



くにたち国保だより

編集・発行

国立市健康福祉部保険年金課国民健康保険係
〒186-8501 国立市富士見台 2-47-1
Tel:042-576-2124(直通) Fax:042-576-0264
Email:sec_hokennenkin@city.kunitachi.lg.jp

各紙面の
注目記事

2面
・健康診査を受けていますか?
・熱中症に気をつけましょう!

3面
国立市内
医療機関マップ

4面
令和5年度の
国民健康保険税
について

国民健康保険の加入・脱退の手続きはお済みですか?

日本では、すべての人が安心して医療を受けられるように、以下の3つの公的医療保険のうち、いずれかに加入する必要があります(国民皆保険制度)。医療保険には重複して加入できません。加入している医療保険から別の医療保険に変更となる場合は、切り替え手続きが必要です。詳細は市 **HP** をご覧ください。

あなたが加入している医療保険はどれですか?

保険の種類	①被用者保険	②後期高齢者医療保険	③国民健康保険
加入する方	会社員や公務員等の被用者とその扶養家族	75歳以上の方	農家や自営業者等で、左記①②の保険に未加入の方

※①③の医療保険に加入している方は75歳になると、本人の手続きなしで自動的に②の医療保険に切り替わります。
75歳到達後は、①と③の保険証を使用することはできません。

～よくある手続き忘れ～

- (1)新たに就職し勤務先の医療保険に加入したが、国民健康保険からの脱退手続きをしていない
→勤務先の健康保険証と国民健康保険証を持って、国民健康保険係の窓口での手続きが必要です(郵送でも手続きできます)。
- (2)会社を退職し勤務先の医療保険を脱退したが、その後、どの医療保険にも加入していない
→いずれかの医療保険に加入していなければならぬため、国民健康保険への加入手続きが必要です。
医療保険の資格喪失日や退職日がわかる書類を持参し、国民健康保険係の窓口での手続きが必要です。

～手続きをしないでいると～

- 上記(1)の場合：切り替え手続きをせずに、国立市国民健康保険証を使用して医療機関を受診すると、後日、その期間の医療費を国立市に返還することになります。また、勤務先の保険と国民健康保険とで、二重に保険税(料)がかかることになります。
- 上記(2)の場合：無保険であるため、医療機関で受診する場合、10割負担となります。

大切なお知らせです! 8月は高齢受給者証・限度額適用認定証の更新月です

8月からの受給者証・認定証について

70歳以上の方

高齢受給者証

自動的に更新されます。7月末までにお手元に届くよう発送します。

限度額適用認定証

6月に郵送した申請書を提出済みの方は7月末までにお手元に届くよう発送します。

70歳未満の方

限度額適用認定証

7月上旬に申請の案内を郵送します。
郵送による申請の場合は、届き次第順次発送します。窓口での申請の場合は、原則即日交付します。窓口の混雑緩和のために、郵送による申請をご検討ください。

郵便事情により、お届けが7月末ごろになる可能性があります。お急ぎの場合は事前に **問** までご連絡ください。

よくあるお問い合わせ

- Q. 限度額適用認定証は必ず申請する必要がありますか?
A. 入院・手術等で、医療機関からの請求が高額になる場合、あらかじめ限度額適用認定証を提示すれば、窓口負担が自己負担限度額までとなります。申請は随時受け付けますので、継続的に高額な医療費が発生していない場合など、必ずしもすぐに申請しないといけない訳ではありません。
- Q. 限度額適用認定証が交付されない場合があるのですか?
A. 下記の場合は交付されません。
▶同一世帯の国民健康保険加入者に令和4年度住民税の申告がない方がいる場合。
▶前年度以前の国民健康保険税に未納がある場合。
※70歳以上の方で、自己負担限度額の区分が「一般」および「現役並所得Ⅲ」に該当する場合は、限度額適用認定証の申請は必要ありません。交付要件に該当するか不明な場合は、**問** までご相談ください。

問 保険年金課国民健康保険係 **TEL** 576-2124 (直通)

4月1日以降の出産について、
「**出産育児一時金**」が増額されました!

支給額 42万円 → **50万円**

※申請方法は、今までどおりで変更はありません。



～今年は、国民健康保険の**保険証の更新**があります!～

現在使用している保険証の有効期限日は、令和5年9月30日(土)です。10月1日(日)以降の新しい保険証は、9月中旬に世帯主宛に郵送します。
※国民健康保険係の窓口で直接受け取りを希望する方は、市報8月5日号に掲載する受け取り方法をご覧ください。



皆さん、健康診査を受けていますか？

この3年間、新型コロナウイルス感染症の影響で健康診査を受ける機会を逃した方も多くいるのではないのでしょうか。

これからも元気に過ごすために、今の自分の体の状態を知ることから始めましょう。

40歳以上の国民健康保険加入者が受けられる「特定健診」の市内対応医療機関をご案内します。

自宅の近くの医療機関を確認してみましょう！

令和4年度の国立市特定健診の受診率は**43%**、コロナ前に比べ**5%減**！！
約**6,000人**の方が、健診を受けていません。

特定健診

無料

年度内40歳以上の国民健康保険加入者に、誕生月に合わせて令和5年度の特定健診の受診券を郵送しています。

年度途中で国民健康保険に加入した方は、個別で受診券を発行しますので、**問**までご連絡をお願いします。

※特定健診を受診した方は、人間ドックの一部助成の適用はありません。



問 健康まちづくり戦略室保健センター
TEL 572-6111

人間ドック

国民健康保険加入者を対象に、人間ドック利用料金の一部助成を行っています。40歳未満の方も利用できます。

申込方法

1. 国立市が契約している検査機関に予約
2. **事前(検査日の10日前まで)**に国民健康保険係窓口で申請し、利用券を受け取る
※保険証を持参してください。
3. 検査当日、検査機関へ利用券を提出し、受診
※助成後の差額を窓口でお支払いください。

令和5年度の受診期間は令和6年2月29日(木)までです。検査項目・自己負担額は検査機関によって異なります。

詳細は国民健康保険係で利用案内を配布しています。

市 **HP**からもご覧いただけます。

問 申請先 保険年金課国民健康保険係
(市役所1階**11**番窓口)

自己負担あり
一部助成
(2万円)



熱中症に気をつけましょう！

気温の高い日が続くこれからの時期は、熱中症の予防対策が必要です。

暑さに対する抵抗力には個人差がありますが、熱中症は幅広い年代層でおきる可能性があります。

乳幼児、高齢の方には特に注意が必要です。

暑さを避けましょう

- 涼しい服装、日傘や帽子
- 少しでも体調が悪くなったら、涼しい場所へ移動
- 涼しい室内に入れなければ、外でも日陰へ



のどが渴いていなくてもこまめに水分補給をしましょう

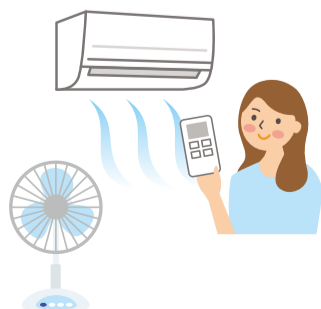
- 1日あたり**1.2L**を目安に
- 大量に汗をかいた時は**塩分**も忘れずに



エアコン使用中もこまめに換気をしましょう

注意 一般的な家庭用エアコンは、室内の空気を循環させるだけで、換気は行っていません

- 窓とドアなど**2カ所**を開ける
- 扇風機や換気扇を併用する
- 換気後は、エアコンの温度をこまめに再設定



暑さに備えた体づくりと日ごろからの体調管理をしましょう

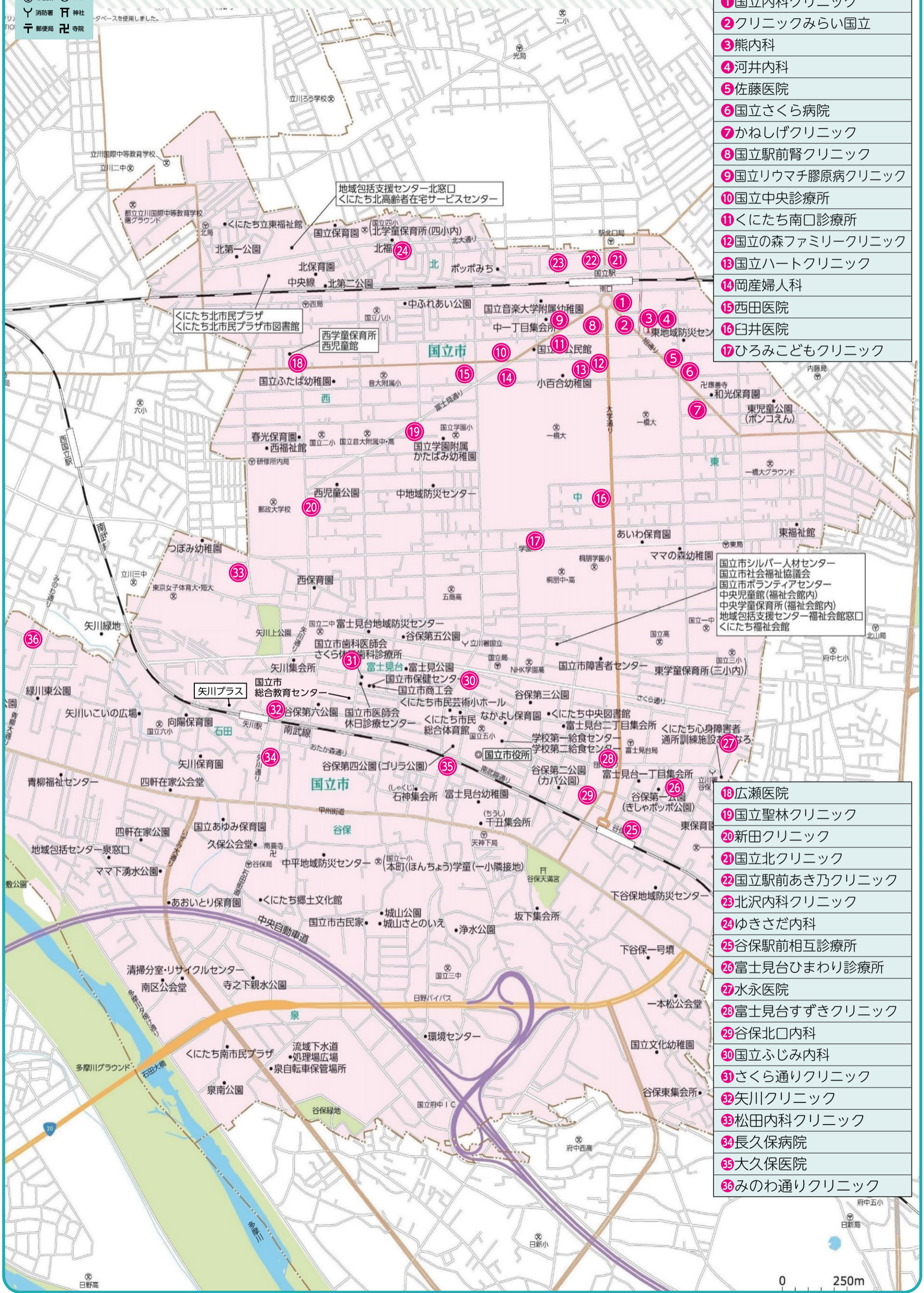
- 暑さに備え、暑くなり始めの時期から、無理のない範囲で**適度に運動**(「やや熱い環境」で「ややきつい」と感じる強度で**毎日30分程度**)
- 毎朝など、定時の体温測定と**健康チェック**
- 体調が悪い時は、無理せず**自宅で静養**



国立市内 特定健診を受けられる医療機関マップ

記号

- 市役所
- ⊗ 学校
- ✕ 消防署
- 〒 郵便局
- ⌘ 神社
- ⌘ 寺院



- 1 国立内科クリニック
- 2 クリニックみらい国立
- 3 熊内科
- 4 河井内科
- 5 佐藤医院
- 6 国立さくら病院
- 7 かねしげクリニック
- 8 国立駅前腎クリニック
- 9 国立リウマチ膠原病クリニック
- 10 国立中央診療所
- 11 くにたち南口診療所
- 12 国立の森ファミリークリニック
- 13 国立ハートクリニック
- 14 岡産婦人科
- 15 西田医院
- 16 臼井医院
- 17 ひろみこどもクリニック

- 国立市シルバー人材センター
- 国立市社会福祉協議会
- 国立市ボランティアセンター
- 中央児童館(福祉会館内)
- 中央児童館(福祉会館内)
- 地域包括支援センター福祉会館窓口
- くにたち福祉会館

- 18 広瀬医院
- 19 国立聖林クリニック
- 20 新田クリニック
- 21 国立北クリニック
- 22 国立駅前あき乃クリニック
- 23 北沢内科クリニック
- 24 ゆきさだ内科
- 25 谷保駅前相互診療所
- 26 富士見台ひまわり診療所
- 27 水永医院
- 28 富士見台すずきクリニック
- 29 谷保北口内科
- 30 国立ふじみ内科
- 31 さくら通りクリニック
- 32 矢川クリニック
- 33 松田内科クリニック
- 34 長久保病院
- 35 大久保医院
- 36 みのわ通りクリニック

令和5年度国民健康保険税納税通知書を郵送します

令和5年度国民健康保険税納税通知書は7月中旬以降に郵送予定です。下旬になっても届かなかつたり、すでに別の健康保険に加入している場合などは、国民健康保険係(☎576-2124)までご連絡ください。

なお、下記①②のとおり、課税限度額の改定および均等割額の軽減判定所得基準の見直しが行われています。

詳細は市HPをご覧ください。

①課税限度額の引上げ ～総額2万円の引上げ～

	医療給付分	後期高齢者支援金等分	介護納付金分	計
改定前	65万円	20万円	17万円	102万円
改定後	65万円	22万円	17万円	104万円

※保険税率の改定はありません。

※介護納付金分は、40歳～64歳の被保険者が対象。

②均等割額の軽減判定所得基準の見直し ～軽減対象範囲の拡大～

軽減割合	(変更前) 軽減対象所得範囲	(変更後) 軽減対象所得範囲
7割	43万円以下	変更なし
5割	43万円+28.5万円×被保険者数+10万円×(給与所得者等の数-1)	43万円+29万円×被保険者数+10万円×(給与所得者等の数-1)
2割	43万円+52万円×被保険者数+10万円×(給与所得者等の数-1)	43万円+53.5万円×被保険者数+10万円×(給与所得者等の数-1)

※被保険者数には、同じ世帯の中で国民健康保険被保険者から後期高齢者医療被保険者に移行した者を含む。

国民健康保険税の軽減・減免について

国民健康保険税には、世帯の状況に応じた軽減・減免制度があります。所得や年齢要件によって自動的に軽減等がされることもありますが、申請が必要な場合もありますのでご注意ください(②～④の軽減・減免は、申請が必要です)。

①所得が少ない世帯への軽減

世帯主および被保険者の軽減判定所得が、下表の範囲内の世帯は、保険税の均等割額が自動的に軽減されます。

軽減対象所得範囲	軽減割合
43万円+10万円×(給与所得者等の数-1)	7割軽減
43万円+29万円×被保険者数+10万円×(給与所得者等の数-1)	5割軽減
43万円+53.5万円×被保険者数+10万円×(給与所得者等の数-1)	2割軽減

※所得の申告をしていない方は、上記軽減の対象外です。

前年の所得がなかった方(被扶養者を除く)も、課税課市民税係で、無所得の申告をしてください。

②生活困窮等による保険税の減免

災害(火災、震災等)や生活困窮など特別の事情があり、あらゆる資産の活用を図ったにもかかわらず、保険税の支払いが著しく困難と認められる場合は、申請により保険税の所得割が減免される場合があります。

※納期限を過ぎた税額および保険税の均等割は減免の対象外です。ご注意ください。

③非自発的失業者にかかる保険税の軽減

非自発的な理由により離職した方が、一定の要件を満たした場

合に、給与所得を100分の30として保険税の所得割が算定されます。

対象者・失業時の年齢が65歳未満の方

・雇用保険の受給資格者であって、「特定受給資格者」または「特定理由離職者」である方

※申請には、ハローワークで発行される雇用保険受給資格者証(雇用保険受給資格通知でも可)が必要となるため、非自発的失業であっても、雇用保険受給申請をしていない方は対象外です。

④旧被扶養者であった方の保険税の減免

勤務先の健康保険に加入していた方が、75歳になり後期高齢者医療保険に加入したことで、その方の健康保険の被扶養者であった方(65歳以上74歳未満)が、新たに国民健康保険に加入する場合、申請により保険税の所得割額が免除されるとともに、均等割額が5割軽減されます。

※均等割額の軽減は、加入から2年間に限ります。

⑤未就学児にかかる保険税の軽減

課税年度の年度末時点における未就学児にかかる保険税の均等割額について、5割軽減となります。

※①の軽減に該当する世帯の未就学児は、①の軽減後からさらに5割軽減。

★新型コロナウイルスの影響による保険税減免等の制度廃止について

新型コロナウイルスの感染症法上の位置づけが、2類相当から5類に移行したことに伴い、新型コロナウイルスの影響による保険税の減免および傷病手当金の支給制度を終了します。

【保険税の減免】

新型コロナウイルスの影響により前年の収入と比較して30%超の減少見込みがある場合の国民健康保険税の減免は令和4年度国民健康保険税までで終了し、令和5年度からは新型コロナウイルスの影響を理由とした保険税減免は実施しません。その他の減免制度については、上記をご覧ください。

【傷病手当金】

国立市国民健康保険の被保険者で、かつ企業等の事業主に雇用されている被用者(給与所得者)のうち、新型コロナウイルスの感染等により労務に服することができず、その期間の給与を受けられなかった者に対して傷病手当金を支給していましたが、令和5年5月8日以降に感染または発熱等の症状が発生した場合について、支給の対象外となりました。

※遡っての申請はできますので、下記に該当する方は申請期限までに申請をしてください。

対象 5月7日までに新型コロナウイルスに感染、または発熱等の症状が発生し、労務に服することができなかった被保険者

申請方法 市HPをご覧ください。直接国民健康保険係までお問い合わせください。

※申請期限は、療養のため労務に服することができなかった日の翌日から2年間です。ご注意ください。