

練馬区から国外へ転出される方へ

1 マイナンバーカードをお持ちの方

マイナンバーカードの「国外継続利用」の手続きをお願いします（日本国籍の方のみ手続きできます。）。

【受付場所】 区内6か所の区民事務所の窓口 ※郵送等では手続きできません。

【受付時間】 平日の午前8時30分から午後4時まで

【必要なもの】 国外転出する方のマイナンバーカード

※国外継続利用申請は、転出予定日の前日までに行ってください。

※電子証明書が必要な方は、国外継続利用と同時に申請できます。本人以外が手続きをするときは委任状が必要です。

※国外継続利用の手続きをしない場合（外国籍の方を含む）

転出届出時にマイナンバーカードを持参し返納届の手続きができます。返納届の手続きをしなかった方が、帰国して日本国内に住所を定めたときにマイナンバーカードを紛失していた場合、改めて交付を受ける際に、手数料1,000円がかかります。

2 国外からマイナンバーカードの申請を行う方（日本国籍の方のみ手続きできます）

原則オンライン申請になります。専用のサイトからご申請ください。



3 転出届をした後の各種証明書の取得について

○転出届を出すと、コンビニ・証明書発行機・郵便局では各種証明書を取得できなくなります。

区民事務所の窓口または郵送でご請求ください。マイナンバーカードの国外継続利用手続きをしたときも同様です。

○印鑑登録証明書は、転出予定日の前日まで区民事務所の窓口でのみ請求できます。

【必要なもの】 「パスポート」および「印鑑登録証（カード）」

※転出予定日以降は、窓口でも印鑑登録証明書の交付ができません。

○印鑑登録証（カード）はご自分で裁断のうえ廃棄するか、区民事務所へご返却ください。

○国外においては印鑑登録証明書の代わりに「サイン証明」の交付を受けることができる場合があります。詳しくは、現地にある日本の在外大使館・領事館等にお問合せください。

4 国民年金について

国外へ転出をされると、国民年金の資格は転出日の翌日で喪失となります。

【日本国籍の方】20歳以上65歳未満の方（2号・3号被保険者除く）で任意加入を希望する方は、転出届の際にお申し出ください。なお、任意加入した方が帰国し、国内に住居登録をしたときは短期間であっても国民年金加入手続きが必要となります。

【外国籍の方】国民年金または厚生年金保険料を6か月以上納められた方の脱退一時金については、練馬年金事務所（03-3904-5491）へお問合せください。

5 国民健康保険・後期高齢者医療制度・介護保険について

国外へ転出されると、転出日の翌日で資格喪失となりますので、資格確認書（お持ちの方のみ）はお返しください。

納期限を過ぎた保険料は、転出前にご納付ください。なお、転出月の保険料は再計算・精算が必要ですので、必ず出国前に以下の各担当窓口にご連絡ください。精算完了が出国後になることがありますので、あらかじめ国内の代理人もお届けください。（国民健康保険：03-5984-4554、後期高齢者医療制度：03-5984-4588、介護保険：03-5984-4592）

6 住民税等（特別区民税・都民税・森林環境税、軽自動車税）について

転出後に、本人に代わって納税通知書を受け取り、納付する納税管理人の届出が必要となりますので、税務課区税第一～第四係（03-5984-4537）にご連絡ください。

現時点で未納の税額がある方は、転出前にご納付ください。納付できない方は、区役所本庁舎4階収納課または収納課納付案内センター（03-5984-4547）にご相談ください。

7 児童手当を受給している方

受給者（父母等）が国外転出するときは、練馬区内に居住する児童の保護者に受給者を変更する必要があります。転出予定日（転出届記載の異動年月日）の翌日から15日以内に手続きをしてください。

なお、児童のみが国外転出する場合は、留学等の場合を除き児童手当の対象外となります。詳しくは、区HPをご覧ください。



8 ㊦・㊧・㊨の医療証をお持ちの方

医療証に記載の保護者（父母等）が国外転出するときは、保護者変更等の手続きが必要です。

なお、児童が国外転出する場合は、㊦・㊧・㊨の医療証の対象外となりますので、医療証を窓口または郵送でお返しく下さい。詳しくは、区HPをご覧ください。



9 国外での選挙について（出国時申請）

国外で日本の国政選挙に投票するには、在外選挙人名簿への登録の申請が必要です。転出届に記載した転出予定日まで、選挙管理委員会の窓口で申請ができます。

詳しくは、窓口配布のお知らせまたは区HPをご覧ください。



10 外国人住民の方が国外転出される場合の注意点（再入国許可について）

現在の在留資格で再入国の予定がある方は、再入国許可を受けてから出国してください。

再入国許可を受けずに出国すると、現在の在留資格が失効します。詳しくは、外国人在留総合インフォメーションセンターTel0570-013904へお問合せください。

国外から練馬区へ転入する場合の手続きについて

国外から帰国（または再入国）して日本国内に住所を定める場合は、転入の手続きが必要です。

※一時帰国する場合や外国籍の方で「3月以下の在留期間」「短期滞在の在留資格」の方は除きます。

国外から練馬区へ転入する際は、他自治体への確認等が必要なため、平日のできるだけ早い時間にお越しください。

【国外から練馬区への転入届に必要な書類】令和8年7月現在の情報です。

□<日本国籍の方と外国籍の方に共通して必要なもの>

- ・届出をする（窓口に来る）方の本人確認書類（運転免許証、在留カード、特別永住者証明書など）
- ・転入する方全員のパスポート(※)
- ・お持ちであれば、マイナンバーカード
- ・基礎年金番号通知書、年金手帳等（帰国時、国民年金に加入する方、または任意加入中の方）
- ・委任状（届出をする（窓口に来る）方が転入者と異なる世帯の場合）

※【パスポートの帰国（入国）日の確認について】

自動化ゲート等により、帰国（入国）印がパスポートに押印されていない場合は、空港でパスポートに帰国（入国）印を押印してもらうか、帰国日が記入されている飛行機の搭乗券の半券等をお持ちください。

□<日本国籍の方で必要なもの>

- ・戸籍謄（抄）本および戸籍の附票
※謄本は全部の写し、抄本は一部の写しです。附票とは、住所の異動履歴が記載されているものです。
※ご持参のない場合は、区が本籍地に問い合わせをしますので、転入する方全員の本籍・筆頭者を正確にお申し出ください。問い合わせにはお時間がかかりますので、お時間に余裕を持ってお越しください。本籍地への確認がとれなかった場合は、再来所が必要になりますので、ご了承ください。
※本籍が練馬区の方は、練馬区で確認できるため持参不要です。（本籍と筆頭者のお申出は必要です。）
- ・住民票の除票（旧氏が併記されていた方のみ）
国外転出時に住民票に併記されていた旧氏を、転入先の住民票に引き続き併記を希望する場合は、旧氏が併記された国外転出時の除票の写しをご持参ください。

□<外国籍の方で必要なもの>

- ・転入する方全員の在留カードまたは特別永住者証明書
- ・世帯主との続柄が確認できる書類および訳文