

し  
知っておきたい

にほん ねんきん いりょうせいど  
日本の年金・医療制度

この資料は、平成27年度 文化庁委託事業「生活者としての外国人のための日本語教育事業」により作成しています。  
内容については、平成28年1月時点の情報をもとにしています。

かんが

# 【ライフプランを考える】



# きょう 【今日のテーマ】

にほん こうてき ねんきんせいど  
**日本の公的な年金制度**



にほん こうてき いりょうせいど  
**日本の公的な医療制度**



# 【はじめに】



ちょちく  
**貯蓄**  
みんかん ほけん きょうさい  
**民間の保険・共済**

こうせいねんきん  
**厚生年金**  
かいしゃ けんこう ほけん  
**会社の健康保険**

こくみんねんきん ほけん  
**国民年金保険**  
こくみんけんこう ほけん  
**国民健康保険**

# にほん こうてき ねんきんせい ど 日本の公的な年金制度①

## こくみんかいねんきんせい ど 「国民皆年金制度」

- 日本は「**国民皆年金**」の国。**皆が年金制度に加入する。**  
日本に住む20歳以上60歳未満の人で、日本に住民登録をしている人は、日本人も外国人も全員、「国民年金」に加入しなければならない。会社に勤めている人は、厚生年金に加入する必要がある。
- 年をとって働けなくなったり、死亡や障害などで生活に困ったりしたとき、国が年金を出して私たちの生活を助けるための制度。

## ねんきん ほけんりょう 年金の保険料はいくら？

- 国民年金の保険料：2016年度は月額16,260円（毎年変わる）
- 厚生年金の保険料：月額約9,000円～約60,000円（給与の額によって変わる）  
会社と社員が半分ずつ金額を負担し、給与から引かれる

にほん こうてき ねんきんせい ど  
日本の公的な年金制度②

はたら  
◆3つの働き

ろうれいねんきん  
老齢年金

とし と う と ねんきん  
年を取ったら受け取る年金

しょうがいねんきん  
障害年金

しょうがいしゃ とき う と ねんきん  
障害者になった時に受け取る年金  
とくてい しょうがい  
( \* 特定の障害 )

いぞくねんきん  
遺族年金

な ひと かぞく う と ねんきん  
亡くなった人の家族が受け取る年金  
ふよう こ  
( \* 扶養していた子など )

にほん こうてき ねんきんせい ど  
日本の公的な年金制度③

う と じょうけん  
◆受け取るための条件

ろうれいねんきん  
老齢年金

ねんいじょう ねんきんせい ど かにゆう  
25年以上、年金制度に加入している

しょうひせい かにゆうきかん ねん みじかく  
※消費税が10%になると、加入期間が10年に短くなる

しょうがいねんきん  
障害年金

かにゆうきかん ぶん いじょう きかん かにゆう  
・加入期間の3分の2以上の期間加入、または

しょうしんび まえ ねんかん み のう  
・初診日の前の1年間「未納」がない

いぞくねんきん  
遺族年金

き きかん ぶん いじょう かにゆう  
・決められた期間の3分の2以上加入、または

しほうび まえ ねんかん み のう  
・死亡日の前の1年間「未納」がない

# にほん こうてき ねんきんせい ど 日本の公的な年金制度④

## ◆ ねんきん ほ けんりょう はら とき 年金保険料が払えない時 (＊手続きが必要)

### ほ けんりょう めんじょ せい ど 保険料 免除 制度

- ぜんがく はんがく めんじょ  
● 全額、3/4、半額、1/4 の4つの免除がある
- ろうれいねんきん しょうがいねんきん いぞくねんきん う  
● 老齢年金、障害年金、遺族年金を受けることができる

### ほ けんりょう のう ふ ゆう よ せい ど 保険料 納付 猶予 制度

- ゆう よ ほ けんりょう のう ふ じ き おく  
● 「猶予」＝保険料を納付する時期を遅らせること
- しょうがいねんきん いぞくねんきん う  
● 障害年金、遺族年金を受けることができる

### がくせい のう ふ とく れい せい ど 学生 納付 特例 制度

- がくせい  
● 学生

### じゃくねんしゃ のう ふ ゆう よ せい ど 若年者 納付 猶予 制度

- さい いじょう さい み まん  
● 20歳以上30歳未満

しつもん  
◆よくある質問！

にほん こうてき ねんきんせい ど  
日本の公的な年金制度⑤



わたしは日本人ではありません。日本にいる間、年金の保険料を払っていました。でも、年金を受け取る前に、自分の国に帰りました。その場合はどうなりますか？

だったいいち じ きんせい ど おさ ねんきん ほ けんりょう いち ぶ せい ど  
「脱退一時金制度」(納めた年金保険料の一部をもらうことができる制度)があり  
ます。申請するには、条件があります。

げつ い じょう ねんきん ほ けんりょう はら  
・6か月以上、年金保険料を払った

にほんこくせき  
・日本国籍がない

ねんきん かにゆう き かん ねん み まん ねん すく  
・年金に加入している期間が25年未満(25年より少ない)

しょうひぜい ねん み まん へんこう よてい  
(\*消費税が10%になるのに合わせて「10年未満」に変更予定)

しょうがい き そ ねんきん ねんきん う  
・障害基礎年金などの年金を受けたことがない

にほん で ねん い ない  
・日本を出て、2年以内

にほん で ねん い ない だったいいち じ きんせい きゅうしょ ほか しょうい にほんねんきん き こう ていしゅつ  
■日本を出て2年以内に、「脱退一時金請求書」と他の書類を、日本年金機構に提出

にほん こうてき ねんきんせい ど  
日本の公的な年金制度⑥

ねんきん と あ そうだん  
◆年金についての問い合わせ・相談

す ちいき ねんきんじ むしよ  
住んでいる地域の年金事務所

ねんきんじ むしよ ばしよ かくにん  
★年金事務所の場所を確認しましょう↓

<http://www.nenkin.go.jp/section/soudan/>

# にほん こうてき いりょうせい ど 日本の公的な医療制度①

## こくみんかいほけんせい ど 「国民皆保険制度」

- 日本は「**国民皆保険**」の国。**皆が医療保険制度に加入する。**

日本で住民登録をしている人は、日本人だけではなく、外国人も公的な保険制度に加入しなければならない。ただし、以下の人は加入できない。

- ① 在留期間が3カ月以下 ※例外もあるので、詳しくは区市町村の役所で聞きましょう
- ② 「短期滞在」や、医療を受けたり、その人の世話をしたりするための「特定活動」
- ③ 生活保護を受給している ※医療費は生活保護制度により支給される

- ケガや病気のときに、いつでも、どこの病院でも安い医療費で診察してもらうための制度。

## けんこう ほけん ほけんりょう 健康保険の保険料はいくら？

- 国民健康保険の保険料 : 住んでいる区市町村によって異なる。
- 会社などの健康保険の保険料 : 給与の額や会社のある都道府県により異なる。
- 共済の掛金 : 給与の額により異なる。

# にほん こうてき いりょうせいど 日本の公的な医療制度②

## ◆ けんこう ほ けんしょう (75歳未満の人)

けん こう ほ けん  
健康保険  
被保険者証  
ひ ほ けん しゃ しょう

ほんにん  
本人  
ひ ふようしゃ  
被扶養者

ぜん こく けん こう ほ けん きょうかい  
全国健康保険協会  
(協会けんぽ)  
きょうかい

けん こう ほ けん くみ あい  
〇〇健康保険組合

きょうさい くみ あい  
共済組合  
組合員証  
くみ あい いん しょう

ほんにん  
本人  
ひ ふようしゃ  
被扶養者

きょう さい くみ あい  
〇〇共済組合

こくみん けん こう ほ けん  
国民健康保険  
被保険者証  
ひ ほ けん しゃ しょう

ほ けん しょう はっこうもと  
保険証の発行元

〇〇区・〇〇市  
く し

さい い じょう  
75歳以上になつたら

こう き こう れい しゃ  
後期高齢者

こう き こう れい しゃ い りょう  
後期高齢者医療  
広域連合  
こうい き れん ぐう

ほ けん しょう はっこうもと  
保険証の発行元

せいど と あ さき ほ けん しょう はっこうもと ほ けん しゃ  
※制度の問い合わせ先は『保険証の発行元(保険者)』

にほん こうてき いりょうせい ど  
日本の公的医療制度③

ほけんしょう ていじ いりょうひ ふたん へ  
◆保険証を提示すれば、医療費の負担が減る

しょうがっこうにゅうがくまえ

小学校入学前(5歳)まで

いりょうひ わり ふたん  
・医療費の 2割 負担

しょうがっこうにゅうがく

小学校入学(6歳)から 69歳まで

さい

いりょうひ わり ふたん  
・医療費の 3割 負担

さい

さい

70歳から 74歳まで

いりょうひ わり ふたん  
・医療費の 2割 負担

さい いじょう

75歳以上

いりょうひ わり ふたん  
・医療費の 1割 または 3割負担

しょうとく おう ふたん わりあい か  
※所得に応じて、負担する割合が変わる

# にほん こうてき いりょうせい ど 日本の公的医療制度④

## いりょうひ こうがく ととき ◆医療費が高額になった時

こうがくりょうようひ  
高額療養費

せいど  
制度

- げつ びょういん やっきよく しはら  
・1か月の病院や薬局での支払いが
- じ こ ふ たんげん ど がく こ ばあい こ ぶん  
「自己負担限度額」を超えた場合、超えた分
- きんがく しきゅう せいど  
の金額が支給される制度
- じ こ ふ たんげん ど がく ねんれい しょとく き  
・「自己負担限度額」は年齢と所得で決まる

くわ ないよう こうせいろうどうしやう  
※ 詳しい内容は、厚生労働省ホームページでチェック！

⇒「PDF」「こうがくりょうようひ」で検索！

せいど りょう げん ど がくてきようにんていしやう ひつよう  
この制度を利用するには『限度額適用認定証』が必要

にんていしやう はっこう けんこう ほけんしやう はっこうもと ほけんしや と あ  
認定証の発行は、健康保険証の発行元(保険者)に問い合わせる

にほん こうてき いりょうせいど  
日本の公的医療制度⑤

こうがくりょうよう ひせいど  
◆高額療養費制度の「自己負担限度額」

さいみまん かた  
〈70歳未満の方〉

しよとくくぶん 所得区分	つき じこふたんげんどがくえん ひと月あたりの自己負担限度額(円)
ねんしゅうやく まんえん 年収約1,160万円～	えん いりょうひ えん 252,600円+(医療費-842,000円)×1%
ねんしゅうやく まんえん やく まんえん 年収約770万円～ 約1,160万円	えん いりょうひ えん 167,400円+(医療費-558,000円)×1%
ねんしゅうやく まんえん やく まんえん 年収約370万円～ 約770万円	えん いりょうひ えん 80,100円+(医療費-267,000円)×1%
ねんしゅうやく まんえん ～年収約370万円	えん 57,600円
じゅうみんぜいひ かぜいしゃ 住民税非課税者	えん 35,400円

※70歳以上75歳未満の方、75歳以上の方の詳しい内容は、厚生労働省ホームページ  
でチェック！⇒「PDF」「こうがくりょうようひ」で検索！

# にほん こうてき いるょうせい ど 日本の公的医療制度⑥

## ◆ こうがくりょうよう ひ れい 高額療養費の例

しょうさい こうせいろどうしょう  
★詳細は厚生労働省ホームページでチェック  
⇒「PDF」「こうがくりょうようひ」で検索！

【 しょとく は “いっぱん”、“わりふたん” 3割負担 】

そう いるょう ひ まん えん  
総医療費 100万円

まどぐち ふ たん  
窓口負担  
30万円  
まんえん

じ こ ふ たんげん ど がく  
自己負担限度額 87,430円

しきゅうがく えん  
支給額 212,570円

じ こ ふ たんげん ど がく  
自己負担限度額 = 80,100円 + (1,000,000円 - 267,000円) × 1% = 87,430円

こう がく りょうよう ひ しきゅうがく  
高額療養費の支給額 = 300,000円 - 87,430円 = 212,570円

けんこう ほ けん と あ そうだん  
◆健康保険についての問い合わせ・相談

ほ けんしょう はっこうもと ほ けんしゃ  
保険証の発行元(保険者)

はっこうもと ほ けんしゃ けんこう ほ けんしょう か  
発行元(保険者)は、健康保険証に書いてあります。

さく せい せいかつ かい  
作成：ワーカーズ・コレクティブ生活クラブ FP の会

しゃかい ふくし ほうじん ほんきょうざい せきにんしゃ やざきり え  
社会福祉法人さぽうと21 (本教材の責任者: 矢崎理恵)

---

しゃかいふくし ほうじん

社会福祉法人さぽうと21

〒141-0021 とうきょう と しながわ く かみおおさき かい  
東京都 品川区 上大崎 2-12-2 ミズホビル 6階

Tel : 03-5449-1331 Fax : 03-5449-1331 E-mail : [info@support21.or.jp](mailto:info@support21.or.jp)

Homepage : <http://www.support21.or.jp>