなく保険料を滞納すると、不利益処分を受けます。

1 在留期間更新許可申請に影響がある場合があります。

2 給与や預金をはじめとする財産の差し押さえを行います。

3 一旦医療費を全額自己負担していただきます。
後日保険からの給付分を請求していただきます。

4 保険からの給付分の全部又は一部差し止めが行われます。
給付分を保険料に充当いたします。

When you fell behind

If you don’t pay the insurance premiums without good reason, you will be treated disadvantageously.

1 It may affect your application for extension of your period of stay.

2 Your properties including salary and savings will be seized.

3 You have to pay your medical expenses by yourself in this case.
You will be required to apply for the insurance proceeds later.

4 Part or all of the benefits will be suspended.
The proceeds will be appropriated to the insurance premiums due.

③通过委托书申请

【申请处】国保年金课（南馆 2 楼 23 号）・各区民事务所

【账户转账开始月】约 2 个月后

※ 汇款委托书在各申请窗口。邮寄也可办理手续。

收到国保年金课国保收纳系（电话：03-3579-2409）的电话后寄送委托书。

■使用缴纳书的支付

缴纳书将寄给户主。缴纳期限是每个月的月底(月底是金融机构的假日时则在第二天)。请在附近的金融机构、便利店、板桥区役所・各区民事务所的窗口或智能手机 APP 在期限前付款。另外，便利店、智能手机 APP 只能使用 30 万日元以下金额的缴纳单。

板桥区
主页

■超过缴纳期限仍未缴纳时

1 可能会对在留期间更新许可申请造成影响。
2 保险费持续滞纳时，将通过文书・电话形式催缴。
此外，区委托上门企业也可能前往府上提醒缴纳费用。
3 在缴纳期限之前未缴纳保险费时，将根据法律寄送提醒单。之后仍未缴纳时，将寄送催缴单。
4 在缴纳期限之前未缴纳保险费时，会产生滞纳金。

拖欠保险费时

没有特别的原因拖欠保险费，就会受到损失的处分。

1 可能会对在留期间更新许可申请造成影响。
2 工资和存款等财产将被查封。
3 所有医疗费将自己全部负担。
日后会要求偿还出自保险的支付金额。
4 停止全部或一部分出自保险的支付金额。
支付金额将充当保险费。

③의뢰서를 통한 신청

【신청처】국보연금과（남관 2 층 23 번）・각 구민사무소

【계좌이체 개시월】약 2 개월 후

※송금 의뢰서는 각 신청 창구에 있습니다. 또한 우송으로도 수속이 가능합니다.
국보연금과 국보수납계（전화 : 03-3579-2409）에 전화하면 의뢰서를 보내 드립니다.

■납부서에 의한 납부

납부서를 세대주 앞으로 발송합니다. 납부 기한은 매월 월말（월말이 금융기관의 휴업일인 경우에는 그 익일）로 되어 있습니다.

가까운 금융기관, 편의점, 이타바시 구청・각 구민사무소의 창구 또는 스마트폰 앱을 통해 납부 기한까지 납부해 주십시오. 또한 편의점, 스마트폰 앱에서는 30 만엔 이하 금액의 납부서만 사용할 수 있습니다.

이타바시구에서 대응하고 있는 전자 화폐 종류, 이용 방법에 대한 자세한 내용은 이타바시구 홈페이지를 참조해 주십시오.

이타바시구
홈페이지

■납기가 지나도 납부하지 않으면

1 체류 기간 갱신 허가 신청에 영향이 있을 수 있습니다.
2 보험료 연체가 계속되는 경우 문서나 전화로 최고를 진행합니다.
또한 구 위탁 방문 사업자가 자택을 방문하여 납부를 권장하는 경우가 있습니다.
3 납부 기한까지 보험료가 납부되지 않은 경우 법률에 따라 독촉장을 송부합니다. 그 후에도 납부되지 않은 경우 최고서를 송부합니다.
4 납부 기한까지 보험료가 납부되지 않은 경우 연체금이 발생합니다.

보험료를 체납하면…

특별한 사정이 없이 보험료를 체납하면 불이익처분을 받습니다.

1 체류 기간 갱신 허가 신청에 영향이 있을 수 있습니다.
2 급여 및 예금을 비롯한 재산의 차압을 합니다.
3 일단 의료비를 전액 자기부담하게 됩니다.
나중에 보험에서의 급부분을 청구합니다.
4 보험에서의 급부분이 전부 또는 일부 정지됩니다.
급부분을 보험료에 충당합니다.

保険料の納付相談

保険料は前年の所得が算出基礎となっていますので、現在の収入状況に即応することができません。万一、収入が激減するなど保険料の支払いが困難になった場合には、分割によるお支払いにも応じております。詳しくは国保年金課国保収納係（TEL. 03-3579-2409）へご相談ください。

保険料の減額・免除

1 会社都合により離職した方（解雇、倒産、雇い止めなど）は保険料が減額されます。該当される方は、お届けをしてください。

対象となる方は、離職日現在 64 歳以下で、雇用保険受給資格者証または雇用保険受給資格通知の離職理由が 11、12、21、22、23、31、32、33、34 に該当される方です。届出には、雇用保険受給資格者証または雇用保険受給資格通知、資格確認書等、マイナンバー（個人番号）がわかるもの（マイナンバーカードなど）、委任状（別世帯の方がお届けの場合）が必要になります。

申請方法等について、詳しくは板橋区ホームページをご覧ください。

板橋区
ホームページ

2 火災や水害などの災害を受けたり、特別な事情（刑務所等の矯正施設への入所など）によって保険料を納める事ができなくなった場合には、世帯の生活状況を調査した上で保険料の徴収を猶予したり、保険料を減額または免除できる場合があります。なお、減額または免除できる保険料については、原則として申請した月以降のものになります。

所得の申告

保険料は、前年の所得に応じ算出されています。例として、令和 8 年度（2026 年 4 月 1 日から 2027 年 3 月 31 日まで）に加入した方の場合、令和 7 年 1 月 1 日から令和 7 年 12 月 31 日までの収入の申告に基づいて保険料計算を行っています。

一定の所得に満たない方は保険料が軽減される制度もありますので、収入の有無にかかわらず、必ず申告してください。申告をしないと保険料の軽減等の判定がされないので、ご注意ください。

収入等の申告手続きの方法は、1 月 1 日に住民登録をしていた区市町村の課税担当課へお問い合わせください。また、日本に入国して 1 年未満の方は、国保年金課（南館 2 階㉒）にご相談ください。

来年度も継続して板橋区の国民健康保険に加入する方であって、令和 9 年 1 月 1 日時点で板橋区に住民登録のある方は、板橋税務署または課税課（北館 3 階⑫）で申告をお願いします。

Consultation on payment

As mentioned earlier, the insurance premiums are calculated according to your income during the previous year. It happens therefore that your current revenue situation prevents you from paying them. If your revenue decreases to the extent that you are unable to pay your premiums, get in touch with National Health Insurance Collection Subsection, National Health Insurance & Pension Section (Tel: 03-3579-2409) for more details. Payment in installments may be available.

Remission

1 If you left your job because of your employer's circumstances (fired without justifiable reason, bankruptcy, or contract not renewed without justifiable reason), your premium will be reduced. If such is the case with you, you can declare.

This reduction of premium is applied to those who left their job at the age of 64 or less for any of these reasons: Nos. 11, 12, 21, 22, 23, 31, 32, 33 or 34 listed in their employment insurance eligibility certificate or employment insurance eligibility notification. A declaration must be accompanied with your employment insurance eligibility certificate or employment insurance eligibility notification, your health insurance eligibility certificate, etc., My Number card and a proxy (if any person outside your household declares).

Itabashi City website

For details about the application process, visit the Itabashi City website.

2 It happens that you are damaged by a fire or a flood or put in a special situation (imprisonment), so that you are not able to pay your insurance premiums. If any of these is the case, your insurance premiums may be reduced, you may be exempted from paying, or payment may be suspended upon examining your living conditions. Reduction or exemption will be available as a rule in the month next to the one when you file an application to the effect.

Reporting your income

Insurance premiums are calculated based on your previous year's income. For example, if you enrolled in National Health Insurance in FY2026 (April 1, 2026 to March 31, 2027), your premiums will be calculated based on the income you reported for the period from January 1, 2025 to December 31, 2025.

Since there is a program that reduces insurance premiums for those with an income level below a certain level, always file an income report whether you have income or not. Please note that if you do not do so, you will not be eligible for reduced insurance premiums.

For details on how to report your income, please contact the section in charge of taxation at the municipality where you were registered as a resident as of January 1. If it has been less than a year since you moved to Japan, please consult the National Health Insurance & Pension Section (South Building 2nd floor, No. 22).

If you are a registered resident of Itabashi City as of January 1, 2027 and will continue to enroll in National Health Insurance next fiscal year, please report your income to the Itabashi Tax Office or the taxation department (North Building 3rd floor, No. 12).

缴纳保险费的咨询

保险费是根据上一年的所得求出的。国民健康保险费反映的并不是现在的收入情况。万一收入锐减，支付保险费有困难时，保险费可分期支付。详细情况请向“国保年金课国保收纳系”（电话：03-3579-2409）垂询。

保险费的减免

1 由于公司的原因失业的人（解雇、破产、停止雇佣等）的保险费可以获得减额。符合条件的人请提出申请。
截至失业日的年龄在 64 岁以下，同时雇佣保险受领资格者证或雇佣保险受领资格通知的失业理由属于 11、12、21、22、23、31、32、33、34 的人可以成为减额对象。提出申请时需要雇佣保险受领资格者证或雇佣保险受领资格通知、资格确认书等、可查阅个人编号的资料（个人编号卡等）、委托书（其他家庭的人提出申请时）。
关于申请方法等，详细情况请浏览板桥区主页。

板桥区主页

2 由于受到火灾或水灾等的灾情，或由于特别的缘故（进入监狱等矫正设施等）而不能缴纳保险费时，在调查家庭的生活状态后，可以暂停征收保险费，或减免保险费。获减免的保险费原则上是从申请的月份算起。

所得申报

保险费根据上年的所得计算。例如，2026 年度（2026 年 4 月 1 日至 2027 年 3 月 31 日）的加入者，根据 2025 年 1 月 1 日至 2025 年 12 月 31 日的收入申报计算保险费。

未满一定所得的人可享受保险费减额制度，无论有无收入，请务必申报。不申报则无法判定保险费的减额等，敬请注意。

收入等申报手续的方法，请向 1 月 1 日进行居民登记的区市町村课税担当课咨询。另外，入境日本不满 1 年者，请咨询国保年金课（南馆 2 楼 22 号）。

下一年度仍旧继续加入板桥区国民健康保险，2027 年 1 月 1 日截止时在板桥区进行了居民登记的人，请向板桥税务署或课税课（北馆 3 楼 12 号）申报。

보험료의 납부상담

보험료는 전년도의 소득이 산출근거가 되고 있으므로 현재의 수입상황에 즉시 대응할 수 없습니다. 만일 수입이 격감하는 등 보험료 납부가 곤란해진 경우에는 분할납부도 가능합니다. 자세한 내용은 국보연금과 국보수납계（전화 : 03-3579-2409）에 상담하여 주십시오.

보험료의 감액・면제

1 회사 사정에 의해 이직하신 분（해고, 도산, 고용중지 등）은 보험료가 감액됩니다. 해당되시는 분은 신고를 해 주십시오.
대상이 되는 분은 이직일 현재 64 세 이하로서 고용보험 수급자격자증 또는 고용보험 수급자격 통지의 이직 이유가 11, 12, 21, 22, 23, 31, 32, 33, 34 에 해당하는 분입니다. 신고에는 고용보험 수급자격자증, 또는 고용보험 수급자격 통지, 자격 확인서 등, 마이 넘버 (개인 번호) 를 알 수 있는 것 (마이 넘버 카드 등), 위임장 (별도 세대의 분이 신고하는 경우) 이 필요합니다.
신청 방법 등에 대해 자세한 사항은 이타바시구 홈페이지를 참조해 주십시오.

이타바시구 홈페이지

2 화재나 수재 등의 재해를 당하거나 특별한 사정（형무소 등의 교정시설에 입소 등）에 의해 보험료를 납부할 수 없게 된 경우에는 세대의 생활상황을 조사하여 보험료의 징수를 유예하거나 보험료를 감액 또는 면제받을 수 있는 경우가 있습니다. 그리고 감액 또는 면제받을 수 있는 보험료는 원칙적으로 신청한 달 이후의 보험료가 됩니다.

소득의 신고

보험료는 전년 소득에 따라 산출되고 있습니다. 예를 들면 2026 년도（2026 년 4 월 1 일부터 2027 년 3 월 31 일까지）에 가입한 분의 경우, 2025 년 1 월 1 일부터 2025 년 12 월 31 일까지의 수입 신고를 바탕으로 보험료를 계산하고 있습니다.

일정 소득에 들지 않는 분은 보험료가 경감되는 제도도 있으므로 수입 유무에 관계없이 반드시 신고하여 주십시오. 신고를 하지 않으면 보험료 경감 등의 판정은 이루어지지 않으므로 주의하여 주십시오.

수입 등의 신고 수속 방법은 1 월 1 일에 주민등록이 되어 있는 구시정촌의 과세담당과에 문의하여 주십시오. 또한 일본에 입국한 지 1 년 미만인 분은 국보연금과（남관 2 층 22 번）에 상담하여 주십시오.

내년도에도 계속해서 이타바시구 국민건강보험에 가입할 분으로 2027 년 1 월 1 일 시점에 이타바시구에 주민등록이 되어 있는 분은 이타바시 세무서 또는 과세과（북관 3 층 12 번）에서 신고하여 주십시오.

資格確認書は大切にしましょう

資格確認書は、医療機関等で保険診療を受ける資格があることを証明する大切な書類です。診療を受ける場合などは、必ず医療機関等でマイナ保険証（p. 6）または資格確認書を提示してください。

万一、資格確認書を紛失したり、盗難等に遭ったりした場合には、早めに最寄りの警察に届出することをお勧めします（交番でも受け付けてもらえます）。

紛失などによって資格確認書を失った場合には、新しく資格確認書等を再発行いたしますので、国保年金課（南館２階㉒）または区民事務所まで、マイナンバー（個人番号）がわかるもの（マイナンバーカードなど）、在留カードまたは特別永住者証明書、パスポート等の本人確認できるものを持ってお越しください。

※再発行の手続きをした後に、紛失や盗難等に遭われた資格確認書が発見されたときには、「発見された資格確認書」を板橋区へお返しください。

診療を受けるとき

病気やケガをして、医療機関で診療を受けるときは、必ず医療機関の受付でマイナ保険証（p. 6）または資格確認書を提示してください。提示しないと、治療に要した経費の全額を負担することになります。

健康保険取扱医療機関では、健康保険加入者がマイナ保険証（p. 6）または資格確認書を提示した場合、治療に要した経費の３割を受診者、７割を保険者に請求します。

なお、社会保険に切り替えたり、住所が変わったりした時は、必ず医療機関にも連絡をしてください。

医療費が高額になったとき

入院や手術など、医療費が高額になったとき、国民健康保険では、保険が適用される自己負担額が一定以上の金額になった場合、超過した負担額をあとから給付する制度があります。また事前に限度額適用認定証の交付を受けることで、医療機関での会計を自己負担額までにすることができます。申請方法などについては、国保年金課国保給付係（TEL. 03-3579-2404）へお問い合わせください。

海外渡航中に急病で治療を受けたとき

海外渡航中に医療機関を受診し医療費の全額を支払った場合、国保年金課へ申請し、審査を経て決定すれば自己負担分を除いた金額が給付されます。申請に必要なものが多数ございますので、詳しくは国保年金課国保給付係（TEL. 03-3579-2404）へお問い合わせください。

ただし、治療目的で海外へ渡航されたときには、支給の対象になりません。また、診察を受けた日の翌日から２年を経過すると支給されませんので、併せてご注意ください。

Keep your health insurance eligibility certificate with care

Your health insurance eligibility certificate is an important certificate to show you are qualified for insurance-used medical treatment at a medical facility. You are obliged to show the certificate or your Myna health insurance card (page 6) when you are examined there.

Report to the nearest police station (or a Koban) as soon as possible if you have lost your certificate or you had your certificate stolen.

Bring yourself to the National Health Insurance & Pension Section (South Building 2nd floor, No. 22), Itabashi City Office or any local city resident office, with your ID card such as your My Number card, resident card, special permanent resident certificate, or passport to get a new health insurance eligibility certificate, etc. when you had lost or your certificate stolen.

* When your lost or stolen certificate is found after you have got a new certificate, your are expected to return the lost or stolen certificate to Itabashi City Office.

When you see a doctor

You have to show your health insurance eligibility certificate or your Myna health insurance card (page 6) at the window of a medical facility when you need medical check after you got ill or injured. If not, you will have to pay the whole medical expenses by yourself.

At medical institutions that accept NHI insurance, a health insurance member that presents his/her certificate or your Myna health insurance card (page 6) is charged 30 percent of the cost of treatment and the insurer is charged 70 percent.

Also, remember to inform the medical institution when you have switched to social insurance or changed your address.

High medical expenses paid

Sometimes medical expenses become high due to hospitalization, surgery or other reason. The NHI system has a program that will pay the excess amount at a later date if the patient-borne amount for treatment that insurance covers exceeds a certain amount. In addition, if you obtain an eligibility certificate for ceiling amount application in advance, you only have to pay the patient-borne amount at the medical institution. For application procedures and other information, please contact the National Health Insurance Benefits Subsection, National Health Insurance & Pension Section (Tel: 03-3579-2404).

If you receive emergency medical treatment while overseas

When you receive treatment at a medical institution while overseas and pay all the medical expenses, you can apply to the National Health Insurance & Pension Section for reimbursement of the expenses (excluding the personally borne portion of the expense). If your application is accepted, you will be reimbursed. There are a few items you will need to present, so please contact the National Health Insurance Benefits Subsection, National Health Insurance & Pension Section (Tel: 03-3579-2404) for more details.

Note: This benefit does not cover overseas travel for the purpose of receiving treatment. Please also note that you will not receive the benefits if two years have passed since the day after you received the treatment.

请严格保管资格确认书

资格确认书是一份重要的证件，在医疗机构等地用来证明有资格享受保险医疗。接受诊治时，必须在医疗机构等地提示个人编号保险证（p. 7）或资格确认书。

万一丢失了资格确认书或被偷窃等时，请尽早向附近的警察报告。（“交番”（派出所）也会受理。）

由于丢失等原因失去资格确认书时，板桥区将再发行新的资格确认书等。请携带可查阅个人编号的资料（个人编号卡、通知卡等）、在留卡或特别永住者证明书，护照等能够确认本人身份的证明文件，到“国保年金课（南馆 2 楼 22 号）”或区民事务所办理手续。

※办理再发行手续后，如发现丢失或被偷窃的资格确认书，请将“发现的资格确认书”退还给板桥区。

接受诊治时

因有疾病或受伤而在医疗机构接受诊治时，必须在医疗机构的挂号处出示个人编号保险证（p. 7）或资格确认书。如不出示，您将要全额负担治疗所需的经费。

在接受健康保险处理的医疗机构内，健康保险加人人如果提示了个人编号保险证（p. 7）或资格确认书，医疗机构将要求接受诊治的人负担治疗所需经费的 3 成，要求保险方负担经费的 7 成。

此外，转变为社会保险或地址出现了变化时，请必须与医疗机构联系。

医疗费用高昂时

由于住院或手术等原因，医疗费较高时，在国民健康保险的制度下，使用了保险而病人的负担金额超过一定数字时，超过的负担额之后可获保险支付。另外，通过事前领取限额适用认定证后，在医疗机构结账时只需要支付自费负担金额。关于申请方法等，请向“国保年金课国保给付系”（电话：03-3579-2404）垂询。

出国途中因急病接受治疗时

出国途中在医疗机构就诊并支付全额医疗费时，请向国保年金课申请，审查决定后将发放扣除自己负担部分的金额。申请所需的资料较多，详细情况请向“国保年金课国保给付系”（电话：03-3579-2404）垂询。

但以治疗目的出国时，不属于支付对象。同时请注意，从就诊日的翌日算起，超过两年时不予支付。

자격 확인서은 소중히 관리합시다

자격 확인서은 의료기관 등에서 보험진료를 받을 자격이 있음을 증명하는 중요한 서류입니다 . 진료를 받는 경우 등에는 반드시 의료기관 등에 마이나 보험증 (p. 7) 또는 자격 확인서을 제시하여 주십시오 .

만일 자격 확인서을 분실하거나 도난당한 경우에는 즉시 가까운 경찰서에 신고하실 것을 권장합니다（고방 < 파출소 > 에서도 신고를 접수합니다）.

분실 등에 의해 자격 확인서이 없는 경우에는 새 자격 확인서 등을 재발행하므로 국보연금과（남관 2 층 22 번）또는 구민사무소로 마이 넘버（개인 번호）를 알 수 있는 것（마이 넘버 카드 , 통지 카드 등）, 재류카드 또는 특별영주자 증명서 , 여권 등 본인임을 확인할 수 있는 것을 지참하고 나와 주십시오 .

※재발행수속을 한 후에 분실 및 도난당한 자격 확인서을 발견한 경우에는「발견된 자격 확인서」을 이타바시구에 반납하여 주십시오 .

진료를 받을 때

질병이나 부상으로 의료기관에서 진료를 받을 때는 반드시 의료기관의 접수창구에 마이나 보험증 (p. 7) 또는 자격 확인서를 제시하여 주십시오 . 제시하지 않으면 치료에 소요된 경비 전액을 부담하게 됩니다 .

건강보험취급 의료기관에서는 건강보험 가입자가 마이나 보험증 (p. 7) 또는 자격 확인서을 제시한 경우 , 치료에 소요된 경비의 30% 를 수진자 , 70% 를 보험자에 청구합니다 .

또한 , 사회보험으로 전환하거나 주소가 변경된 경우에는 반드시 의료기관에도 연락해 주세요 .

의료비가 고액이 된 경우

입원이나 수술 등 의료비가 고액일 때 , 국민건강보험에서는 보험이 적용되는 자기부담액이 일정액 이상의 금액이 된 경우 , 초과한 부담금을 추후에 급부하는 제도가 있습니다 . 또한 사전에 한도액 적용 인정증을 교부받음으로써 의료기관에서의 회계를 자기 부담액까지만으로 정할 수 있습니다 . 신청 방법 등에 대해서는 국보연금과 국보급부계（전화 : 03-3579-2404）로 문의하여 주십시오 .

해외 도항 중에 갑작스런 질병으로 치료를 받았을 때

해외 도항 중에 의료기관에서 진료를 받고 의료비의 전액을 지불한 경우 , 국보연금과에 신청하여 심사를 통해 결정이 나면 자기부담분을 제외한 금액이 지급됩니다 . 신청에 필요한 것이 다수 있으므로 자세한 내용은 국보연금과 국보급부계（전화 : 03-3579-2404）에 문의하여 주십시오 .

단 , 치료 목적으로 해외에 도항했을 때는 지급 대상이 아닙니다 . 또한 진찰을 받은 날의 다음 날부터 2 년이 경과되면 지급되지 않으므로 함께 주의하여 주십시오 .

他人にケガをさせられたとき

他人（第三者）から受けた傷病については、原則として加害者がその治療費を負担しなければなりません。交通事故や傷害事件の当事者となった場合などは、国民健康保険を利用して治療を受けることができません。

万一、加害者に支払能力が無かったり、損害賠償請求手続きに時間がかかる場合などのときは、国保年金課国保給付係（TEL. 03-3579-2404）までお問い合わせください。

特定健康診査・特定保健指導

板橋区の国民健康保険に加入していて、2027 年 3 月 31 日時点で 40 歳～ 75 歳の方を対象に、特定健康診査を実施しています。また、健診の結果に応じて生活習慣病改善のための保健指導などを行っています。

■特定健康診査

【実施時期】6 月から 11 月まで

※受診券は 5 月末にお送りしています。なお、加入日や届出日により、受診券が送られても対象にならない場合があります。詳しくは健（検）診申込窓口（南館 3 階㉑、TEL. 03-3579-2319）へお問い合わせください。

■特定保健指導

【実施時期】6 月から翌年 3 月まで

【実施機関】健診を受診した医療機関または民間事業者（健診結果に基づき、対象者の方へご案内します。）

■生活習慣病重症化予防事業

特定健診の結果などから、生活習慣病のリスクが高い方に、保健指導や医療機関への受診勧奨を行います。

※板橋区が委託した民間事業者が無料で行います。

■人間ドック受診費用の助成

特定健康診査のかわりに人間ドックを受けた場合、その費用を助成します。

【対象者】板橋区の国民健康保険に加入していて、2027 年 3 月 31 日時点で 40 歳以上、受診日時点で 74 歳以下の方

※このほかにも要件があります。

【助成金額】上限 8,400 円（年度内 1 人 1 回）

※要件や申請方法など、詳しくは板橋区ホームページをご覧ください。

板橋区
ホームページ

When you got injured by a third party

Suppose that you got injured by anyone else, third party; and it is his/her responsibility to pay your treatment expenses in principle. When you get injured in a traffic accident or an injury case, you will not be able to depend on national health insurance for treatment.

Contact National Health Insurance Benefits Subsection, National Health Insurance & Pension Section (Tel: 03-3579-2404) if the offender is unable to pay your treatment expenses or it will take you long time to take steps to claim compensation for damage.

Specific health checkups and specific health guidance

Specific health checkups are available for people 40 to 75 years old (as of March 31, 2027) who are enrolled in the NHI system in Itabashi City. In addition, health guidance and other services are available for improvement of lifestyle-related diseases according to the results of your health checkups.

■ Specific health checkups

Period: June to November

Note: Checkup tickets are sent out at the end of May. Please note that you may not be eligible to receive a checkup even if you get a ticket, depending on the date of enrollment or the date of notification. For details, please contact the Health Checkup Enrollment Counter (South Building, 3rd floor, No. 21, Tel: 03-3579-2319).

■ Specific health guidance

Period: June to March of the following year

Conducting agency: The medical institution that performed the health checkup or private business (based on the results of the health checkup, information will be provided to those eligible).

■ Lifestyle-related disease prevention programs

Based on the results of the specific health checkups, health guidance and recommendations for medical consultations are provided to those at high risk for lifestyle-related diseases.

Note: These services are provided free of charge by a private company commissioned by Itabashi City.

■ Subsidy for comprehensive medical checkup fees

If you had a comprehensive medical checkup instead of a specific health checkup, you are eligible for subsidies to cover the cost.

Eligibility: Itabashi City NHI members who are 40 years old and above as of March 31, 2027 and 74 years old and under as of the checkup date.

Note: There are other requirements.

Subsidy amount: Up to ¥8,400 (once per person per fiscal year)

Note: For details on requirements and application procedures, visit the Itabashi City website.

Itabashi City
website

由于别人的原因而受伤时

由于他人（第三者）的原因而获伤病时，原则上应由加害人负担起医疗费。交通事故或伤害事件的当事人等是不能使用国民健康保险进行治疗的。

万一加害人没有支付能力，或要求损害赔偿的手续需要较长的时间等时，请向“国保年金课国保给付系”垂询。（电话：03-3579-2404）

特定健康检查・特定保健指导

以加入了板桥区国民健康保险，截至 2027 年 3 月 31 日属于 40 岁～ 75 岁的人为对象，实施特定健康检查。同时，根据体检的结果，将对生活习惯病的改善进行保健指导。

■特定健康检查

【实施时期】6 月至 11 月

※ 就诊券已于 5 月末寄送。此外，根据加入日和申报日的不同，有可能寄送了就诊券也无法成为检查对象。详情请向体检申请窗口（南馆 3 层㉑，电话 03-3579-2319）咨询。

■特定保健指导

【实施时期】6 月至次年 3 月止

【实施机构】接受体检的医疗机构或民间企业（根据体检结果向体检对象介绍）。

■生活习惯病重症化预防事业

根据特定体检的结果等，对生活习惯病风险较高的人进行保健指导并推荐医疗机构就诊。

※ 由板桥区委托的民间企业免费实施。

■综合体检就诊费用的补助

不接受特定体检而接受综合体检时，将补助其费用。

【对象者】加入了板桥区国民健康保险，截至 2027 年 3 月 31 日年满 40 岁，截至受诊日在 74 岁以下的人士

※ 除此以外还有其他条件。

【补助金额】上限 8,400 日元（年度内 1 人 1 次）

※ 条件和申请方法等详细内容请浏览板桥区主页。

板桥区主页

타인으로부터 부상을 당한 경우

타인（제 3 자）으로부터 당한 상병에 대해서는 원칙적으로 가해자가 그 치료비를 부담해야 합니다. 교통사고나 상해사건의 당사자가 된 경우 등에는 국민건강보험을 이용하여 치료를 받을 수 없습니다.

만일 가해자에게 지불능력이 없거나 손해배상청구수속에 시간이 걸리는 경우 등에는 국보연금과 국보급부계（전화 : 03-3579-2404）으로 문의하여 주십시오.

특정 건강 검진・특정 보건 지도

이타바시구의 국민건강보험에 가입되어 있고 2027 년 3 월 31 일 시점에 40 세 ~75 세의 분을 대상으로 특정 건강 검진을 실시하고 있습니다. 또한 검진 결과에 따라 생활 습관병 개선을 위한 보건 지도 등을 하고 있습니다.

■특정 건강 검진

【실시 시기】6 월부터 11 월까지

※검진권은 5 월 말에 보내 드리고 있습니다. 또한 가입일이나 신고일에 따라 검진권을 받아도 대상이 되지 않는 경우가 있습니다. 자세한 내용은 검진 신청 창구 (남관 3 층 21 번 , TEL. 03-3579-2319) 로 문의해 주십시오.

■특정 보건 지도

【실시 시기】6 월부터 다음 해 3 월까지

【실시 기관】검진을 받은 의료 기관 또는 민간 사업자 (검진 결과에 따라 대상자에게 안내합니다 .)

■생활 습관병 중증화 예방 사업

특정 검진 결과 등을 바탕으로 생활 습관병 위험이 높은 분에게 보건 지도나 의료기관에서 진료받을 것을 권장합니다.

※이타바시구가 위탁한 민간 사업자가 무료로 실시합니다.

■종합 검진 수진 비용 지원

특정 건강 검진 대신에 종합 검진을 받은 경우 , 그 비용을 지원합니다.

【대상자】이타바시구 국민건강보험에 가입되어 있고 2027 년 3 월 31 일 시점에 40 세 이상 , 검진일 시점에 74 세 이하인 분

※이 밖에도 요건이 있습니다.

【지원 금액】상한 8,400 엔 (연도 내 1 인 1 회)

※요건이나 신청 방법 등 자세한 내용은 이타바시구 홈페이지를 참조해 주십시오.

이타바시구 홈페이지

国保年金課の窓口

受付時間：平日午前 8 時 30 分～午後 5 時
※国保資格係・国保収納係・国保給付係の窓口は、毎週火曜日　午後 7 時まで（祝日と年末年始を除く）、毎月第 2 日曜日　午前 9 時から午後 5 時まで

区役所南館 2 階

国保資格係 TEL. 03-3579-2406 自動音声応答	国保の加入・やめる届出 保険料の計算・軽減・減免 資格確認書等の交付・再交付・書換・回収
国保収納係 TEL. 03-3579-2409	保険料の納付 納付相談・還付 口座振替申込
国保特別整理係 TEL. 03-3579-2437	保険料の滞納処分
国保給付係 TEL. 03-3579-2404	高額療養費の申請受付 限度額適用認定証の交付 出産育児一時金・葬祭費支給 療養費の申請受付 第三者行為（交通事故など）の届出
国保特定健診係 TEL. 03-3579-2328	特定健康診査等の受診券の発行
管理係 TEL. 03-3579-2401	日帰り温浴施設の案内 マッサージなど割引券の交付 国民健康保険に関する証明書の発行

区民事務所の窓口

受付時間：平日午前 8 時 30 分～午後 5 時

仲町区民事務所	所在地：板橋区仲町 20-5 TEL：03-3959-4105
常盤台区民事務所	所在地：板橋区常盤台 3-27-1 TEL：03-3967-6711
志村坂上区民事務所	所在地：板橋区小豆沢 2-19-15 TEL：03-3969-7571
蓮根区民事務所	所在地：板橋区坂下 2-18-1 TEL：03-3969-7581
下赤塚区民事務所	所在地：板橋区赤塚 6-38-1 TEL：03-3938-5110
高島平区民事務所	所在地：板橋区高島平 3-12-28 TEL：03-3938-1191

National Health Insurance & Pension Section windows

Hours: Weekdays 8:30 a.m. to 5 p.m.
Note: The service windows for the Qualification Assessment Subsection, Collection Subsection, and National Health Insurance Benefits Subsection are open until 7 p.m. on Tuesdays (excluding national holidays and the year-end/New Year's holidays), and from 9 a.m. to 5 p.m. on the second Sunday of the month.

City Office South Building 2F

Qualification Assessment Subsection Tel: 03-3579-2406 [automated voice]	Accepts notifications for NHI enrollment/withdrawal Handles calculations, reductions and exemptions of insurance premiums Issues, reissues, updates and collects health insurance eligibility certificates, etc.
Collection Subsection Tel: 03-3579-2409	Collects insurance premium payments Handles payment consultations and refunds Accepts applications for account transfers
National Health Insurance Special Arrangement Subsection Tel: 03-3579-2437	Handles punishments related to delinquent insurance premiums
National Health Insurance Benefits Subsection Tel: 03-3579-2404	Accepts applications for high medical expenses Issues eligibility certificates for ceiling-amount applications Handles payments of lump-sum childbirth benefits and funeral fees Accepts applications for medical expenses Accepts notifications of third-party acts (traffic accidents, etc.)
National Health Insurance Specific Health Checkup Subsection Tel: 03-3579-2328	Issues specific health checkup tickets, etc.
Management Subsection Tel: 03-3579-2401	Supplies information on day-trip hot spring facilities Issues discount coupons for massages, etc. Issues certificates related to NHI

Windows at a local city resident office

Hours: Weekdays 8:30 a.m. to 5 p.m.

Nakachô Local City Resident Office	Location: 20-5 Nakachô, Itabashi-ku TEL: 03-3959-4105
Tokiwadai Local City Resident Office	Location: 3-27-1 Tokiwadai, Itabashi-ku TEL: 03-3967-6711
Shimurasakaue Local City Resident Office	Location: 2-19-15 Azusawa, Itabashi-ku TEL: 03-3969-7571
Hasune Local City Resident Office	Location: 2-18-1 Sakashita, Itabashi-ku TEL: 03-3969-7581
Shimoakatsuka Local City Resident Office	Location: 6-38-1 Akatsuka, Itabashi-ku TEL: 03-3938-5110
Takashimadaira Local City Resident Office	Location: 3-12-28 Takashimadaira, Itabashi-ku TEL: 03-3938-1191

国保年金课的窗口

受理时间：工作日上午 8 点 30 分～下午 5 点

※ 国保资格系、国保收纳系・国保给付系的窗口每周星期二晚上 7 点截止 (节假日和年末年初除外)，每月第二个星期日上午 9 点至下午 5 点截止。

区役所南馆 2 楼

国保资格系 电话：03-3579-2406 自动语音应答	国保的加入、退出 保险费的计算、减轻、减免 资格确认书等的交付・再交付・替换・回收
国保收纳系 电话：03-3579-2409	保险费的缴纳 缴纳咨询・退还 银行转账申请
国保特别整理系 电话：03-3579-2437	保险费的滞纳处置
国保给付系 电话：03-3579-2404	高额疗养费的申请受理 限额适用认定证的发放 发放分娩育儿一时金、丧葬费 疗养费的申请受理 第三者行为 (交通事故等) 的申报
国保特定健康检查系 电话：03-3579-2328	寄送特定健康检查等的就诊券
管理系 电话：03-3579-2401	介绍当天往返的温浴设施 发放按摩等折扣券 开具国民健康保险相关证明书

区民事务所的窗口

受理时间：工作日上午 8 点 30 分～下午 5 点

仲町区民事务所	地址　板桥区仲町 20-5 电话　03-3959-4105
常盘台区民事务所	地址　板桥区常盘台 3-27-1 电话　03-3967-6711
志村坂上区民事务所	地址　板桥区小豆泽 2-19-15 电话　03-3969-7571
莲根区民事务所	地址　板桥区坂下 2-18-1 电话　03-3969-7581
下赤冢区民事务所	地址　板桥区赤冢 6-38-1 电话　03-3938-5110
高岛平区民事务所	地址　板桥区高岛平 3-12-28 电话　03-3938-1191

국보연금과 창구

접수 시간 : 평일 오전 8 시 30 분 ~ 오후 5 시

※국보자격계・국보수납계・국보급부계의 창구는 매주 화요일 오후 7 시까지 (공휴일과 연말연시 제외), 매월 둘째 주 일요일 오전 9 시부터 오후 5 시까지

구청 남관 2 층

국보자격계 TEL. 03-3579-2406 자동 음성 응답	국보의 가입・탈퇴 신고 보험료의 계산・경감・감면 자격 확인서 등의 교부・재교부・기재 사항 변경・회수
국보수납계 TEL. 03-3579-2409	보험료 납부 납부 상담・환급 계좌이체 신청
국보특별정리계 TEL. 03-3579-2437	보험료의 체납 처분
국보급부계 TEL. 03-3579-2404	고액요양비 신청 접수 한도액 적용 인정증 교부 출산육아일시금・장례비 지급 요양비 신청 접수 제삼자 행위 (교통사고 등) 신고
국보특정검진계 TEL. 03-3579-2328	특정 건강 검진 등의 검진권 발행
관리계 TEL. 03-3579-2401	당일치기 온욕 시설 안내 마사지 등 할인권 교부 국민건강보험에 관한 증명서 발행

구민사무소 창구

접수 시간 : 평일 오전 8 시 30 분 ~ 오후 5 시

나카쵸 구민사무소	주소 : 이타바시구 나카쵸 20-5 전화 : 03-3959-4105
도키와다이 구민사무소	주소 : 이타바시구 도키와다이 3-27-1 전화 : 03-3967-6711
시무라사카우에 구민사무소	주소 : 이타바시구 아즈사와 2-19-15 전화 : 03-3969-7571
하스네 구민사무소	주소 : 이타바시구 사카시타 2-18-1 전화 : 03-3969-7581
시모아카츠카 구민사무소	주소 : 이타바시구 아카츠카 6-38-1 전화 : 03-3938-5110
다카시마다이라 구민사무소	주소 : 이타바시구 다카시마다이라 3-12-28 전화 : 03-3938-1191

国民健康保険のご案内　令和８年度
発　行　　板橋区
編　集　　板橋区　健康生きがい部　国保年金課
〒 173-8501
東京都板橋区板橋 2-66-1
電話 03-3964-1111
令和８年７月発行

この用紙は再生紙を使用しております。