这本《草加市指南》用各国语言，为您介绍了有关日语、日本的生活习惯以及各种规定等内容。此小册子按内容分章，您可根据需要来选择阅读。在市役所（市民课、国际问询角）可拿到此小册子。另外，您也可以向各公共设施的服务窗口索要。

我们衷心祝愿此小册子能帮助大家在草加安居乐业，愉快生活。

ガイドブック草加は日本語や日本での暮らし方や決まりなどを、各国語で説明したものです。テーマごとに１シートとなっています。必要なシートを選んで使ってください。市役所（市民課、国際相談コーナー）、各サービスセンターにおいてあります。また、各公共施設窓口に頼んで取り寄せることもできます。草加が皆さんにとって住みよいまちとなるよう役立て下さい。

「国際相談コーナー」由志愿者为您提供信息和咨询。

国際相談コーナー

ボランティアスタッフが情報を提供したり、相談にのります。

電話.: 922-2970 (直通)
ファックス：927-4955
E-mail：soka-kokusai@juno.ocn.ne.jp
月・水・金　午前９時～午後５時

市役所本庁舎７階

市役所 主栋 7 楼

（国際相談コーナーは草加市の事業補助により、市民の立場で「NPO Living in Japan」が運営しています。）

編制：草加市　　协助：草加市国际问询角
作成：草加市　　協力：草加市国際相談コーナー
（令和８年度一部改訂）

目录　項目一覧

A-1	入国时的手续	入国時の手続き
A-2	住民登记	住民登録
A-3	户籍制度	戸籍制度
A-4	印章登记	印鑑登録について
B-1-1	住房	住宅
B-1-2	搬家和街道会	引越しと町会
B-1-3	生活基本设施	生活インフラ
B-1-4	垃圾的处理	ごみの出し方
B-2-1	关于健康保险	健康保険について
B-2-2	关于护理保险制度	介護保険制度について
B-3	关于结婚	結婚するには
B-4-1	从妊娠到生产	妊娠から出産
B-4-2	孩子的健康	子供の健康
B-4-3	育儿	子育て
B-5-1	教育	教育
B-5-2	学习日语	日本語学習
B-6	日本的税金	日本の税金
B-7	在日本工作	日本で働く
B-8	**国民年金和厚生年金**	国民年金と厚生年金
B-9-1	驾驶证	運転免許
B-9-2	拥有汽车和摩托车	自動車・バイクを所有する
B-9-3	骑自行车	自転車にのる
B-10	兴趣爱好	楽しむ・学ぶ
B-11-1	紧急时应采取的措施	緊急のときの対応
B-11-2	防备自然灾害	自然災害に備えて
C-1	市内的文化运动设施	草加市内の文化・運動施設
C-2	咨询处	困ったときの相談窓口

草加市指南

B-8
国民年金和厚生年金

国民年金と厚生年金

＊このシリーズはやさしい日本語で書かれています。
＊草加市にお住いの方の情報です。

B-8　国民年金和厚生年金

国民年金是利用加入者所交纳的保险费和国家的出资，在重伤、重病以及老年后生活得以保障的一种互助制度。加入厚生年金（工作单位的年金保险）的人也自动加入国民年金。因手续是由工作单位办理，所以个人无须办手续。关于厚生年金所保障的内容请向工作单位询问。

１．国民年金的内容

① 在日本居住的２０岁以上到６０岁末满的所有人必须加入。

② 根据所缴纳保险金的期间，从 65 岁开始可以领取“老龄基础年金”。（加入期间未满 10 年的人请咨询）。

③ 加入者因事故、生病等致残时，可以领取 “障害基础年金”。（因２０岁以前的事故、生病等原因致残时，同样可领取。）

④ 如加入者死亡，被扶养（靠加入者的收入生活）的遗留家属（有孩子的妻子或孩子）可领 “遗族基础年金”。

<关于保险费>

①可以在市役所保険年金課或越谷年金事务所申请加入。
月额是 17920 日元。（2026 年度现在 每年 4 月份改定）
②保险费加入者完全同额。凭日本年金机构邮寄来的付款单在规定的时期内支付。

※　详细情况请问询保险年金课
草加市役所 保险年金课　048-922-1596

B-8　国民年金と厚生年金

国民年金は、加入している人が納める保険料と国が出すお金で、体が不自由になるほどの病気になったときやケガをしたときや、年をとったときにお互いの生活を支えあう制度です。

厚生年金(職場の年金保険)に入っている人は、自動的に国民年金にも加入することになっています。職場で手続きをしてくれるので、自分で手続きをする必要はありません。厚生年金で保障される内容は、職場で聞いてみましょう。

１．国民年金の内容

①日本に住んでいる 20歳以上60歳未満のすべての人が加入しなければなりません。

②保険料を支払った期間に応じて、６５歳より「老齢基礎年金」が支給されます。（加入期間が 10年以下の場合はご相談ください。）

③加入している人が事故や病気で障害が残ったときは「障害基礎年金」をもらうことができます。（20歳以前の事故や病気がもとで、障害が残ったときも同様です。）

④加入していた人がなくなったときは、扶養されていた（加入していた人のお金で生活していた）遺族（子のある妻または子）が「遺族基礎年金」を受けることができます。

＜保険料について＞

① 加入は市役所保険年金課または越谷年金事務所で行います。
月額￥17,920円です。（令和8年度現在 毎年4月に改定）

②保険料は加入者全員同額です。日本年金機構から送られてくる納付書で決められた期間に払います。

※ 詳細については、保険年金課へお問い合わせください。
草加市役所 保険年金課　048-922-1596

２．退出时的退出金

①满足下列条件者，在退出时可领取根据所交的保险费期间而定的一次性退出金。

・无日本国籍。
・原则上缴纳了 6 个月以上的保险费。
・　没有加入到 10 年，没有领取老年基础年金的资格。
・　提交了迁出报告离开了日本的人
・　从来不曾拥有领取年金（包括残疾人补助金）的权利。

②申请手续

・出国后 2 年之内办理手续。
・离开日本前，到越谷年金事务所领取「脱退一時金裁定請求書」即“退出金裁定申请书”。
・离开日本后，将填写好的“退出金裁定申请书”、年金手册、护照复印件、银行帐号（明确是申请人本人的名义）的复印件一起邮寄到日本年金机构本部。银行账号是外国的也可以。

《咨询处》　越谷年金事务所　电话　048-960-1190（总机）
〒343-8585　　越谷市弥生町 16-1
越谷ツインシティＢシティ 3Ｆ

日本年金机构
年金专线　　电话　　03-6700-1165
〒168-8505 東京都杉並区高井戸西 3 丁目 5 番 24 号

２．「脱退一時金」

①次のすべての条件に当てはまる人は納付期間に応じた脱退一時金がもらえます。

・日本国籍を有していない。
・原則として、保険料を 6ヶ月以上納めている。
・10年加入していなくて、老齢基礎年金を受け取る資格がない。
・転出届を出して出国した人
・年金（障害手当金を含む）を受ける権利を有したことがない。

②申請手続き

・出国してから 2年以内に手続きを行ってください。
・日本を出国する前に、越谷年金事務所で「脱退一時金裁定請求書」をもらいます。
・日本を出国してから、「脱退一時金裁定請求書」に必要なことを書いて、年金手帳、パスポートのコピー、銀行口座(請求者本人の口座名義であることが分かるもの）のコピーと一緒に日本年金機構本部に送ります。銀行口座は日本国外のものでも振り込み可能です。

《問い合わせ》　越谷年金事務所　電話　048-960-1190(代表)
〒343-8585　越谷市弥生町16-1
越谷ツインシティＢシティ 3Ｆ

日本年金機構
「ねんきんダイヤル」電話　03-6700-1165
〒168-8505東京都杉並区高井戸西３丁目５番２４号