

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

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)	17,510円	17,510円	
早割（当月末振替）	17,450円	17,510円	口座振替：60円
6か月前納	103,870円	104,210円	口座振替：1,190円 クレジット：850円
1年前納	205,720円	206,390円	口座振替：4,400円 クレジット：3,730円
2年前納 2年前納（4月開始）	408,150円	409,490円	口座振替：17,010円 クレジット：15,670円

▶留意点

- 1回あたりの納付額は令和7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、申し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。

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。

▶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、水戸南年金事務所のいずれか	基礎年金番号の記載必要 添付書類は不要
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	基礎年金番号またはマイナンバーの記載必要 名義人が本人・配偶者以外の場合は同意書が必要

※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。

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

☎ 029-240-7113(直通)



マイナポータルは
こちらから



国民健康保険からお知らせ

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
(急性または亜急性のもの)
- 骨折および脱臼の応急処置
(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的治療を受けている場合
- 仕事中や通勤中の負傷（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

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について照会する場合があります。これは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です。ご協力をお願いします。

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)