

大館市

保険だ"よい

令和元年 7 月号

編集と発行 大館市 市民部 保険課 ☎43 - 7047
Eメール kokuho@city.odate.lg.jp

秋田県国民健康保険高齢受給者証	
有効期限	年 月 日
交付年月日	年 月 日
番 号	
世帯主	
住所	
氏名	
氏名	
対象保険種別	
生年月日	昭和 年 月 日
一部負担金の割合	
発効期日	年 月 日
保険者番号並びに交付者の名称及び印	05 010 7
大館市	
	

8月1日以降の一部負担金の割合は、平成30年中の収入・所得に応じて決まります。高齢受給者証の「一部負担金の割合」に記載されていますので、ご確認ください。

自分がどの負担割合に該当するかは、下記の表を参考にしてください。

負担割合をご確認ください

70歳から74歳の国保加入者には、医療機関を受診する際に、保険証と一緒に一部負担金（医療費自己負担分）の割合を示す「国民健康保険高齡受給者証」を提示してもらっています。

現在お持ちの高齡受給者証の有効期限が7月31日となっているかたには、新しい高齡受給者証を7月下旬に郵送します。8月1日からは、新しい高齡受給者証をお使いください。

8月1日からの

新しい高齢受給者証をお送りします

負担割合	
現役並み所得のかた	2割
現役並み所得のかた	3割

※現役並み所得のかたについての詳細は、2ページをご覧ください。



注意

● 高齢受給者証は

世帯主あてに郵送します

高齡受給者証は、世帯主の宛名で郵送します。世帯主が高齡受給者証の交付対象者ではない世帯はご注意ください。

・お誕生日が昭和19年8月1日以前のかたには郵送されません

お誕生日が昭和19年8月1日以前のかたは、8月1日以降は高齢受給者証が必要となります。そのため、高齢受給者証は郵送しません。

これらのかたには、75歳の誕生日までに「後期高齢者医療被保険者証」を郵送します。75歳の誕生日以降は、この保険証1枚のみで医療機関を受診することができます。

なお、来年の7月31日までの間に75歳になるかたの高齢受給者証は、75歳の誕生日が有効期限となっています。

問合わせ

保険課国保係
☎ 43
|
7 0 4 7

ご利用ください 限度額適用認定証

医療費が高額になるときは「限度額適用認定証」を医療機関に提示すると、医療費の請求が月ごとに所定の限度額に抑えられます。また「限度額適用・標準負担額減額認定証」を提示すると、入院時の食事代も減額されます。

※現在交付している認定証の有効期限は、令和元年（平成31年）7月31日です。

※8月以降も認定証が必要な場合は、**8月に入ってから窓口で申請をお願いします。**

後期高齢者医療被保険者で、令和元年7月現在交付を受けているかたで、8月以降も該当する場合は7月末に保険証と一緒に郵送しますので、手続きは不要です。

限度額適用認定証等の交付には申請が必要です

限度額適用認定証等は申請しなければ交付されません。希望するかたは申請をお願いします。

★申請に必要なもの

- ・ 保険証
- ・ 高齢受給者証（70歳から74歳の国保のかた）
- ・ はんこ（後期高齢者医療被保険者のかた）
- ※転入したかたは転入前の市町村の所得と課税状況がわかる証明書が必要な場合があります。

★申請場所

- 保険課国保係（国保のかた）
- 保険課医療給付係（後期高齢者医療被保険者のかた）
- 比内・田代総合支所（国保・後期どちらも可）

限度額適用・標準負担額減額認定証

医療費（一部負担金／月額）が所定の限度額に抑えられます。また、入院時の食事代が減額されます。

市民税非課税世帯

・ 70歳未満の国保加入者で、世帯主及び国保加入者全員が市民税非課税の世帯のかた（世帯主が国保に加入していなくても、非課税であること）

市民税非課税世帯 低所得Ⅱ

・ 国保高齢受給者（70～74歳）で、世帯主及び国保加入者全員が市民税非課税の世帯のかた

・ 後期高齢者医療被保険者で、世帯員全員が市民税非課税の世帯のかた

市民税非課税世帯 低所得Ⅰ

・ 国保高齢受給者で、世帯主及び国保加入者全員が市民税非課税であり、※前年中の基準所得が0円の世帯のかた

・ 後期高齢者医療被保険者で、世帯員全員が市民税非課税であり、※前年中の基準所得が0円の世帯のかた

※前年中：令和元年8月1日以降に交付する場合「平成30年中」

※基準所得が0円：一人世帯で年金収入のみの場合は80万円以下



限度額適用認定証

入院時の食事代の減額は受けられませんが、医療費が所定の限度額に抑えられます。

一般世帯・上位所得世帯

・ 70歳未満の国保加入者で、世帯主及び国保加入者の中に市民税課税者がいる世帯のかた

現役並み所得Ⅰ・Ⅱ

・ 国保高齢受給者で、世帯内に70～74歳かつ市民税課税標準額が145万円以上690万円未満の国保加入者がいるかた

・ 後期高齢者医療被保険者で、世帯内に市民税課税標準額が145万円以上690万円未満の後期高齢者医療被保険者がいるかた



70歳以上で区分が一般のかた及び70歳以上で区分が現役並み所得Ⅲのかたは、限度額適用認定証は必要ありません。

医療機関等では、国保のかたは高齢受給者証を提示してください。

事前に区分を知りたいかたは左記まで問い合わせください。

申請・問い合わせ

- ・ 国民健康保険のかた
保険課国保係 ☎43-7047
- ・ 後期高齢者医療制度のかた
保険課医療給付係 ☎43-7046



医療機関での自己負担限度額(月額)



★70歳未満のかた

所得区分	総所得金額等※	区分	3回目までの限度額	4回目からの限度額 (過去12カ月)
上位所得世帯	901万円超	ア	$252,600円 + (\text{総医療費} - 842,000円) \times 1\%$	140,100円
	600万円超 901万円以下	イ	$167,400円 + (\text{総医療費} - 558,000円) \times 1\%$	93,000円
一般世帯	210万円超 600万円以下	ウ	$80,100円 + (\text{総医療費} - 267,000円) \times 1\%$	44,400円
	210万円以下	エ	57,600円	
市民税非課税世帯		オ	35,400円	24,600円

※総所得金額等＝総所得金額(収入総額－必要経費－給与所得控除－公的年金等控除)－基礎控除(33万円)

- ・所得の申告がない場合は、区分「ア」になります。
- ・同じ医療機関で入院・外来・歯科がある場合や、複数の医療機関で受診している場合などは、それぞれで21,000円以上の支払いがあれば合算します。21,000円未満のものは対象外です。
- ・同じ世帯の2人以上のかたに支払いがある場合は、21,000円以上の支払いがあれば合算できます。

★70歳以上のかた

所得区分	市民税課税標準額	外来(個人単位)	外来+入院(世帯単位)
現役並み所得者Ⅲ	690万円以上	現役並み所得者は 外来(個人単位) なし	$252,600円 + (\text{総医療費} - 842,000円) \times 1\%$ (過去12カ月間で4回目からは140,100円)
現役並み所得者Ⅱ	380万円以上 690万円未満		$167,400円 + (\text{総医療費} - 558,000円) \times 1\%$ (過去12カ月間で4回目からは93,000円)
現役並み所得者Ⅰ	145万円以上 380万円未満		$80,100円 + (\text{総医療費} - 267,000円) \times 1\%$ (過去12カ月間で4回目からは44,400円)
一般	145万円未満 の課税世帯※	18,000円 ◆年間144,000円	57,600円 (過去12カ月間で4回目からは44,400円)
低所得者Ⅱ	2ページ参照	8,000円	24,600円
低所得者Ⅰ			15,000円

※世帯収入の合計額が520万円(1人世帯の場合は383万円)未満の場合及び旧ただし書き所得の合計額が210万円以下の場合も含む。

◆年間上限額は、8月診療分から翌年7月診療分の1年間で計算します。申請の対象となるかたには、市から通知をお送りします。

国民健康保険一部負担金徴収猶予及び免除制度

次のような事情により生活が著しく困難となった場合は、一部負担金の徴収猶予または免除を受けることができます。

- ①震災、風水害、火災その他これらに類する災害により死亡し、または障害者となり、もしくは資産に重大な損害を受けたとき
- ②干ばつ、冷害、凍霜害等による農作物の不作、不漁その他これらに類する理由により収入が減少したとき
- ③事業または業務の休廃止、失業等により収入が著しく減少したとき

要 件

入院療養を受ける被保険者がいること

後期高齢者医療の保険証が新しくなります

後期高齢者医療の「保険証」が新しくなりますので、7月下旬に加入者全員に郵送します。申請手続きは必要ありません。8月1日以降は、郵送された新しい保険証をお使いください。また、被保険者の所得によって、医療機関での自己負担割合が1割のかたと3割のかたがいますので、保険証をご確認ください。

新しい保険証は白い封筒で郵送します



保険料決定通知書を7月中旬に郵送します

平成30年中の所得により計算した令和元年度の後期高齢者医療保険料をお知らせする通知書を、7月中旬に郵送します。

保険料は、特別徴収（年金からの引き落とし）か普通徴収（口座振替または納付書による徴収）での納付になりますので、通知書をご確認ください。

特別徴収のかたは、口座振替に変更できます

特別徴収での納付になっているかたは、特別徴収から口座振替に変更することができます。詳しくはご相談ください。

令和元年度から
保険料の軽減率が変わります

○所得割の軽減が変わります

被保険者及び世帯主の総所得金額が基礎控除額33万円を超えない世帯で被保険者全員が所得0円（ただし、公的年金等基礎控除額は80万円として計算）の場合、今までは保険料の均等割額が9割軽減でしたが、令和元年度から8割軽減になります。

○被扶養者の軽減が変わります

後期高齢者医療制度に加入する前日に、職場の健康保険等の被扶養者であったかたは、均等割額が5割軽減されていましたが、この軽減が制度加入後2年間のみとなります。なお、今まで通り所得割の負担はありません。

限度額適用・標準負担額減額認定証（一部負担割合1割、区分Ⅰ・Ⅱ）をお持ちのかたへ

世帯員全員が市民税非課税の世帯のかたは、1カ月の医療費一部負担額と入院時の食事代が減額になる「限度額適用・標準負担額減額認定証」の

交付を受けることができます。

現在認定証の交付を受けていて、引き続き世帯員全員が市民税非課税となる世帯のかたには、新しい認定証を保険証と一緒に台紙で郵送しますので、8月1日からお使いください。

現在認定証の交付を受けていないかたは、世帯員全員が市民税非課税の世帯の場合でも、認定証は郵送されません。交付を希望するかたは、申請してください。

限度額適用認定証（一部負担割合3割、現役並み所得者Ⅰ・Ⅱ）をお持ちのかたへ

一部負担割合が3割のかたは、市民税課税標準額により3つの区分に分かれます（3ページ参照）。現役並み所得者Ⅰ・Ⅱに該当するかたは「限度額適用認定証」の交付を受けることができます。

現在認定証の交付を受けていて、引き続き交付対象となる世帯のかたには、新しい認定証を保険証と一緒に台紙で郵送しますので、8月1日からお使いください。

現在認定証の交付を受けていないかたは、交付対象となる世帯の場合でも認定証は郵送されません。交付を希望するかたは、申請してください。

申請・問い合わせ

保険課医療給付係 ☎43-7046



医療費の節約にジェネリック医薬品を活用してみませんか？



近年、高齢化や生活習慣病の増加に伴い医療費が増加しています。市では、増加する医療費を少しでも抑えるため、ジェネリック医薬品の普及・利用促進に取り組んでいます。ジェネリック医薬品を利用することで、ひとりの負担(各家庭の薬代)だけでなく、みんなの負担(国保の給付支出)の削減にもつながります。

ジェネリック医薬品とは

ジェネリック医薬品(後発医薬品)とは、新薬(先発医薬品)の特許期間が終了した後に、新薬と同じ成分を持ち、同じ効果があると厚生労働省から認められた薬です。ジェネリック医薬品は新薬と比べて医薬品の開発期間が短いため、開発費を大幅に抑えることができます。そのため、低価格で販売することができます。

また、ジェネリック医薬品は、薬の形や大きさを変えたり、苦味を抑えたりすることで、薬を飲みやすくするための工夫がされている場合もあります。

ジェネリック医薬品の注意点

すべての薬にジェネリック医薬品があるわけではありません。

医師が使用を認めない場合は切り替えることができません。

ジェネリック医薬品に変更しても、薬代の差額が少ないなどの理由で窓口での自己負担があまり変わらない場合もあります。

心配な点・疑問な点がある場合は、医師や薬剤師に相談して、十分な説明を受けてから使用してください。

シールでジェネリック医薬品

希望の意思表示ができます！

医師や薬剤師にジェネリック医薬品の処方をお願いしにくいかたのために、保険証に貼ることでジェネリック医薬品への切り替えの意思を手軽に伝えられるシールを配布しています。ご希望のかたは保険課までお越しください。

ジェネリック医薬品に関する

差額通知をお送りしています

国民健康保険・後期高齢者医療制度に加入しているかたのうち、現在使用している医薬品をジェネリック医薬品に切り替えると、一部負担金が国民健康保険のかたで400円以上、後期高齢者医療制度のかたで300円以上安くなると見込まれる場合、年2回「ジェネリック医薬品に関するお知らせ」をお送りしています。

変更できるジェネリック医薬品の名称や金額などが書かれていますので、ジェネリック医薬品への切り替えを検討する際の参考にしてください。

送付予定時期

・ 国民健康保険加入のかた……8月、2月
・ 後期高齢者医療加入のかた……7月、1月



ジェネリック医薬品について学ぼう！

保険課出前講座

大館市では、市民のかたの身近な問題や疑問について、市の職員が直接皆さんの元に出向き説明を行う「出前講座」を毎年実施しています。

保険課では、「ジェネリック医薬品ってなに？」と題し、皆さんが知りたいジェネリックの基本を1時間ほど解説しています。受講してみたいかたは、お気軽にご連絡ください。

主な講座の内容(昨年度)

・ ジェネリック医薬品と新薬の違いについて
・ ジェネリック医薬品に切り替えることによるメリット

・ 処方薬をジェネリック医薬品に切り替える方法
・ 国がジェネリック医薬品の普及を進めているワケ

対象者

大館市民のかた。なお、1回の講座につき原則10人以上のご参加をお願いします。

申込方法

実施希望日の3週間前までに、左記の受付場所へ申込書をご記入ください。

・ 保険課(本庁舎1階) ☎43-7047
・ 生涯学習課(田代総合支所)

・ 最寄りの公民館

☎43-7113



第三者行為による 交通事故などにあつた場合はまず連絡を！



交通事故などで、自分以外の者(加害者)から受けたけがや病気のことを、第三者行為による傷病と言います。

第三者(加害者)の行為が原因の傷病の場合、加害者が医療費を全額負担するのが原則ですが、実際には加害者との交渉の問題や、加害者の支払い能力の問題もあり、損害賠償などの手続きに時間が掛かる場合もあります。

そこで一時的に国保が被害者の保険給付分を立て替え、後日請求することで、被害に遭つたかたの負担を軽減します。

加害者に請求するためには、相手が誰なのか・事故はどのような状況で起きたのかなどを詳しく知る必要があります。届け出の書類はそのため記入していただくものです。

届け出がされないと、本来加害者が負担する分を国保が負担することになります。届け出が遅れた場合も、国保から加害者への請求が遅れ、国保が保険給付分を回収できない可能性が高まります。

いずれの場合も国保の負担が増し、国保加入者の保険税の負担増加にも繋がってしまいます。第三者行為に遭つたときは必ず届け出をしてください。

届け出に必要なもの

- ・ 保険証
- ・ はんこ
- ・ 交通事故証明書

(交通事故の場合。後日でも可)



届け出が必要なのはこんな時

第三者行為による傷病は、交通事故の他にも次のようなケースがあります。

❗ 歩いていたら自転車と衝突してけがをした
自転車同士、自転車と歩行者の事故も第三者行為に該当します

❗ 他人のペットに噛まれてけがをした



❗ 他人から不当な暴力や傷害行為をうけてけがをした

(例) 夜道を歩いていたら、泥酔した見知らぬ人にいきなり殴られけがをした

❗ 自宅以外の建物や設備の欠陥でけがをした

(例) 店で買い物をしていたら、天井からつり看板が落下してきて頭に当たりけがをした

❗ スキー・スノーボードなどのスポーツ中にけがをした



❗ 飲食店で出た料理を食べて食中毒になった



❗ ご注意ください

● 届け出をする前に示談が成立していたり、加害者から治療費を受け取っていたりすると保険証が使えなくなります。示談の前には必ず保険課にご相談ください。

● 医療機関を受診する際には、第三者行為によることを窓口で伝えてください。

● 速やかな届け出が難しい場合は、保険課へ電話でご連絡ください。

ご協力をお願いします

● 保険課では適正な医療費の給付を行うために、けがや病気の原因について被保険者のかたへ問い合わせを行う場合がありますので、ご協力をお願いします。



● また、窓口で第三者行為の有無について確認を行っています。

● 過去に第三者行為による傷病に係る治療を行ったが、届け出をしていないというかたも保険課にご相談ください。加害者への請求の時効が成立していないければ、過去の治療分でも請求することは可能です。

届出・問い合わせ

保険課国保係 ☎ 43 - 7047
保険課医療給付係 ☎ 43 - 7046



特定健診を受けていないかたへ



市では、6月から国民健康保険・後期高齢者医療制度に加入しているかたを対象にした健康診査を実施しています。

対象となるかたには、大きな「はちくん」がついた封筒で受診券を郵送しています。

対象となるかたで受診券が届いていないかたは、健康課成人健診係までお問い合わせください。

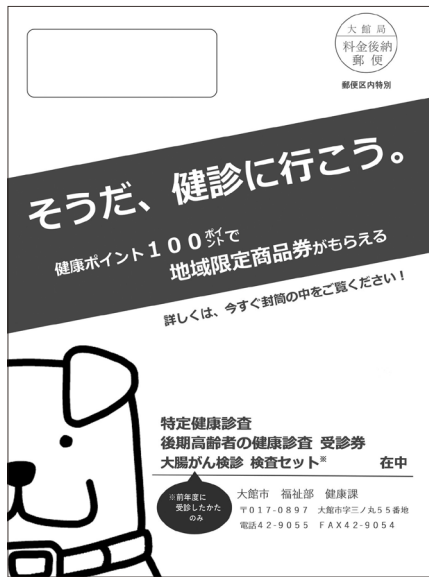
対象者

★特定健康診査★

受診日時点で市の国民健康保険に加入している、今年度40歳以上のかた

★後期高齢者の健康診査★

後期高齢者医療制度に加入しているかた



〈封筒見本〉

特定健診が大切なワケ

早期発見・早期治療で、健康を保ってほしい

特定健診では、自分では気づきにくい身体の異常を知ることができます。

生活習慣病は、自覚症状として現れる頃には病気が進行していることが多く、治療に多くの費用と時間が掛かります。

「自分は健康だから大丈夫」と感じている今だからこそ、**1年に1度の健診で健康状態をチェック**し、早期発見・早期治療につなげましょう。

健診は、健康づくりの第一歩!!



特定健診、毎年受けていますか？

昨年までの健診で異常がないからといって、今年は受けなくても良いということはありません。生活習慣病を防ぐためには、たとえ基準値以内だったとしても、健診結果の数値がどの程度変化しているかを自分で経年観察することがとても重要です。



毎年の健診を受けて検査値の変化を見ることで自身の身体の異常に気づけば、早めの生活習慣の見直しに繋がります。

無料で受けられる毎年の特定健診で、再検査や薬が必要になる前に自身の健康を守りましょう。

問い合わせ

健康課 成人健診係 ☎42-9055

現在通院中のかたも、特定健診を受けましょう！

「持病で通院しているから、健診を受ける必要がない」と考えているかたもいるかもしれませんが、しかし、健診で実施する全ての項目を通院先で検査しているとは限りません。健診の検査項目であれば、通院では費用が掛かる検査も、無料で受けられます。他の病気に掛かっているかを確認するためにも、健診の検査項目の中で普段検査していない項目があれば、年に1度は市が実施する健診を受けることをおすすめします。



健診計画を立てましょう

健診は、「集団健診方式」と「医療機関方式」の2つの方式で行っています。

集団健診方式では、がん検診等を一緒に受けることができます。医療機関方式では、集団健診方式を行っている午後の時間帯に都合のつかないかたや、土曜日に受けたいかたにも利用しやすい日程になっています。

お住まいの地区に関わらず、どちらの方式でも受診できますので、皆様のご都合に合わせてご利用ください。

健診（検診）の詳細は、「2019年度大館市健康ガイド（「広報おおだて」3月号同時配布）」をご覧ください。

第2次健康おおだて21シリーズ【たばこ編】

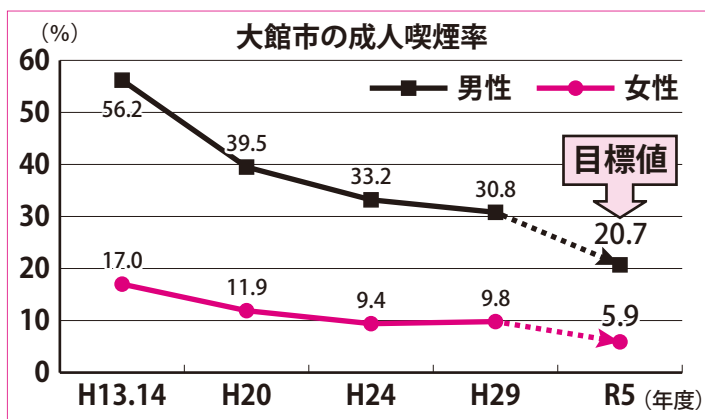
健康を守る！ たばこについて考えてみよう

問い合わせ 健康課 ☎42 - 9055

大館市の成人喫煙率は、年々低下しています。しかし、喫煙は喫煙者本人だけでなく、周囲の人もたばこの害にさらす危険性があります。

平成30年7月に健康増進法の一部を改正する法律が成立しました。このことから、望まない受動喫煙を防止する取り組みは、マナーからルールへと変わります。

H13、14：コンピュータヘルスチェック21
H20、H24、H29：健康づくりに関するアンケート調査
R5：第2次健康おおだて21目標値



マナーからルールへ ～健康増進法が改正されました～



多くの施設で
屋内が原則禁煙に

20歳未満の
立入禁止

20歳未満のかたは
喫煙エリアへ立入禁止に

喫煙室の
設置が必要

屋内での喫煙には
喫煙室の設置が必要に

標識掲示が
義務付け

喫煙室には
標識掲示が義務付けに

学校や病院、児童福祉施設等や行政機関は、令和元年7月1日から原則敷地内禁煙になり、その他の施設は、令和2年4月1日から原則屋内禁煙になります。



受動喫煙による健康被害の減少を目指して

平成29年度健康づくりに関するアンケート調査によると、約4～5人に1人が家庭や職場、飲食店で月に1回以上受動喫煙の機会を有しています。

市では、改正健康増進法に基づいた受動喫煙対策を推進し、健康被害の減少を目指します。

指 標		基準値 (H29年度)	目標値 (R5年度)
受動喫煙の機会を 有する人の割合	家 庭	19.6%	5.8%
	職 場	23.3%	0.0%
	飲食店	27.6%	18.5%

第2次健康おおだて21 中間評価【たばこ分野】より抜粋

害

のない空気を作る方法は禁煙だけ



たばこを吸わない人に煙がいかないように対策をとっているから大丈夫ととっても、換気扇の下での喫煙や空気清浄機では有害物質を除去できません。

また、服や髪、部屋のカーテンや車のシートに付いたたばこの有害物質も体には受動喫煙と同等の害を及ぼします。

なお、加熱式たばこは害が少ないかのように宣伝されていますが、この宣伝には科学的根拠はありません。きれいな空気のためには禁煙しかありません。

なかなかやめられない喫煙は、ニコチン依存症という病気です。自分の意思だけで禁煙が難しい場合は、禁煙治療のできる医療機関に相談しましょう。

