

## ≡ 市税・国民健康保険料・後期高齢者医療保険料・介護保険料の納期限 ≡

**問** 国民健康保険料について 国保・高齢者医療課収納担当（第一庁舎2階）TEL 224-7260  
 後期高齢者医療保険料について 国保・高齢者医療課高齢者医療担当（第一庁舎2階）TEL 224-8767  
 介護保険料について 介護保険課賦課・収納担当（第二庁舎1階）TEL 224-7931

市税などの区分	納期限											
	4月末	5月末	6月末	7月末	8月末	9月末	10月末	11月末	12月(28日)	1月末	2月末	3月末
市民税・県民税 (普通徴収)			前納 1期		2期		3期			4期		
固定資産税 都市計画税		前納 1期		2期					3期		4期	
軽自動車税		全期										
国民健康保険料			前納 6月期	7月期	8月期	9月期	10月期	11月期	12月期	1月期	2月期	3月期
後期高齢者 医療保険料				前納 1期	2期	3期	4期	5期	6期	7期	8期	9期
介護保険料			前納1期	2期	3期	4期	5期	6期	7期	8期	9期	10期

※年度により変更する場合があります。なお、月末が祝休日の場合は翌営業日となります。

## ≡ 市税・国民健康保険料・後期高齢者医療保険料・介護保険料の納付方法 ≡

### 口座振替による納付のお勧め

市税などの納付には便利で確実な口座振替のご利用をお勧めします。指定された預貯金口座から自動的に税(料)金引き落とされ安心です。一度手続きをすると翌年度以降も継続され、振替手数料は無料です。

#### 振替可能な税目

市民税・県民税・森林環境税(普通徴収)、固定資産税・都市計画税(償却資産含む)、軽自動車税(種別割)、国民健康保険料、後期高齢者医療保険料、介護保険料(普通徴収)

#### 申し込み手続き

##### 長野市ホームページから申し込みを行う方法

※後期高齢者医療保険料は除きます。  
 ※指定する口座が個人名義の口座に限ります。

右の二次元コードを読み込んで「口座振替WEB申込サービス」の画面に入り、申し込み(新規・変更)を行ってください。



※以下のものをご用意ください。

- 納税(付)通知書など
- 指定口座のキャッシュカード暗証番号
- 指定口座の預貯金通帳

#### ※取り扱い金融機関

右の「その他納付方法」に掲載の金融機関

#### 金融機関および市担当課・各支所で申し込む方法

口座振替依頼書(自動払込利用申込書)に必要な事項を記入し、指定した口座の銀行届出印を押印の上、各窓口へ提出してください。依頼書は各窓口にあります。

※以下のものをご用意ください。

- 納税(付)通知書など
- 指定口座の金融機関届出印
- 指定口座の預貯金通帳

#### ※取り扱い金融機関

右の「その他納付方法」に掲載の金融機関、みずほ銀行、三井住友銀行、三菱UFJ信託銀行、商工組合中央金庫長野支店(後期高齢者医療保険料、介護保険料を除く)

### その他納付方法

#### 銀行

八十二銀行、北陸銀行、長野銀行、以上全国の本店および支店

#### 金庫・組合

長野信用金庫、長野県信用農業協同組合連合会、長野県信用組合、長野県労働金庫、以上の本店および支店

#### 農業協同組合

ながの農業協同組合、グリーン長野農業協同組合、以上の本所および支所

#### ゆうちょ銀行・郵便局

#### 全国の地方税統一QRコード対応の共通納税対応金融機関

※市民税・県民税・森林環境税(普通徴収)、固定資産税・都市計画税(償却資産含む)、軽自動車税(種別割)が利用できます。  
 ※金融機関の事情により、納付場所および手数料などに変更が生じる場合があります。詳しくは市ホームページをご覧ください。

#### 市役所(担当課および各支所)

市税: 収納課

国民健康保険料および後期高齢者医療保険料: 国保・高齢者医療課

介護保険料: 介護保険課

#### コンビニエンスストア

※納付可能なコンビニエンスストアは、市ホームページからご覧いただけます。

※バーコードが印刷されている納付書で納期限までに納めるときに限ります。

※納付額は1回30万円までです。

※金融機関の合併などにより旧名称で表示されている場合があります。

## スマートフォン決済

PayPay請求書払い

- ※バーコードが印刷されている納付書で納期限までに納めるときに限りです。
- ※納付額は1回30万円までです。

## ペイジー

ペイジー対応ATMやインターネットによる納付

- ※金融機関のインターネットバンキング・モバイルバンキングの契約が必要です。

## 地方税お支払サイト利用による納付

- ※市民税・県民税・森林環境税(普通徴収)、固定資産税・都市計画税(償却資産含む)、軽自動車税(種別割)が利用できます。
- ※サイトにアクセスした後に納付書のQRコード(eL-QR)を読み込むか、納付書のeL番号を入力してください。
- ※別途手数料がかかる場合があります。

## 各種スマートフォン決済アプリによる納付

- ※市民税・県民税・森林環境税(普通徴収)、固定資産税・都市計画税(償却資産含む)、軽自動車税(種別割)が利用できます。
- ※アプリを起動し、納付書の地方税統一QRコード(eL-QR)を読み取ってください。
- ※別途手数料がかかる場合があります。

# 国民健康保険

問 国保・高齢者医療課(第一庁舎2階) TEL 224-5025 / 7225

## 加入・脱退などの手続き

資格に変更があった場合は、国保・高齢者医療課または各支所で、原則、14日以内に手続きを行ってください。国民健康保険(国保)への加入・脱退は、自動的に手続きされず、届出が必要です。

こんなとき		手続きに必要な持ち物		手続きができる方	オンライン申請
すべての手続きに必要なもの		<input checked="" type="checkbox"/> 1 マイナンバーカードまたはマイナンバーが確認できるもの(世帯主および対象者となる方) <input checked="" type="checkbox"/> 2 窓口に来る方の本人確認書類(運転免許証など)			
国保に加入する	職場の健康保険をやめた	3 以下のいずれか <input checked="" type="checkbox"/> 健康保険離脱証明書 <input checked="" type="checkbox"/> 資格喪失証明書	※口座振替を申し込みの場合 <input checked="" type="checkbox"/> 預貯金通帳 <input checked="" type="checkbox"/> 通帳の届出印	本人、住民票が同一世帯の方、または代理人(委任状必要)	
	扶養家族ではなくなった 任意継続の資格が満了する				
国保をやめる	職場の健康保険に入った	<input checked="" type="checkbox"/> 3 職場の保険証等(国保をやめる方全員分) <input checked="" type="checkbox"/> 4 国民健康保険の資格確認書または保険証		本人、住民票が同一世帯の方、または代理人(委任状不要)	
	家族の扶養になった				
その他	資格確認書、資格情報のお知らせを汚した、または紛失した	3 使えなくなった以下のいずれか(汚した場合のみ) <input checked="" type="checkbox"/> 資格確認書 <input checked="" type="checkbox"/> 資格情報のお知らせ ※保険証の交付は、令和6年12月2日で廃止となっているため、資格確認書または資格情報のお知らせを交付します。		本人、住民票が同一世帯の方、または代理人(委任状不要)  ※代理人が申請した場合は郵送での送付となります。	
	修学のため住所を市外に変更する				

※マイナンバーカードを健康保険証として利用している方も、当面の間、上記の持ち物が必要です。

※本人確認できるものとは、運転免許証など官公庁が発行した顔写真付きのもの、または保険料納額通知書、預貯金通帳など2つ以上のもの。

## 国民健康保険料の納付

保険料は住民票の世帯単位で計算しますので、納付義務者は世帯主です。世帯主が国民健康保険(国保)に加入していない場合でも世帯員に国保加入者がいる場合は、国民健康保険料の納付義務者は世帯主になります。

1年分(4月から翌年3月まで)を、6月から翌年3月までの10回に分けて納めていただきます。納期限は各月の末日(祝祭日の場合は翌営業日)です。6月中旬に保険料納額通知書とともに、口座振替以外のの人に全期前納用納付書(納期限は6月末日)と6月期から3月期分の納付書をお送りします。6月以降に加入手続きされた人には、手続きした翌月に納付書をお送りします。

なお、国保加入者が65歳から75歳未満の人のみの世帯は、一定の要件に該当すると、年金受給額から保険料が差し引かれます。

## 口座振替をご利用ください

納め忘れのない口座振替が便利です。預貯金通帳・届け出印・保険料納額通知書または資格確認書などをお持ちになり、市役所または金融機関の窓口へお申し込みください。新しく加入された世帯へは、資格確認書などを郵送する際に口座振替依頼書を同封しますので、郵送でもお申し込みいただけます。またインターネット(web)からのお申し込みも可能です。市ホームページからアクセスしてください。

リンク

税金・保険・年金[市税・国民健康保険料・後期高齢者医療保険料・介護保険料の納期限]

P59

## お医者さんにかかるときは

**問** 国保・高齢者医療課(第一庁舎2階)  
国民健康保険(74歳まで):給付担当 TEL 224-7225  
後期高齢者医療制度(75歳以上):高齢者医療担当  
TEL 224-8767

マイナ保険証または資格確認書を提示してください。

## リンク

高齢者福祉・介護  
「後期高齢者医療制度」

P66

## 国民健康保険で受けられる給付

持ち物など、申請に必要な書類や支給基準は各項目で異なります。詳しくは、市ホームページをご覧ください。国保・高齢者医療課までお問い合わせください。

### ▶ 療養費

やむを得ない事情で国民健康保険を使わずに全額を自己負担したとき、治療用の補装具を作製したときなど、自己負担割合(2割または3割)を差し引いた金額を申請により支給します。申請期間は支払った日(受診日)の翌日から2年間です。

### ▶ 高額療養費

医療機関で1カ月間(暦月)に支払った保険適用の医療費が自己負担限度額を超えた場合、超えた額を申請により支給します。申請期間は、受診した翌月の1日から2年間です。

自己負担限度額、支給額の計算方法などは、世帯の所得額や年齢によって異なるためお問い合わせください。

### ▶ 限度額適用認定証・標準負担額減額認定証

事前に「限度額適用認定証」の交付を受け、医療機関・薬局の窓口で提示すると、1カ月(1日から月末まで)の保険診療分の支払いが自己負担限度額までとなります。

★マイナ保険証の提示で、限度額適用認定証が不要になります。

医療機関などの窓口でマイナ保険証等の提示の際に情報提供の同意をすると、限度額適用認定証の提示がなくても、窓口負担を自己負担限度額で抑えられ、また、「標準負担額減額認定証」提示がなくても食事代の減額を受けることができます。

※住民税非課税世帯の方で、入院が90日を超えた場合には食事代がさらに減額されますが、その「長期該当認定」には申請手続きが必要です。

## ▶ 出産育児一時金

国保加入者が出産したとき、488,000円を支給します。申請期間は、出産日翌日から2年間です。

※妊娠12週(85日)以上であれば、死産・流産の場合も給付を受けることができます。

給付方法は、次の2通りがあります。

(1)直接支払制度(市が医療機関に直接支払う)

(2)市に申請して受給する。

※(1)は出産予定の医療機関へご相談ください。

## ▶ 葬祭費

国保加入者が死亡したとき、葬祭を行った人(喪主)に対して5万円を支給します。申請期間は葬祭執行日の翌日から2年間です。

## 特定健診、人間ドック

### ▶ 特定健診

メタボリックシンドロームに着目した健康診査を実施します。国民健康保険に加入する今年度30歳から39歳までの人を対象に「30歳代の国保健診」、「保健指導」、今年度40歳以上の人を対象に「長野市国保特定健診」、「特定保健指導」を実施します。77ページをご覧ください。

### ▶ 人間ドックなど受診料の一部補助

35歳以上の国民健康保険の加入者が、指定医療機関で人間ドック・脳ドックを受診する場合、年度中1回に限り1万5,000円を補助します。必ず、受診前に補助の申請をしてください。

後期高齢者医療制度加入者については、66ページをご覧ください。

※人間ドック・脳ドックの補助と特定健診は同じ年度内に重複して受診することはできません。



税金・保険・年金

## 国民年金

**問** 国民年金室(第一庁舎2階) TEL 224-5026

## 国民年金に加入する人

国内に住所がある20歳以上60歳未満の人は、全て加入します。

	加入者	加入届け先	その他
第1号被保険者	自営業者、農林漁業者、学生、無職などの20歳以上60歳未満の人	国民年金室または各支所担当窓口	国民年金保険料は自分で納めます(納付が困難な場合は保険料免除制度・納付猶予制度・学生納付特例制度があります)。
第2号被保険者	厚生年金・共済組合に加入している会社員、公務員など	勤務先	国民年金保険料は厚生年金・共済組合の保険料と一緒に給料から天引きされます。
第3号被保険者	厚生年金・共済組合の加入者に扶養されている20歳以上60歳未満の配偶者	配偶者の勤務先	国民年金保険料は自分で納める必要はありません(配偶者が加入している年金制度が負担します)。

## こんなとき、こんな届出を

手続きをするときは事前に届出先にご確認ください。

こんなとき	どうする	届け出先
20歳になったとき (厚生年金保険・共済組合加入者を除く)	● 国民年金への加入手続き	● 第1号被保険者→原則、加入の手続きは不要。20歳の誕生日前後に日本年金機構からお知らせが届きます。 ● 第3号被保険者→配偶者の勤務先
厚生年金・共済年金をやめたとき (扶養している配偶者がいるときは併せて)		国民年金室または各支所担当窓口
配偶者の扶養から外れたとき (離婚したときや収入が増えたとき)	● 第3号被保険者から第1号被保険者への種別変更の手続き	
結婚や退職などで配偶者の扶養になったとき	● 第3号被保険者への種別変更の手続	配偶者の勤務先
厚生年金・共済年金に加入したとき	市への手続きは不要(勤務先が手続きを行います)	
海外に居住する場合 (厚生年金保険・共済組合加入者を除く)	● 国民年金喪失の手続き ● 任意加入の手続き	国民年金室または各支所担当窓口
保険料を納めることが困難なとき	● 免除・猶予などの申請	
国民年金第1号被保険者が出産(妊娠)したとき	● 産前産後期間の保険料免除の申請	
基礎年金番号通知書または年金手帳をなくしたとき	● 再交付の申請	● 第1号被保険者→国民年金室または各支所担当窓口 ※急ぎの場合は年金事務所 ● 第2号被保険者→勤務先 ● 第3号被保険者→配偶者の勤務先または年金事務所

## 受けられる年金

### ▶ 主な給付の裁定請求

請求しないと支給になりません。

支給される年金	対象者	請求先		
老齢基礎年金	10年以上の受給資格期間がある場合	第1号被保険者期間のみの人 過去に第3号被保険者期間がある人	年金事務所または国民年金室 年金事務所	
	障害基礎年金	国民年金加入中または20歳前に病気やけがで障害になった場合	第1号被保険者期間に初診日(※)がある人 20歳前に初診日(※)がある人 第3号被保険者期間に初診日(※)がある人	年金事務所または国民年金室 年金事務所 年金事務所
遺族基礎年金		亡くなった人に生計を維持されていた18歳に到達する年度末までの子(20歳未満の障害のある子)がいる夫または妻、またはその子	第1号被保険者期間に亡くなった場合 第3号被保険者期間に亡くなった場合	年金事務所または国民年金室 年金事務所

※「初診日」とは「病気やけがで初めて医師の診療を受けた日」のことです。

※第1号被保険者の独自の給付として寡婦年金・死亡一時金などの制度があります。

## 保険料の納め方

問 長野南年金事務所(大字中御所岡田町)

TEL 227-1284

問 長野北年金事務所(吉田三丁目)

TEL 244-4100

日本年金機構から郵送される納付書で金融機関、郵便局、コンビニエンスストアで納めることができます。納め忘れのない口座振替が便利です。前納(2年分・1年分・半年分)や早割(当月末日振替)を利用すると割引が適用になります。

また、クレジットカードやインターネットなどを利用して国民年金の保険料を納めることができます。詳しくは、長野南年金事務所へお問い合わせください。

納付書の発行や納付状況などについても長野南年金事務所へお問い合わせください。

## 『ねんきんダイヤル』の利用

問 TEL 0570-05-1165

一般的な年金に関するお問い合わせ、年金相談のご予約は「ねんきんダイヤル」をご利用ください。

通話料金は一般固定電話の場合、市内電話料金で利用できます。

050で始まる電話からは「TEL 03-6700-1165」へ。

### 受付時間

- 月～金曜日:午前8時30分～午後5時15分
- ※月曜日(祝休日明けの初日)は午後7時まで
- 第2土曜日:午前9時30分～午後4時
- ※祝休日、12月29日～1月3日はご利用できません。

## こんなときには「ねんきんネット」

問 TEL 0570-058-555

「ねんきんネット」は、インターネットを通じてご自身の年金の情報を手軽に確認できるサービスです。24時間いつでもどこでも、パソコンやスマートフォンからご自身の年金情報を確認することができます。

050で始まる電話からは「TEL 03-6700-1144」へ。

ねんきんネット

検索

[https://www.nenkin.go.jp/n\\_net/](https://www.nenkin.go.jp/n_net/)



▲スマホでアクセス