

国民年金に加入されている皆様

# 国民年金保険料 口座振替・クレジットカード納付のご案内

金融機関等へ行く  
手間が省ける  
だけでなく、  
割引もあります！



国民年金保険料は口座振替・クレジットカードでの納付が便利でお得です！

## ▶ 「口座振替」と「クレジットカード納付」の納付方法

	口座振替	クレジットカード納付	割引額
通常納付 (翌月末振替・納付)	16,980円	16,980円	
早割 (当月末振替)	16,920円	16,980円	口座振替： 60円
6か月前納	100,720円	101,050円	口座振替： 1,160円 クレジット： 830円
1年前納	199,490円	200,140円	口座振替： 4,270円 クレジット： 3,620円
2年前納 2年前納 (4月開始)	397,290円	398,590円	口座振替： 16,590円 クレジット： 15,290円

## ▶ 留意点

- ・1回あたりの納付額は令和6年度の金額です。
- ・割引額は納付書により毎月納付した場合と比較した額です。
- ・「2年前納」と「2年前納(4月開始)」の違い

○「2年前納」……………手続き後、初回振替時に、当月分から翌年度3月分(13か月から最大で24か月の2か年度分)の保険料を取りまとめて振替(割引あり)

○「2年前納(4月開始)」……………手続き後、初回振替時から当年度3月分保険料までは、毎月末日に1か月分ずつ振替(割引なし)、その後、最初の4月末にまとめて2年分の保険料を振替(割引あり)

## ▶ 申込期限

いつでも申し込むことができますが、申込みの時期によって割引額、初回の振込期間が異なります。また「2年前納(4月開始)」は、令和7年1月より受付が開始となります(「2年前納(4月開始)」を選択可能な申出書は令和6年12月27日から日本年金機構ホームページに掲載、令和7年1月以降年金事務所の窓口において配布予定)。

詳細については日本年金機構ホームページ(<https://www.nenkin.go.jp>)でご確認ください。



日本年金機構  
ホームページ

## ▶ 手続方法

	提出書類	提出先	備考
口座振替	国民年金保険料口座振替納付申出書	口座振替を希望する金融機関、水戸南年金事務所、茨城町役場 保険課のいずれか	添付書類は不要です
クレジットカード納付	国民年金保険料クレジットカード納付申出書	水戸南年金事務所、茨城町役場 保険課のいずれか	名義人が本人・配偶者以外の場合は同意書が必要です

※各申出書は年金事務所・茨城町役場の窓口、日本年金機構ホームページにあります。

また、口座振替についてはマイナポータル(<https://myna.go.jp>)からも手続きが出来ます。



マイナポータルは  
こちらから

【問合せ先】 水戸南年金事務所 ☎ 029-227-3278  
茨城町 保険課 医療年金グループ ☎ 029-240-7113(直通)

国民健康保険に加入されている方へ

# 接骨院・整骨院で施術を受ける場合

医療費の適正化にご協力ください！

接骨院や整骨院での施術は、一定の要件を満たした場合に限り、健康保険が適用されます。

## 健康保険が適用される場合

外傷性が明らかな負傷のみ適用

- ・ねんざ、打撲、肉離れ  
(急性または徐々に悪化するもの)
- ・骨折及び脱臼の応急処置  
(応急処置以外は、  
医師の同意が必要)



## 健康保険が適用されない場合

全額自己負担になります

- ・疲労や慢性的な要因からくる肩こり、筋肉疲労
- ・脳疾患後遺症などの慢性病や、症状の改善がみられない長期の施術
- ・保険医療機関(病院、診療所など)で並行して同じ疾病の治療を受けている場合
- ・仕事や通勤中の負傷(労災保険の対象)

## 接骨院・整骨院で施術を受けるときの注意点

### 1 負傷の原因を正確に伝えましょう

負傷の原因(いつ、どこで、何をして、どんな症状か)を正確にきちんと伝えましょう。また、交通事故等の第三者行為による負傷の場合には、必ず国保の担当窓口である保険課へ連絡をしてください。



### 2 柔道整復施術療養費支給申請書の内容をよく確認して、署名をしましょう

施術を受けたときに署名する「柔道整復施術療養費支給申請書」には、負傷原因、負傷名、日数、金額等が記載されています。内容をよく確認してから、署名をしましょう。



### 3 領収書は必ずもらいましょう

もらった領収書は保管しておき、後日届く医療費通知に記載されている金額・日数と合っているか確認しましょう。



### 4 施術が長引くときは、医師の診察を受けましょう

施術が長期にわたる場合、内科的要因も考えられます。医師の診察を受けましょう。



## 施術内容を照会することがあります

医療費適正化の一環として、請求内容に誤りがないかの確認をするため、健康保険で柔道整復師にかかった方に、負傷原因や施術内容などを照会する場合があります。

安い!安心! ジェネリック医薬品を利用しましょう  
【問合せ先】 保険課 国保グループ ☎ 029-240-7113 (直通)