

大館市
保険課広報

保険だより

令和2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

8月1日からの

新しい高齢受給者証をお送りします

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「国民健康保険高齢受給者証」を提示してもらっています。

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

負担割合をご確認ください

8月1日以降の一部負担金の割合は、令和元年中の収入・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。

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

住所

氏名

対象被保険者氏名

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並びの名称及び印

大館市

見本

| | | |
|------|-------------|----|
| 負担割合 | 現役並み所得のかた | 3割 |
| | 現役並み所得以外のかた | 2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

高齢受給者証は、世帯主の宛名で郵送します。世帯主が高齢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20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20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なくなります。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。

問い合わせ

保険課関係 ☎43-7047



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（一部負担金）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2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。**

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

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
※前年中：令和2年8月1日以降に交付する場合は「令和元年中」
※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（一部負担金／月額）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



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発行されません。

国保のかたは、医療機関等で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 ☎43-7047
- ・保険課国保係 ☎43-7047
- ・後期高齢者医療制度のかた ☎43-7046
- ・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 + (総医療費 - 842,000円) × 1% | 140,100円 |
| | 600万円超 901万円以下 | イ | 167,400円 + (総医療費 - 558,000円) × 1% | 93,000円 |
| 一般世帯 | 210万円超 600万円以下 | ウ | 80,100円 + (総医療費 - 267,000円) × 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 + (総医療費 - 842,000円) × 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 + (総医療費 - 558,000円) × 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 + (総医療費 - 267,000円) × 1% (過去12カ月間で4回目からは44,000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 | P2参照 | 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

75歳以上
のかた

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割のかたに分かれますので、保険証をご確認ください。

新しい保険証は封筒に入れて郵送します



保険料決定通知書が7月中旬に届きます

令和元年中の所得により計算した令和2年度の後期高齢者医療保険料の決定通知書を、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2年度から保険料と軽減率が変わります

○保険料(所得割額、均等割額)が変わります

後期高齢者医療制度の保険料は、加入者全員に等しく納めていただく均等割額4万3100円と、被保険者本人の基礎控除(33万円)後の総所得額×8・38%の所得割額に変更になります。なお、年間保険料の限度額は64万円です。

○均等割の軽減が変わります

令和2年度から被保険者およ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の場合、7・75割軽減になります。また、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円の世帯(ただし、公的年金等控除額は80万円として計算)は7割軽減になります。

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。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



第三者行為でけがや病気をしたときは連絡を!!



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。

第三者行為による傷病で国民健康保険・後期高齢者医療制度の保険証を使用して治療を受けた場合は、必ず保険課へ届け出てください。また、交通事故の場合は警察へも届出が必要です。

届出に必要なもの

- ・ 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)

?? どうして届出が必要なの??



💡 治療費を加害者に請求するためです

第三者行為による傷病の治療費は、加害者が全額負担するのが原則です。この中には、健康保険が通常負担する医療費の7〜9割分も含まれています。

つまり、第三者行為による傷病の治療で保険証を使用するということは、本来加害者が負担する治療費のうちの7〜9割を、健康保険が一時的に立て替えていることとなります。

この立て替え分を健康保険から加害者に請求するためには、治療を受けた被害者のかたから傷病届などの書類を提出してもらわなければならない必要があります。

?? そもそも保険証は使えるの??

交通事故などにより第三者から傷病を受けた場合でも、保険証で医療機関にかかることはできます。しかし、その際は必ず保険課に連絡し傷病届などの書類を提出してください。届出をする前に示談が成立したり、加害者から治療費を受け取ったりすると保険証が使えなくなります。示談の前に必ず保険課にご相談ください。

また、第三者行為による傷病で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。



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封書などで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。



・ 窓口にて第三者行為の有無について確認を行っていただきます。

・ 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ければ、過去の治療分でも請求することは可能です。

「第三者行為」に該当するのは

次のようなとき

・ 交通事故

バイク、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の接触事故

・ 飲食店で出た料理を食べて食中毒になった



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

人間ドック健診・脳ドック検診助成の再募集を行います

問い合わせ 保険課国保係 ☎43・7047



人間ドック健診

対象

昭和21年4月2日から昭和56年4月1日までに生まれたかたで、市の国民健康保険に加入しているかた（国民健康保険税に滞納がない世帯に限ります）

受診期間

令和3年3月31日（水）まで

助成額

2万3586円

※市からの助成金（1万6000円）と市が負担する特定健康診査料金を合わせた金額です。

申込方法

通常（官製）はがきに①住所、②氏名、③性別、④生年月日、⑤電話番号（日中連絡のつく番号）、⑥希望する医療機関を記入してお申し込みください。（1人1枚まで）

申込先

〒017-8555 大館市字中城20番地

大館市役所保険課「人間ドック健診」担当

締切

7月17日（金）必着

受診者の決定

・定員を超えた場合は抽選を行います。
・受診の決定などは、7月下旬に応募者全員に封書で通知します。

| 健診機関 | コース | 定員 | 検査項目 | 胃がん検診の方法 | 基本料金 | 自己負担額（健診料金） |
|------------------|---------|-----|-----------------|----------|--------|-------------|
| 市立総合病院 | 標準（日帰り） | 9人 | ・特定健診 ・胃がん検診 | バリウム | 47,000 | 23,414 |
| 秋田県総合保健センター（秋田市） | 日帰り | 29人 | ・大腸がん検診 ほか | カメラ | 40,960 | 17,374 |



脳ドック検診

対象

昭和21年4月2日から昭和56年4月1日までに生まれたかたで、市の国民健康保険に加入しているかた（国民健康保険税に滞納がない世帯に限ります）

受診期間

令和3年1月30日（土）まで

助成額

2万円

通常（官製）はがきに①住所、②氏名、③性別、④生年月日、⑤電話番号（日中連絡のつく番号）、⑥希望する医療機関（医療機関名のみ記入してください）を記入してお申し込みください。（1人1枚まで）

申込方法

通常（官製）はがきに①住所、②氏名、③性別、④生年月日、⑤電話番号（日中連絡のつく番号）、⑥希望する医療機関（医療機関名のみ記入してください）を記入してお申し込みください。（1人1枚まで）

申込先

〒017-8555 大館市字中城20番地

大館市役所保険課「脳ドック検診」担当

締切

7月17日（金）必着

受診者の決定

・過去2年間脳ドック検診の助成を受けていないかた、または4月1日時点で40・45・50・55・60・65・70歳のかたを優先します。定員を超えた場合は抽選を行います。
・受診の決定などは、7月下旬に応募者全員に封書で通知します。

| 検診機関 | コース | 定員 | 検査項目 | 基本料金 | 自己負担額（検診料金） |
|--------------|-----|-----|---|--------|-------------|
| 市立扇田病院 | 一般 | 10人 | 診察・問診、身長・体重測定、血圧測定、尿検査、血液検査、生化学検査、CAVI/ABI（動脈硬化・血管年齢測定）、頭部MRI・MRA（脳の断面と脳血管撮影） ※頸部エコー検査（料金4,000円）を追加できます。 | 31,000 | 11,000 |
| | 簡易 | | 健康調査、身長・体重測定、CAVI/ABI、頭部MRI・MRA | 23,100 | 3,100 |
| 石田脳神経外科クリニック | A | 5人 | 診察・問診、身長・体重測定、物忘れスクリーニング検査、頭部MRI・MRA、頸部MRA（頸部血管撮影）、X線撮影（頭部3、頸椎4方向）、血液検査、生化学検査、尿検査、心電図、頸部エコー検査 | 45,000 | 25,000 |
| | B | | 診察・問診、身長・体重測定、物忘れスクリーニング検査、頭部MRI・MRA、頸部MRA、X線撮影（頭部3、頸椎2方向）、頸部エコー検査 | 35,000 | 15,000 |





新型コロナウイルス感染症により影響を受けられたかたへ

感染または感染が疑われるかたへ 傷病手当金を支給します

新型コロナウイルス感染症に感染した、または発熱等の症状により感染が疑われ療養のため仕事をすることができなかったかたへ傷病手当金を支給します。

傷病手当金とは、健康保険等の被保険者が病気やけがの療養のために仕事を休んだ場合に所得補償を行う制度です。特例として、国民健康保険・後期高齢者医療制度の加入者が新型コロナウイルス感染症に感染した場合に適用されることになりました。

●支給対象者

国民健康保険・後期高齢者医療制度に加入しているかたで、新型コロナウイルス感染症に感染した、または発熱等の症状があり感染が疑われるかた

●支給対象期間

仕事をする事ができなくなった日から起算して3日経過した日から仕事をする事ができない期間

●支給額

直近3カ月の給与等の収入を就労日数で割った金額の3分の2を基準額とし、これに対象日数を掛けた金額

●適用期間

令和2年1月1日から令和2年9月30日まで



申請・問い合わせ

国民健康保険

国保係

☎43・7047

後期高齢者医療制度

医療給付係

☎43・7046

国民健康保険税の減免について

新型コロナウイルス感染症の影響により、収入が大幅に減少した世帯に所定の減免基準により国民健康保険税を減免します。

●対象となる世帯

- ① 新型コロナウイルス感染症により、納税義務者（生計維持者が別にいる場合はそのものを含む）が死亡または重篤な傷病を負った世帯
 - ② 新型コロナウイルス感染症の影響により、納税義務者の事業収入、不動産収入、山林収入または給与収入の減収が見込まれ、次のアからウの全てに該当する世帯
 - ア・事業収入などのいずれかの減少額が前年の当該事業収入等の額の10分の3以上
 - イ・前年の合計所得金額が千万円以下
 - ウ・減少が見込まれる事業収入などに係る所得以外の前年の所得の合計額が400万円以下
- 以下

※年金収入のみのかたは対象になりません

●申請書類

- ① 国民健康保険税減免申請書
 - ② 令和2年分収入見込申告書
 - ③ 令和2年1月1日以降の収入が減少したことを確認できる書類
（出納帳・給与明細などの写し）
 - ④ 令和元年分（1月～12月）の収入が確認できる書類（確定申告書・源泉徴収票などの写し）
- ①・②は市のホームページからダウンロードし、記入・押印してください。
収入確認書類は、原本ではなく複写（コピー）したものを添付してください。

●申請方法

窓口の混雑を防ぐため、原則郵送で左記まで提出してください。
日中連絡のつく連絡先を必ず記入してください。

申請・問い合わせ

☎017・8555

大館市字中城20番地 大館市役所

税務課市民税係（減免申請）

☎43・7033



実践しよう！ 血圧を上げない生活習慣

問い合わせ 健康課 ☎42-9055

高血圧を予防するために生活習慣の改善として、「減塩」・「適正体重の維持」・「節酒」・「禁煙」が効果的なことはよく知られていますが、実践や継続が難しいのが現状です。

しかし、高血圧は心筋梗塞やくも膜下出血のような命にかかわる病気の原因となります。無症状だからと放置せず生活習慣を見直し、出来ることから実践しましょう。



減 塩

- めん類の汁は残す
- しょうゆ・ソースはかけないで、小皿にとってつける
- 食塩量の多いものは食べる回数を減らす
- 加工食品などは、栄養成分表示の「食塩相当量」を確認する
- 香辛料・レモン・しょうがなどを利用し薄味に

食塩摂取の目標量が変わりました

2020年から成人男女の食塩摂取目標量に変更になり、今までより0.5gずつ少なくなりました。

【成人1日あたりの食塩摂取の目標量】

男性 7.5 g 未満 女性 6.5 g 未満
高血圧のかた 6.0 g 未満

「日本人の食事摂取基準(2020年版)」

肥満の解消

BMI(体格指数)が25以上であれば、25未満になるよう減量しましょう。

$$BMI = \text{体重(kg)} \div \text{身長(m)} \div \text{身長(m)}$$

身体活動を増やす

ウォーキングなどの有酸素運動は降圧効果に優れています。時間の目安は1日30分です。ウォーキングに時間が取れなくても、日常の中でこまめに身体を動かすこともおすすめです。



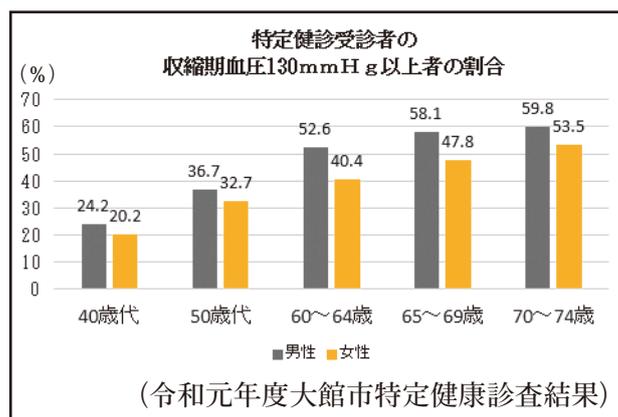
節 酒

多量飲酒は血圧を上昇させます。

- 適量を知る
適量例：いずれか1つ。女性はこの半分
ビール 500ml、ワイン 200ml、日本酒 180ml
- 休肝日を週2回、出来るだけ続けて取る

家庭での血圧測定をおすすめします!!

日本高血圧学会では診察時(診察室血圧)と家庭で測定した血圧(家庭血圧)が異なる場合は家庭血圧を優先することを提唱しています。ぜひ家庭で血圧測定し記録しましょう。



年齢とともに要保健指導値以上(130mmHg以上)の割合は増加します。働き盛りの年代から気をつけることが大切です。

令和2年度 特定健康診査・後期高齢者の健康診査の日程変更のお知らせ

新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、特定健診について日程の変更を行います。詳しくは、広報おおだて7月号の6・7ページをご確認ください。