



じょうりんちゃん

お問い合わせは 国保医療課 (〒610-0195 城陽市寺田東ノ口16・17 ☎(56)4038 FAX(56)3999)へ

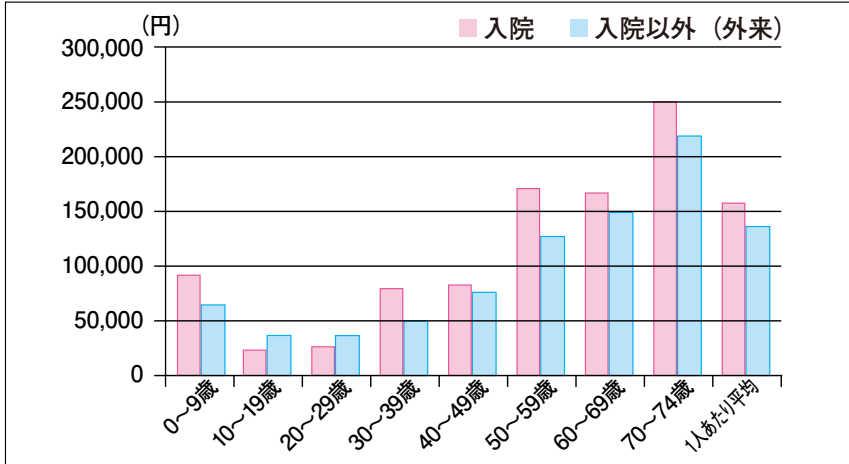
## みなさんの健康と医療を守る国保

国民健康保険(国保)は、被保険者のみなさんが病気やケガをしたときに備えて、安心して医療が受けられるよう、お互いが助け合って医療費を負担し合う、最も身近な医療保険です。国保の運営は、被保険者の国民健康保険料(国保料)と、国・府・市の負担金などで賄われています。

### 1人当たりの国保医療費

本市の平成29年度の国保医療費は83億9千5百万円、国保被保険者数は、平均1万9650人となっています。図1は平成29年度の1人当たりの医療費の状況です。1年間にかかる被保険者1人当たりの医療費の平均は、入

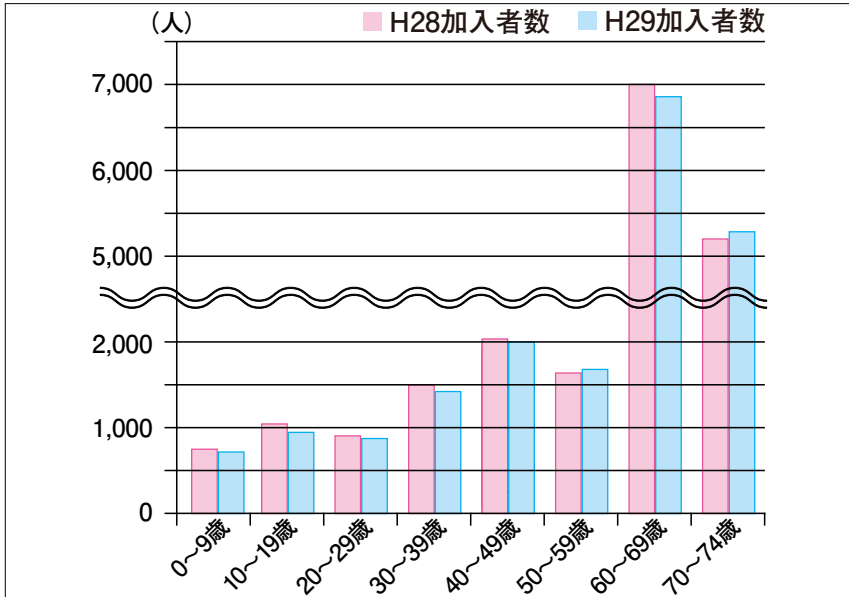
図1 1人当たりの国保医療費(平成29年度)



### 被保険者数の推移

図2は被保険者数の状況です。全市民のうち、約25パーセント(平成29年度末)の人が国

図2 被保険者数の推移



### 医療費と負担

院で16万4千円、入院以外で13万9千円となっています。年齢階層別では、いずれも70歳以上が最も高くなっています。

保に加入しています。また、被保険者のうち約60パーセントが60歳以上の市民で構成されています。

被保険者は医療機関の窓口で、医療費の3割(小学校入学前は2割、70歳以上は1割)を負担し、残り

を国保が負担します。平成29年度に国保で負担した金額は83億9563万円で、その21・8パーセントを被保険者の国保料で負担しています。

### かかりつけ医をもちましよう

かかりつけ医とは、病歴や健康状態などを把握して健康管理全般のアドバイスをしてくれる医師のことです。気になる症状があれば、まずかかりつけ医に相談し、必要に応じてかかりつけ医から適切な医療機関を紹介してもらいましょう。



### 医療機関の適正受診にご協力ください

医療機関を受診するときの一人一人の心掛けが、医療費と自己負担分の節減につながります。みなさんに心掛けていただきたいポイントを紹介します。

#### 重複受診はやめましよう

同じ病気で複数の医療機関を紹介なく受診することを重複受診といいます。その都度初診料がかかり医療費が増加するだけでなく、何度も検査や処置・投薬などを受けることにより体に負担がかかる可能性もあります。まずはかかりつけ医に相談し、必要な場合はかかりつけ医から適切な医療機関の紹介を受けてください。

#### 「治療」の前に「予防」を

病気を未然に防ぐため、また、病気を早期発見し、早期治療するためにも、年に1回健康診断を受けましょう。

#### 休日や夜間の受診は控えましよう

休日や夜間の救急医療機関は、本来緊急性の高い患者さんのためのものです。「待ち時間が短いから」などの安易な理由で休日や夜間に救急医療機関を受診すると、医療費が高く設定されているだけでなく、緊急性の高い重症の患者さんの治療に支障をきたしてしまうこともあります。急病

国保では、40歳以上の人を対象に、生活習慣病に重点を置いた特定健診を毎年無料で実施しています。平成30年度は6月から10月に実施しました。今年度受診できなかった人は来年度に受診しましょう。実施時期については5月下旬に、対象者にハガキでご案内します。

ジェネリック医薬品を使いましよう

### 特定保健指導を実施中

平成30年6月～10月まで実施した特定健康診査を受診した人や市国保の補助を受けて人間ドックを受診した人で、健康診査などの結果から保健指導が必要と判定された人に、後日、市から「特定保健指導」の案内をお送りしています。生活習慣の改善のために積極的にご参加ください。

また、保健センターで健康相談(要予約)も実施しています。特定保健指導に該当しない人でもお気軽にご相談ください。◎健康相談のお問い合わせは、保健センター☎(55)1111へ

### 国保加入の届出は14日以内に!!

他の健康保険の資格喪失後14日以内に届出がないと、届出日からしか保険の給付が受けられませんのでご注意ください。

### 柔道整復師の正しいかかり方

柔道整復師(整骨院・接骨院)は医師ではないため、施術の行為が限定されています。また、保険証が使えない場合と使えない場合がありますので、次の内容を参考に受診してください。

- 外傷性(ねんざ、打撲)
- 医師の同意がある場合または応急処置である場合の骨折、脱臼の施術
- 保険証が使えない場合
- 日常生活における単純な肩凝り、腰痛など
- 病気による凝りや痛み
- 症状の改善がみられない長期の施術
- スポーツなどによる肉体的疲労改善のための施術

図3 自己負担限度額  
○70歳未満の人の場合

所得区分	総所得金額等(※2)	(月額)	
		3回目まで	4回目以降(※3)
上位所得者(※1)	901万円超	252,600円+(医療費-842,000円)×1% (多数回 140,100円 ※5)	140,100円
	600万円超901万円以下	167,400円+(医療費-558,000円)×1% (多数回 93,000円 ※5)	93,000円
一般	210万円超600万円以下	80,100円+(医療費-267,000円)×1% (多数回 44,400円 ※5)	44,400円
	210万円以下	57,600円	44,400円
住民税非課税世帯		35,400円	24,600円

○70歳以上の人の場合

所得区分	(月額)	
	外来(個人ごと)	外来+入院(世帯ごと)
現役並み	Ⅲ 課税所得690万以上	252,600円+(医療費-842,000円)×1% (多数回 140,100円 ※5)
	Ⅱ 課税所得380万以上	167,400円+(医療費-558,000円)×1% (多数回 93,000円 ※5)
	Ⅰ 課税所得145万以上	80,100円+(医療費-267,000円)×1% (多数回 44,400円 ※5)
一般	課税所得145万円未満の人(※4)	18,000円 <年間上限144,000円>
	Ⅱ 住民税非課税世帯	57,600円 <多数回44,400円※5>
低所得者	Ⅱ 住民税非課税世帯	24,600円
	Ⅰ 住民税非課税世帯(年収入80万円以下など)	8,000円
		15,000円

※1 所得の申告がない場合は、901万円超の限度額が適用されます  
 ※2 国民健康保険料の算定の基礎となる基礎控除後の「総所得金額等」  
 ※3 過去12カ月で、一つの世帯での支給が4回以上あった場合  
 ※4 世帯収入の合計が520万円未満(1人世帯の場合は383万円未満)の場合や、「基礎控除後の総所得金額等」の合計額が210万円以下の場合も含まれます  
 ※5 過去12カ月以内に3回以上、上限額に達した場合は、4回目から「多数回」該当となり、上限額が下がります

高額療養費の申請について

1カ月の窓口負担での合計額が自己負担限度額を超えたとき、その超えた金額が、高額療養費として支給されます。

70歳未満の人と70歳以上の人とで自己負担限度額が異なり、その限度額は図3のとおりです。

この支給を受けるためには申請が必要です。▼申請に必要なもの

- ・被保険者証
  - ・はんこ
  - ・領収書
  - ・振込先の分かるもの(通帳など)
- 申請には、お支払いされた金額の確認が必要となるため、全ての領収書を必ず持参してください。※該当する

見込みの支払いがある場合で、高額療養費の申請の前に他の申請に領収書の原本を提出される時は必ず写しを保管しておいてください

国民健康保険限度額適用・標準負担額減額認定証の申請について

70歳未満の人と70歳以上で現役並所得者Ⅱ・Ⅰ、低所得者Ⅱ・Ⅰの区分の人は、治療費が自己負担限度額までとなる「限度額適用認定証」を交付しますので、必要な場合は手続きをお願いします。

▼申請に必要なもの  
 ・被保険者証  
 ・はんこ  
 70歳以上で現役並み所得者Ⅲ、一般の人は「高齢受給者証」により限度額が自動的に適用されます。

国保料は必ず期日までに納めましょう

国保料の納付は口座振替で

口座振替(自動払い込み)を新規申込・変更する場合は、「口座振替依頼書」を、新たにご利用になる市の取扱金融機関などの窓口へ提出してください(廃止の場合は、現在利用されている金融機関などの窓口で手続きをお願いします)。

また、市役所窓口にて「Paypass(ペイジー)口座振替受付サービス」を行っています。金融機関のキャッシュカードを使い、口座届出印なしで口座振替の申込ができるサービス

特別徴収(年金からの天引き)により国保料を納めていただいている人は、金融機関への届出後、国保医療課窓口への届出により、国保料の支払方法を口座振替に変更することができます。

支払方法の変更について

1月末日までに届け出

国保料を滞納すると、納付状況に応じて有効期間が3カ月・6カ月・12カ月などに限定される「短期被保険者証」の交付になります。この短期被保険者証の有効期間が切れるときは、更新の通知と国保料納付のお願いを送付しますが、納付が困難な場合には京都府地方税機構「(46)6568」に相談していただくこととなります。なお、国保料が未納で被保険者証の有効期間が切れていても国保の資格はありますが、医療機関にかかる

国保料を滞納すると

た場合、4月支給分の年金からの天引きを中止できます。

▼届出に必要なもの

- ①金融機関への届出
- ・通帳、通帳届出印
- ・被保険者証または国民健康保険料納入決定(または変更)通知書
- ②国保医療課への届出
- ・被保険者証
- ・印かん
- ・口座振替依頼書控え

国保料の減免

国保料の納付が困難なときは必ず事前に、国保医療課窓口でご相談ください。

また、災害やその他特別な事情がないのに納期限から1年以上国保料を滞納すると、「被保険者資格証明書」の交付になります。資格証明書の交付を受けること、医療費はいったん全額自己負担となります。どうしても国保料の納付が困難な場合は、お早めに国保医療課窓口でご相談ください。

交通事故などは届出を

交通事故などの第三者の行為が原因でケガや病気になった時、国保の被保険者証を使って医療を受ける場合は、「第三者行為による傷病届」を提出してください。

国保医療課へ届け出る前に示談をした場合は、その取り決めが優先され、国保が使えなくなりますので、必ず示談をする前に届出をしてください。

医療費は、国保でいったん支払い、後で市から加害者に請求を行います。

非自発的失業者の国保料

会社の倒産や解雇などにより離職し、雇用保険を受給する人(非自発的失業者)は、申請により国保料などが軽減される場合があります(平成28年度以前は、平成28年度以前に国保料は軽減されません)。

失業給付等受給資格者で、今年の所得が前年所得に比べ減少している人

○給付制限を受けている人(例:拘置所などに拘禁されている人)

○「雇用保険受給資格者証」の離職理由欄に「31・32・33・34と記載のある人

※所得の減少については、市の定める基準を満たした場合に限られます

※減免の可否については市の基準に基づき審査を行います

一部負担金の減免

国保被保険者が、特別な理由のため医療機関での一部負担金を支払うことが困難な場合は、減免できる場合があります。国保医療課窓口でご相談ください。

▼対象者:次の①~③の条件を全て満たす人

- ①平成28年3月31日以降に離職した国保加入者
- ②失業時65歳未満の人
- ③「雇用保険受給資格者証」の離職理由欄に「31・32・33・34と記載のある人

※「雇用保険特例受給資格者証」「雇用保険高齢受給資格者証」をお持ちの人は対象となりません

▼申請に必要なもの

- ・被保険者証
- ・雇用保険受給資格者証
- ・はんこ

還付金詐欺にご注意ください!

こんな電話にご注意!  
 「医療費の還付があるが申請されていない」  
 「保険料を還付したいので通知を送ったが、お返事がない」

市職員や日本年金機構職員などを名乗り、ATMから振り込みをさせる被害が発生しています。市では保険料や医療費などの還付の通知は全て文書で行い、電話で返金をお知らせすることはありません。また、ATMから返金することは絶対にありません。

不審な電話がかかってきたら、以下の点を心がけてください。

- ①慌てず、本人や関係行政機関に連絡する
  - ②振り込む前に家族に相談する
  - ③ATMに行くように言われたら詐欺かと疑う
- ※不審な電話がかかってきたら、次の関係機関にお問い合わせください

消費生活センター ☎(56)4052  
 城陽警察署 ☎(53)0110  
 国保医療課 ☎(56)4038

元気フロンティア教室を開催します!

簡単な体操で心も身体もリフレッシュしませんか?  
 日時: 3月23日(土)(予定)  
 場所: 久御山町コンベンションホール(予定)  
 対象: 市内在住の人  
 費用: 無料



詳細は今後の広報によう掲載します。たくさんのお申し込みお待ちしております