

こくみんねんきん
国民年金

National Pension

国民年金は、高齢者、障害者や亡くなられた方の遺族の生活を支えていくために国が運営する年金制度です。日本に住む 20 歳以上 60 歳未満の方は、必ず国民年金に加入しなければなりません。

こくみんねんきん か にゅうしゃ
●国民年金の加入者

国民年金の加入者は次の 3 種類に区分されます。

①第 1 号被保険者

- ・自営業者・学生・無職の方など。
- ・該当する方は保険年金課で加入手続きをしてください。
- ・保険料は自分で納めます。(P70「国民年金の保険料」参照)

②第 2 号被保険者

- ・会社等にお勤めの方（厚生年金保険の加入者）。
- ・加入手続きは会社等の事業主が行います。詳しくは勤務先へお問い合わせください。
- ・保険料は給与から差し引かれ、事業主が納めます。

③第 3 号被保険者

- ・第 2 号被保険者に扶養されている 20 歳以上 60 歳未満の配偶者。
- ・加入手続きは配偶者の会社等の事業主を経由して行います。詳しくは配偶者の勤務先へお問い合わせください。
- ・保険料は配偶者が加入する年金制度が一括負担します。

くやくしょ とどけ で ひつよう
●区役所へ届出が必要なとき

○国民年金に加入するとき

- ・20 歳になったとき（第 2 号、第 3 号被保険者を除く）
- ・国外から転入したとき（日本に住民登録をしたとき）

○種別を変更するとき

- ・会社等をやめたとき
- ・配偶者（第 2 号被保険者）が会社等をやめたとき
- ・配偶者（第 2 号被保険者）に扶養されなくなったとき

○国民年金をやめるとき

- ・国外へ転出するとき（日本に住民登録をしなくなるとき）

The National Pension system in Japan, which is a pension plan operated by the national government, is designed to provide financial support for elderly, disabled and bereaved family members. All residents in Japan between 20 and 59 years of age are required to join the plan.

●National Pension Members

Members of the National Pension system are divided into the following three categories:

①Category I members

- Self-employed individuals, students, the unemployed, etc.
- If you fall under one of the above, take necessary steps for enrollment at the Health Insurance and Pension Section of the Chuo City Office.
- You are responsible for paying pension premiums. (See the “National Pension Premiums” on p. 70.)

②Category II members

- Those who work for a company or other employer (those covered by the Employees’ Pension Insurance system)
- Procedures for your enrollment in the pension system are taken care of by your employer. For more details, contact the relevant personnel or department of your workplace.
- Pension premiums are deducted from your salary and are paid through your employer.

③Category III members

- Those who are a dependent spouse of a Category II member and whose age is between 20 and 59
- Enrollment procedures are completed through your spouse’s employer. For details, contact your spouse’s employer.
- Premiums for Category III members are collectively borne by the pension system of the Category II members.

●When Notifications to Chuo City Office Are Necessary

○Enrollment in the National Pension system

- Upon reaching the age of 20 (unless you are Category II or III member)
- Upon moving to Japan from a foreign country (i.e., when you complete your resident registration)

○Change of member category

- Upon quitting your job
- When your spouse (Category II member) quits their jobs
- When you are no longer a dependent of your spouse (who is Category II member)

○Withdrawal from the National Pension system

- Upon leaving Japan (when you are no longer a registered resident in Japan)

問い合わせ：

保険年金課年金係（中央区役所）
電話：3546-5371

●^{こくみんねんきん}国民年金の^{ほけんりょう}保険料

保険料は定額制です。毎月の保険料は翌月末日までに納めてください。

保険料の納付は、日本年金機構から送付された納付書で、金融機関、郵便局、コンビニエンスストアで納めるほか、口座振替やクレジットカード納付、電子納付、電子決済もご利用いただけます。

問い合わせ：

中央年金事務所
電話：3543-1411
※音声案内に従って「2」を押してください。

●^{ほけんりょう}保険料を^{おす}納めることが^{こんなん}困難なとき
(^{ほけんりょうめんじょせいど}保険料免除制度)

所得が少ないなどの理由で保険料を納めることが困難なときには、免除制度をご利用いただける場合があります。

年金事務所で前年所得等を審査して承認された場合は、保険料の全額又は一部が免除されます。

免除制度の種類

- ・全額免除
- ・4 分の 3 免除（4 分の 1 納付）
- ・半額免除（半額納付）
- ・4 分の 1 免除（4 分の 3 納付）
- ・納付猶予
- ・学生納付特例
- ・産前産後期間の免除制度

問い合わせ：

保険年金課年金係（中央区役所）
電話：3546-5371

●^{こくみんねんきん}国民年金の^{きゅうふ}給付
○^{らうねんきん}老齢基礎年金

国民年金の保険料を 10 年以上納めたなどの条件を満たした方に、原則 65 歳から支給されます。

○^{そこのねんきん}その他の年金

年金加入者などが病気やけがにより法令で定める障害の状態になったときに支給される障害基礎年金や、加入者や老齢基礎年金の受給資格期間が 25 年以上ある人が死亡したときに、一定の「子のある配偶者」または「子」に支給される遺族基礎年金などがあります。

※障害基礎年金、遺族基礎年金には一定の保険料の納付要件があり、要件を満たさないと受給できません。

Inquiries:

Pension Subsection, Health Insurance and Pension Section (Chuo City Office)
Tel: 3546-5371

●^{National Pension Premiums}National Pension Premiums

Pension contributions are flat rate contributions. Monthly contributions must be paid by the end of the following month. Contributions can be paid in one of the following ways: in cash at a financial institution, a post office, or a convenience store using the invoice sent from Japan Pension Service; by account transfer, credit card, Pay-easy or other electronic payment.

Inquiries:

Chuo Pension Office
Tel: 3543-1411
* Please follow the recorded instructions and press “2”.

●^{If You Have Difficulties Paying Premiums}If You Have Difficulties Paying Premiums
(^{Premium Payment Exemption System}Premium Payment Exemption System)

When your income is too low to pay contributions or you have other reasons, you can apply for the exemption from premium payments. Japan Pension Service examines your previous year's income and other circumstances. If your application is approved, you are granted a full or partial premium payment exemption.

Types of exemption are as follows;

- Full exemption
- 3/4 exemption (1/4 payment)
- 1/2 exemption (1/2 payment)
- 1/4 exemption (3/4 payment)
- Grace period
- Special Payment System for Students
- Exemption for the periods before and after childbirth

Inquiries:

Pension Subsection, Health Insurance and Pension Section (Chuo City Office)
Tel: 3546-5371

●^{Benefits of the National Pension}Benefits of the National Pension
○^{Basic Old-age Pension}Basic Old-age Pension

Upon reaching 65 years of age, in principle, eligible members can receive benefits. Eligibility requirements include payment of pension premiums for at least 10 years.

○^{Other Types of Pension Benefits}Other Types of Pension Benefits

In addition to the above, there is the Disability Basic Pension—which is paid if a member or other applicable person becomes disabled (defined statutorily) as a result of illness, injury or other causes—and the Survivors' Basic Pension, which is paid to eligible spouses with children or children upon the death of the member or a person who has been eligible to receive the Basic Old-age Pension for 25 years or more.

* The specified premium payment requirements must be met to receive the Disability Basic Pension and/or Survivors' Basic Pension.

問い合わせ：

保険年金課年金係（中央区役所）
電話：3546-5371

●^{だつたいいちじきん}脱退一時金

国民年金の保険料納付済期間（第2号、第3号期間は除く）などの合計が6ヶ月以上あり、老齢基礎年金の受給資格期間（10年）を満たしていない外国人の方が、日本国内に住所を有しなくなった日から2年以内に請求することができます。

●^{しゃかいほしょうきょうてい}社会保障協定

日本との二国間で、年金制度の二重加入を防止するとともに、外国の年金制度の加入期間を通算し年金が受けられるように協定を締結している国があります。詳しくは日本年金機構ホームページをご覧ください。

問い合わせ：

中央年金事務所
電話：3543-1411

※音声案内に従って「1」を選択し、その後「2」を押してください。

Inquiries:

Pension Subsection, Health Insurance and Pension Section (Chuo City Office)
Tel: 3546-5371

●Lump-sum Withdrawal Payments for non-Japanese people

If you are a foreign national, you may file a claim for lump-sum withdrawal payment within two years after leaving Japan to live abroad. To apply, you must have paid National Pension premiums for a total of at least six months (excluding periods as a Category II or II member) and but have not yet fulfilled the 10-year requirement to receive Old-age Basic Pension.

●Social Security Agreements

There are countries that have concluded agreements with Japan to prevent dual pension system enrollment and to enable pension payments to be received by combining the enrollment periods of foreign pension systems. Please visit this website for more details; (<http://www.nenkin.go.jp/international/english/index.html>).

Inquiries:

Chuo Pension Office
Tel: 3543-1411

* Please follow the recorded instructions and select “1” then press “2”.

子ども
Children

出産と育児

●^{にんしんとどけ ほしけんこうてちよう}妊娠届・母子健康手帳

妊娠していることがわかったら、区役所、特別出張所、保健所、保健センターに妊娠届を提出してください。提出すると「母と子の保健バッグ」を差し上げます。バッグの中には、母子健康手帳、プレママ教室・パパママ教室のおさそい、妊婦健康診査受診票、産前歯科健康診査受診票、赤ちゃん訪問連絡はがきなどが入っています。母子健康手帳は妊産婦や乳幼児の健康状況を記録するもので、健康診査や予防接種を受ける際になどに必要になります。

●^{にんぶめんだん}妊婦面談

妊娠さんが安心して出産を迎えていただけるよう、妊娠届出以降に専門職（母子保健コーディネーター）が面談をします。以下の二次元コード「妊婦面談予約システム」より、住所地管轄の保健所・保健センターに予約をしてください。（対応言語 日本語・英語・中国語・韓国語）



問い合わせ：

健康推進課健康係（中央区保健所）	電話：3541-5930
日本橋保健センター健康係	電話：3661-5071
月島保健センター健康係	電話：5560-0765
晴海保健センター健康係	電話：6381-2972

Childbirth and Childrearing

●Pregnancy Notification and *Mother and Child Health Handbook*

When you become pregnant, please submit a pregnancy notification to the City Office, a special branch office or public health center. You will receive a Mother and Child Health Bag, which includes: your *Mother and Child Health Handbook (Boshi Kenko Techo)*; an invitation to classes for expectant parents; prenatal health examination coupon; prenatal dental health checkup coupon; and a postcard for arranging postnatal home-visit services. The *Mother and Child Health Handbook*—a small notebook used for recording things such as pregnancy progress and your newborn child's health condition—is required to receive checkups and vaccinations.

●Pregnancy consultation

Pregnant women who submit the pregnancy notification can undergo an interview with a professional (mother and child health coordinator) so they can give birth with a peace of mind. Scan the 2D code at right to access the Pregnancy Consultation Reservation System, and make an appointment with the health center with jurisdiction over your address. (Available in Japanese, English, Chinese, and Korean).



Inquiries:

Health Subsection, Health Promotion Section (Chuo City Public Health Center), Tel: 3541-5930
Health Subsection, Nihonbashi Health Center, Tel: 3661-5071
Health Subsection, Tsukishima Health Center, Tel: 5560-0765
Health Subsection, Harumi Health Center, Tel: 6381-2972