

# 限度額認定証で

医療費の窓口負担が軽減されます

国民健康保険や後期高齢者医療制度では、医療機関に支払う一部負担金が高額になる場合に減額される認定証を交付しています。入院や高額な外来診療の場合には、高額療養費として払い戻しを受ける必要がありますが、認定証を提示すれば限度額を超える分を支払う必要がなくなります。

## 新規で交付を受けるには

70歳未満の人で国民健康保険税を完納している、または70歳以上の非課税世帯で、該当する人は市役所、各支所の窓口で申請してください。

## 更新の時期が来ました

すでに交付されている限度



問市民課 ☎(50)1228

額適用・減額認定証は、7月31日(金)で有効期限が切れます。引き続き認定を受けるには8月31日(月)までに申請が必要です。

ただし、後期高齢者医療制度では、現在有効な認定証が交付されている人を継続審査し、認定された場合、更新した認定証を保険証に同封します。

ですので、申請は不要です。

## 新規・更新の手続きで必要なもの

- ◇国民健康保険または後期高齢者医療保険の保険証
- ◇過去12カ月に90日を超える長期入院をしている場合は、入院日数を確認できる領収証など
- ◇限度額適用・減額認定証(現在お持ちの人)
- ◇印鑑

日に更新されます。

新しい保険証は、7月上旬から簡易書留で郵送します。お手元に届きましたら記載内容を確認してください。

## 高齢受給者証一体型保険証

70歳から75歳到達(後期高齢者医療制度加入)までの人は、負担割合が記載された高齢受給者証一体型保険証を郵送します。

## 有効期限の過ぎた保険証

現在お持ちの保険証は、有効期限が過ぎてから、個人情報に注意して破棄するか、本庁または支所の国民健康保険担当窓口へ返却してください。

## 「保険証」の更新簡易書留で郵送します

国民健康保険・後期高齢者医療保険の保険証が、8月1

## 国民健康保険税の改正 軽減世帯を拡大・賦課限度額を改定

問税務課 ☎(50)1242

地方税法・地方税法施行令の一部改正に伴い、国民健康保険税の税制を次のとおり改定しました。7月に発送する今年度の納税通知書から変わります。

### 均等割額・平等割額の軽減世帯の拡大

所得の低い世帯に対する均等割額(一人ごとに負担をお願いする分)・平等割額(世帯ごとに負担をお願いする分)の軽減対象となる所得基準額を次のとおり改定し、国民健康保険税が軽減される対象世帯を拡大します。

#### 軽減対象となる所得基準額

	現行	改正後
2割軽減	33万円+45万円 ×被保険者数	33万円+47万円 ×被保険者数
5割軽減	33万円+24.5万円 ×被保険者数	33万円+26万円 ×被保険者数

### 賦課限度額の改定

	現行	改正後
基礎分	51万円	52万円
後期高齢者支援分	16万円	17万円
介護分	14万円	16万円

※介護分は、40歳から65歳未満の加入者が賦課対象

## 国民健康保険税の 納税通知書を7月中旬に送付します

問税務課 ☎(50)1242

7月中旬に、国民健康保険税の内訳などを記載した納税通知書(現金納付、口座振替の世帯)または税額決定通知書(年金から天引きされる世帯)を世帯主宛てに送付します。

国民健康保険税は、原則として7月から翌年2月までの8回に分けて納めていただきます。

なお、次のすべてに該当する場合は、国民健康保険税が年金から天引きとなり、個別に納める必要はありません(口座振替による選択納付の手続きをした場合を除きます)。

- 65~74歳の加入者のみで構成されている世帯
- 世帯主の年金年額が18万円以上で、国民健康保険税と介護保険料の合算額が、年金額の2分の1を超えない世帯

## 自分のからだの上手なつきあい方③

### 喫煙による身体への負担を知っていますか?

問市民課 ☎(50)1228

喫煙は、血管を収縮させるため血圧が上昇し、動脈硬化も進行しやすくなり、また、咽頭がん、肺がんなどの要因になります。1日20本以上の喫煙が血管に与えるダメージは、40kgの体重増に匹敵します。

禁煙は、いつ始めても遅くありません。禁煙に取り組むと、20分で血圧は正常値近くまで下がり、8時間で血液中の一酸化炭素レベルが正常域まで戻り、運動能力が改善します。24時間で心臓発作を発症する確率が下がり、5年で肺がんを発症する確率が半分に減ります。

吸いたい気持ちは長く続いても、3分から5分。深呼吸したり、お茶を飲んだり、対処法を用意してみてください。なかなかやめられない人は禁煙指導が受けられる禁煙外来を利用してみてはいかがでしょうか。

## 健康診査を受けましょう

問市民課 ☎(50)1228

35歳以上の国民健康保険加入者および後期高齢者医療制度加入者を対象とした健康診査を実施しています。生活習慣病を早期に発見し予防しましょう。

4月2日以降に国民健康保険・後期高齢者医療制度に加入した人で受診を希望する場合は、市民課へ連絡

### ■受診方法

集団健診(保健センターなどで受診)または個別健診(市内実施医療機関に予約して受診)

### ■持参するもの

保険証、受診票、尿(個別健診は予約時に確認してください)