

大館市
保険課広報

保険だより

令和3年9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

新しい国保の保険証をお送りします

問い合わせ 保険課国保係 ☎43-7047

国民健康保険の被保険者証は毎年10月1日に更新しています。現在、国民健康保険に加入しているかたがお持ちの保険証の有効期限は、9月30日です。新しい保険証は世帯主あてに9月末日までにお送りしますので、10月1日からは、お送りする新しい保険証を医療機関の窓口にて提示してください。

**保険証は世帯ごとにとまめて
世帯主あてにお送りします**

国保の保険証は、世帯の国保に加入しているかた全員分を世帯主あてにお送りします。

世帯主が国保加入者でない場合でも世帯主あてにお送りします。**世帯主が社会保険に加入している場合や、75歳以上の場合は特にご注意ください。**

記載事項をご確認ください

新しい保険証の氏名・生年月日・住所などの記載事項に間違いがある場合は、保険課まで届け出てください。自分で保険証を書き直すと保険証が無効になりますのでご注意ください。

注意

国保の脱退には届け出が必要です

社会保険など、他の健康保険に加入した場合は、国保の脱退の届出が必要です。

**新しい保険証の有効期限は
令和4年9月30日です**

新しい保険証の有効期限は、令和4年9月30日ですが、次のいずれかに該当するかたは有効期限が異なります。

● **令和4年9月30日までに75歳になるかた**

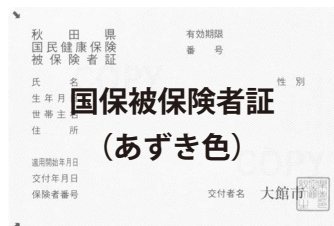
↓ **誕生日の前日が有効期限**

75歳の誕生日からは、後期高齢者医療制度に移行します。誕生日前に後期高齢者医療被保険者証をお送りします。(手続きは不要です)。

● **市外に住所のある学生で、卒業予定年度のかた**

↓ **令和4年3月31日が有効期限**

修学を終えたときは、保険課へ届け出てください。また令和4年4月1日以降も在学または別の学校へ入学するかたは、改めて在学証明書の提出が必要です。



保険課、比内・田代総合支所の窓口では、保険証のラミネート加工(透明なフィルムで覆う)を行っています。ご希望のかたは窓口まで保険証をお持ちください。



保険証は大切に!!

国民健康保険被保険者証（保険証）は、国保に加入していることを証明するもので、一人に1枚交付します。医療機関を受診する際に必要ですので、大切に保管しましょう。

保険証は正しく使いましょう

- 医療機関を受診する際は、忘れずに窓口で提示しましょう
- いつでも使えるよう、必ず手元に保管しましょう
- 保険証の貸し借りは法律で禁止されています



- 保険証のコピーは使うことができません
- 無くしたり破損したときは、再交付しますので届け出てください。
- 国保を脱退するときは、窓口へ返却してください



臓器提供意思表示欄が設けられています

保険証の裏面には、臓器提供意思表示欄が設けられています。記入する・しないは自由で、強制ではありません。また、記入の有無によって受けられる医療が変わることはありません。

臓器提供について、詳しくは(公社)日本臓器移植ネットワーク ☎ 0120-78-1069へお問い合わせください。
※保険証をラミネート加工すると、臓器提供意思表示欄に記入できなくなりますのでご注意ください。



臓器提供意思表示欄

注意事項 臓器提供意思等において影響を受けようとするときは、必ずこの証をその窓口で提示してください。

住所
〒
番 号

※以下の欄に記入することにより、臓器提供に同意する旨を表示することができます。記入する場合は、1から3までのいずれかの欄を必ず記入してください。

1. 私は臓器提供及び心臓が厚労省の承認を受けた施設に限り、臓器の提供を希望します。
2. 私は心臓が厚労省の承認を受けた施設、移植の為に臓器を提供します。
3. 私は、臓器を提供しません。

【1又は2を記入の方で、提供したくない臓器があれば、×をつけてください】

臓器提供希望する臓器： 心臓 肺 肝臓 腎臓 膵臓 小腸 骨髄

署名年月日： 年 月 日
本人署名(自筆)： _____ 家族署名(自筆)： _____

お問い合わせ先 大館市役所 保険課国保係 TEL 0186-43-7047

保険税の滞納のあるかたへ

現在、国民健康保険税(国保税)の未納がある世帯のかたの保険証は、市役所での納付相談後に交付します。

1年以上前の国保税の滞納があるかたへは、通常の1年間より有効期間の短い、半年間有効の「短期被保険者証」が交付されます。

修学のため市外へ転出する場合

修学のために大館市から住所を移した後も、引き続き親元の世帯の国民健康保険に加入される場合は届け出が必要です。

届け出に必要なもの

- 修学するかたの国保の保険証
- 在学証明書
- はんこ





医療機関を受診するときは



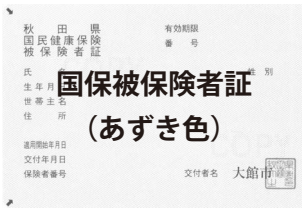
医療機関の窓口で保険証を提示すると、医療費の一部を支払えば次のような行為が受けられます。

- 診察、検査
- 病気やけがの治療
- 入院と看護(食事代は別途負担)
- 在宅療養(かかりつけ医による訪問診療)と看護
- 訪問看護(医師の指示による)



0歳～69歳のかた

国民健康保険



医療費の自己負担割合

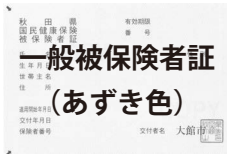
自己負担割合は年齢と所得によって異なります

未就学児	2割
小学校～69歳	3割



70歳～74歳のかた

国民健康保険



+



保険証とは別に、所得などに応じて自己負担割合が記された「**高齢受給者証**」が必要です。

70歳～74歳のかたには、毎年7月下旬に1年間有効の新しい高齢受給者証を世帯主あてにお送りしています。

新たに70歳になるかたには、**誕生月の翌月**(1日が誕生日のかたはその月)から高齢受給者証が必要になりますので、それまでに世帯主あてにお送りします。

現役並み所得以外のかた	2割
現役並み所得のかた	3割



75歳以上のかた・65歳以上で一定の障害があるかた

後期高齢者医療制度



75歳の誕生日からは、後期高齢者医療制度に移行します。手続きは不要です。

65歳以上で一定の障害のあるかたは、障害認定の申請により、後期高齢者医療制度に加入できます。



現役並み所得以外のかた	1割
現役並み所得のかた	3割



国保で受けられる給付

国保に加入していると、医療機関に掛かったときの医療費をはじめ、様々な給付が受けられます。

入院したとき

入院したときは、診療や薬に掛かる費用とは別に、左記の標準負担額を食事代として自己負担し、残りは国保が負担します。

入院時食事代の標準負担額（1食当たり）

一般（左記以外のかた）	90日まで （過去12カ月間）	210円
	90日超 （過去12カ月間）	160円
住民税非課税世帯及び 低所得者Ⅱのかた		210円
低所得者Ⅰのかた		100円

・本人が70歳以上で、世帯主と世帯の国保加入者全員が住民税非課税のかたは「低所得者Ⅱ」、そのうち基準所得が0円（収入が年金のみの場合は年80万円以下）のかたは「低所得者Ⅰ」になります。

いったん全額自己負担したとき

次のような場合で医療費を全額自己負担したときは、窓口で申請すれば自己負担分を除いた額の払い戻しを受けられます。

- ・保険証を持たずに病院を受診した
- ・海外で病院を受診した
- ・医師の指示によりコルセットなどを購入した
- ・はり・きゅう・マッサージなどの施術を受けた



※医療費を支払った日の翌日から2年を経過すると支給できませんのでご注意ください。
また、医療措置が適切であったかの審査を行うため、支払いまでに2〜3カ月掛かる場合があります。

被保険者が亡くなったとき

被保険者が亡くなったときは、葬祭を行ったかたに葬祭費として5万円を支給します。葬祭を終えた後に申請をお願いします。

※葬祭を行った日の翌日から2年を経過すると支給できませんのでご注意ください。



子どもが生まれたとき

被保険者が出産（妊娠12週（85日）以降の死産・流産を含む）したときは「出産育児一時金」として42万円（産科医療保障制度の対象とならない場合は40万4千円）を支給します。
出産育児一時金は、原則として医療機関に直接支払います（直接支払制度）。

※出産日の翌日から2年を経過すると支給できませんのでご注意ください。

こんなときは申請が必要です

- ・ 出産費用が支給額未満のとき
 - ・ 申請すれば差額を支給します。
 - ・ 直接支払制度を使用しないとき
- 医療機関に出生費用を全額支払った後に窓口で申請してください。



◇給付の申請は

保険課国保係 ☎43-7047
 比内総合支所市民生活係 ☎43-7094
 田代総合支所市民生活係 ☎43-7099

問い合わせ

保険課国保係 ☎43-7047

高額な医療費がかかる前に 限度額適用認定証の交付申請を

医療費が高額になるときは「限度額適用認定証」を医療機関に保険証と一緒に提示すると、支払いが所定の限度額(月額)までになります。

一度交付申請すれば1年間(8月～翌年7月)使用できます。

また、住民税非課税世帯、低所得者Ⅰ・Ⅱのかたは「限度額適用・標準負担額認定証」を提示すると、入院時の食事代も減額されます(4ページ参照)。

限度額適用・標準負担額減額認定証



- ・70歳未満
住民税非課税世帯
- ・70歳以上
低所得者Ⅰ・Ⅱ

限度額適用認定証



- ・70歳未満
住民税課税世帯
- ・70歳以上
現役並み所得者Ⅰ・Ⅱ

医療費の支払いが高額になったとき

複数の医療機関を受診したり、同一世帯で複数の人が医療機関を受診したことで1カ月の医療費の自己負担分が高額になったときは、窓口で申請すれば限度額を超えて支払った自己負担分が「高額療養費」として支給されます。

- ・高額療養費の支給対象となるかたへは、年に3回左記の予定で通知を送っています。
- ・5月送付：前年の8月～11月診療分
- ・8月送付：前年の12月～3月診療分
- ・11月送付：4月～7月診療分

通知が届いたかたでも**高額療養費の申請には領収書の原本が必要です。**

高額療養費は医療費を支払ってから2年以内は申請できます。医療機関から発行された領収書は1～2年程度は手元に保管しておきましょう。

※入院時の食事代や衣料費、差額ベット代は高額療養費の計算には含みません。文書料やインフルエンザの予防接種なども同様です。



こんなときは国保の保険証は 使えません!

病気ではないもの

- ・人間ドック
- ・予防接種
- ・正常な妊娠・出産
- ・歯列矯正
- ・軽度のわきがやしみ
- ・美容整形
- ・経済上の理由による妊娠中絶 など



業務上の怪我や病気

雇用主が負担するべきものなので、労災保険が適用されます



給付が制限されます

- ・故意の事故や犯罪行為による傷病
- ・けんかや泥酔などによる傷病
- ・医師や保険者の指示に従わなかったとき など



中学生までの児童のご家族のかた・ひとり親家庭のかた・身体障害者手帳等をお持ちのかたへ



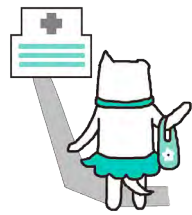
福祉医療制度をご利用ください

問い合わせ 保険課医療給付係 ☎43-7046

中学校卒業までの児童やひとり親家庭の児童、身体障害者手帳等をお持ちのかたに「福祉医療費受給者証(マル福)」を交付し、医療費の一部負担金を助成しています(福祉医療制度)。ぜひご利用ください。

注意

福祉医療制度は、受給資格があっても申請をしなければ制度が適用されません。また、申請が遅れると資格取得日が遅れる場合がありますので、該当すると思われるかたは、速やかに申請してください。

対象区分等	乳幼児及び小中学生	ひとり親家庭の児童	身体障害者手帳等をお持ちのかた
対象者 	中学校卒業までの児童 (中学校修了年度の3月31日まで)	①母子・父子家庭の児童(配偶者が重度の心身障害者である家庭の児童を含む) ②父母のない児童 (①②とも児童が満18歳に達する日以後の最初の3月31日まで。ただし、児童が社会保険の被保険者本人の場合を除く。)	①高齢身体障害者(65歳以上で身体障害者手帳4～6級をお持ちのかた。ただし、社会保険の被保険者本人の場合を除く) ②重度心身障害(児)者(身体障害者手帳1～3級または療育手帳Aをお持ちのかた)
助成内容	①0歳児及び住民税所得割非課税世帯の児童 全額助成 ②1歳から中学生までの児童 半額助成・半額自己負担 (病院・薬局ごとに1カ月千円が限度)	全額助成 	全額助成 
所得制限	あり (父または母の所得が基準額を超える場合) ※所得制限に該当する場合も、入院の際は申請により受給者証が交付されます	なし (秋田県の補助金対象者の把握のため、所得確認あり)	①高齢身体障害者あり ②重度心身障害(児)者なし (社会保険の被保険者本人の場合はありません)
申請に必要なもの	<ul style="list-style-type: none"> 児童の健康保険証 はんこ 所得・課税証明書(転入者で必要なかた) 	<ul style="list-style-type: none"> 児童及び親等の健康保険証 はんこ 所得・課税証明書(転入者で必要なかた) 	<ul style="list-style-type: none"> 対象者の健康保険証 はんこ 身体障害者手帳または療育手帳(両方をお持ちのかたは両方) 所得・課税証明書(転入者で必要なかた)



申請場所	保険課医療給付係(本庁1階⑦番窓口) ☎43-7046 比内総合支所市民生活係(比内総合支所1階) ☎43-7094 田代総合支所市民生活係(田代総合支所1階) ☎43-7099
-------------	---



ジェネリック医薬品を活用してみましょー！



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なのために、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メーカー、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

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、左記の受付場所でお申込書をご記入ください。

- 保険課国保係(本庁舎1階) ☎43・7047
- 生涯学習課(田代総合支所) ☎43・7113
- 最寄りの公民館

はちまる に まる

8020

丈夫な歯でいつまでもおいしく食べよう

問い合わせ 健康課 ☎42-9055

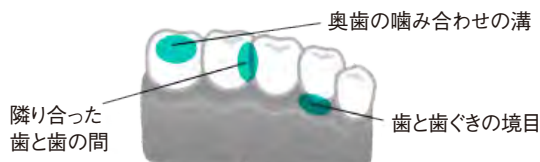
20以上の歯があれば食生活にほぼ満足できるとされており、日本歯科医師会では「80歳になっても20本以上自分の歯を保とう」という8020運動を推奨しています。

歯・口の健康は、自分の歯でしっかりと噛んで食べることで、肥満や糖尿病などの生活習慣病予防につながります。また、食事を味わう、会話を楽しむ、いきいきとした表情で人との交流ができるなど、生活の質の向上にも大きく関わります。

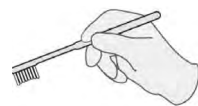
歯を失う原因の約70%が歯周病とむし歯です。定期的に自分のお口の状態をチェックしましょう。

歯みがきのワンポイントアドバイス

☆磨き残しやすいところ



- ①鉛筆を持つような持ち方で
- ②1本ずつ軽い力で細かく動かす
- ③磨く順番(スタートとゴール)を決める



歯と歯の間の歯垢は歯ブラシだけではとれません!

デンタルフロスや歯間ブラシをうまく活用しましょう!



「痛いから受診する」
「痛くなければ歯科医院は受診しない。」
では、手遅れになることも…

歯とお口の状態セルフチェック

- | | |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> 歯が長くなったように見える | <input type="checkbox"/> 歯ぐきが赤く腫れている |
| <input type="checkbox"/> 口の中がネバネバしている | <input type="checkbox"/> ズキズキ激しく痛い |
| <input type="checkbox"/> 口臭を感じる、口臭があるといわれている | <input type="checkbox"/> 固いものを噛むと痛い、噛めない |
| <input type="checkbox"/> 歯と歯の間によく食べ物がはさまる | <input type="checkbox"/> 歯磨きをすると、歯肉から血が出る |

1つでもチェックがついた方は要注意! 歯科医院に相談しましょう。

最後に歯科検診を受診したのはいつですか?

市の20歳以上で過去1年間に歯科検診を受けている人の割合	中間評価値(H29年度)	目標値(R5年度)
	44.9%	65.0%

第2次健康おおだて21より

市では、定期的な歯科検診を受けているかたの増加をめざしています。

歯周疾患検診(40・50・60・70歳になるかた)と、後期高齢者歯科健康診査(76歳になるかた)を無料で実施しています。自己ケアとあわせて、定期的な歯科検診を行い、歯周病やむし歯を予防しましょう。

