

大館市
保険課広報

保険だより

令和7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

10月1日
からの

国保の「資格情報のお知らせ」
「資格確認書」をお送りします!

現在、国民健康保険に加入しているかたの被保険者証・資格確認書は有効期限が9月30日となっています。10月1日からは、**マイナ保険証**(保険証の利用登録をしたマイナンバーカード)か**資格確認書**をお使いください。

世帯主あてに書類が届きます！

マイナ保険証をお持ちのかたには「**資格情報のお知らせ**」を、お持ちでないかたには「**資格確認書**」を、9月末日までにお送りします。

なお、これらの書類は、同じ世帯の国保に加入しているかた全員分を同封して世帯主あてに郵送します。

書類が届きましたら、氏名・生年月日・住所などの記載事項に間違いがないかご確認ください。間違いがあった場合は、保険課まで届け出てください。

[illegible]

「資格情報のお知らせ」って？

「資格情報のお知らせ」は、マイナ保険証をお持ちのかたがご自身の健康保険の資格情報を簡単に確認できるように交付している書類です。

また、機器の不良や、大館市の国保に加入したばかり（届出後の平日3日間程度）のとき、マイナ保険証に対応していない医療機関等を受診するときなど、なんらかの事情によりマイナ保険証で資格確認が行えなかった場合でも、マイナンバーカードと「資格情報のお知らせ」を一緒に提示することで、保険診療・保険調剤を受けることができます。

「資格確認書」って？

「資格確認書」は、マイナ保険証をお持ちでないかたに交付されるもので、医療機関等を受診する際に必要となります。

70歳未満のかたは「資格確認書」のみを、70歳から74歳のかたは「資格確認書」と「高齢受給者証」を一緒に提示することで、保険診療・保険調剤を受けることができます。

秋田県 田 県 県
民 民 民
健康 健康 健康
保険 保険 保険
記 記 記
号 号 号
氏 氏 氏
名 名 名
大 大 大
館 館 館
花 花 花
子 子 子
生 生 生
年 年 年
月 月 月
日 日 日
満 満 満
期 期 期
用 用 用
開 開 開
始 始 始
年 年 年
月 月 月
日 日 日
交 交 交
付 付 付
年 年 年
月 月 月
日 日 日
受 受 受
得 得 得
主 主 主
氏 氏 氏
名 名 名
大 大 大
原 原 原
太 太 太
郎 郎 郎
住 住 住
所 所 所
秋 秋 秋
田 田 田
県 県 県
大 大 大
館 館 館
市 市 市
字 字 字
中 中 中
國 國 國
2 2 2
番 番 番
地 地 地

有効期限 令和 8年 7月 31日

番 号 0000000 (特番) 02

性別 女

保険者番号 050047 交付者名 大館市

資格確認書のラミネート加工（透明なフィルムで覆う）を希望するかたは保険課、比内・田代総合支所の窓口まで資格確認書をお持ちください。



「資格確認書」・「資格情報のお知らせ」について、もっと詳しく！

マイナ保険証をお持ちでないかた

「資格確認書」をお送りします。マイナ保険証を持っていても、高齢や障害などでマイナ保険証での受診が難しいかたには、申請により資格確認書を交付します。また、資格確認書は毎年お送りします。

資格確認書の有効期限は令和8年7月31日まで

大館市では、令和8年度に資格確認書と高齢受給者証の一体化を予定しています。高齢受給者証の更新時期に合わせて、今年お送りする資格確認書の有効期限は令和8年7月31日です。また、次に該当するかたは有効期限が異なります。

令和8年7月31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、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資格確認書をお送りします。

市外に住所のある学生で、卒業予定年度のかた

↓令和8年3月31日が有効期限
令和8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。

マイナ保険証をお持ちのかた

「資格情報のお知らせ」をお送りします。

今回の発送以降は、次に該当する場合のみ、「資格情報のお知らせ」をお送りします。

70歳未満

↓健康保険の資格情報に変更があった場合のみ送付

70歳から74歳のかた

↓毎年7月下旬頃に送付
70歳以上のかたは、前年の収入・所得により窓口の負担割合を判定するため、「資格情報のお知らせ」を毎年お送りします。

※高齢受給者証は不要になるため、破棄してください。

「資格確認書」・「資格情報のお知らせ」を紛失した場合は、再交付できます。

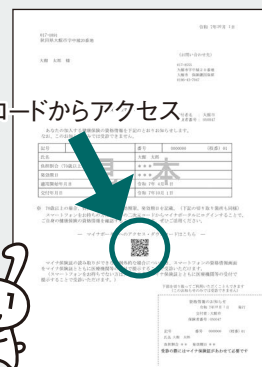
大館市役所保険課国保係
比内総合支所 市民生活係
田代総合支所 市民生活係
(※本人確認書類が必要です)



スマートフォンで健康保険の資格情報が確認できます

スマートフォンでマイナポータルから健康保険の資格情報を確認できます。
「資格情報のお知らせ」のQRコードからマイナポータルへアクセス、ダウンロードができますのでご利用ください。

QRコードからアクセス



電子証明書の更新を忘れずに！

マイナンバーカードに搭載されている電子証明書には有効期限があります。この有効期限を過ぎるとマイナ保険証として利用できませんのでご注意ください。

※有効期限の記載がない場合は、発行から5回目の誕生日までです。マイナポータルでも確認できます。

国民健康保険税を滞納すると…

特別な事情がないにもかかわらず、国民健康保険税を一定の期間滞納した場合、窓口での医療負担を一旦全額自己負担する「特別療養費支給対象者」となります。



医療機関を受診するときは



医療機関の窓口で次のものを提示すると、決められた自己負担割合で医療費の一部を支払えば医療が受けられます。

マイナンバーカードを持っていて、
保険証利用登録をしている(マイナ保険証)

国民健康保険

0～74歳のかた

「マイナ保険証」

を使って受付する



「マイナ保険証」
1枚でOK!※

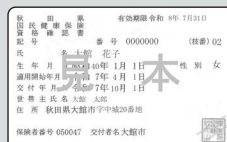


マイナンバーカードを持っていない
持っているが、保険証利用登録をしていない

0～69歳のかた

「資格確認書」

を提示する

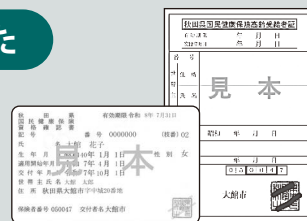


70～74歳のかた

「資格確認書」

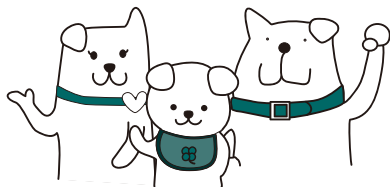
「高齢受給者証」

を提示する



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

小学生～69歳

70～74歳

現役並み所得以外のかた

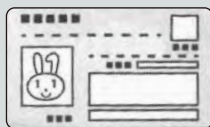
現役並み所得のかた

2割
3割

2割
3割

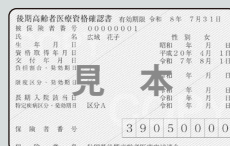
後期高齢者医療制度

75歳以上のかた・65歳以上で一定の障害があるかた



「マイナ保険証」

を使って受付する



「資格確認書」

を提示する

医療費の自己負担割合

世帯の所得状況等により

1割～3割

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があるかたは、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。

※福祉医療費受給者証、自立支援医療受給者証、特定医療費（指定難病）受給者証等は、マイナ保険証で受診する際も提示する必要があります。

国保で受けられる給付

問い合わせ 保険課国保係 ☎43・7047

国保に加入していると、医療機関を受診し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

入院中の食事は、左記の標準負担額を自己負担し、残りは国保が負担します。左記の「一般」以外のかたは、「限度額適用・標準負担額減額認定証」の申請が必要です。すでに医療機関に支払った場合も申請により差額を支給します。

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）	240円
住民税非課税世帯 及び 低所得者Ⅱのかた （過去12カ月間）	90日超 （過去12カ月間）	190円
低所得者Ⅰのかた 		110円

・本人が70歳以上で、世帯主と世帯の国保加入者全員が市県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80万6千7百円以下）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、申請により自己負担分を除いた額の払い戻しを受けられます。

- ・やむをえずマイナ保険証（または資格確認書）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（医師の同意が必要）

※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、支給されるまでに2〜3カ月か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。で、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50万円（産科医療保障制度に加入していない医療機関で出産した場合は48万8千円）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。



こんな時は申請が必要です

- ・直接支払制度を利用しないとき
医療機関に出産費用を全額支払った後に窓口で申請してください。
- ・出産費用が支給額未満のとき
申請により差額を支給します。



◇給付の申請は

- ・保険課国保係（市役所1階8番窓口）
- ・比内総合支所市民生活係
- ・田代総合支所市民生活係

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」を医療機関で提示すると、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。なお、**マイナ保険証の場合、この申請は不要です**(国民健康保険税の滞納があるかたは申請が必要な場合があります)。

また、市県民税非課税世帯、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

見本

- ・70歳未満
市県民税非課税世帯
- ・70歳以上
低所得者Ⅰ・Ⅱ

限度額適用認定証

見本

- ・70歳未満
市県民税課税世帯
- ・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りしたことで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。**

また、高額療養費支給手続きの簡素化の申請をすると、限度額を超えた医療費の支払いがあつた場合、差額が自動的に口座に振り込まれます。一度申請すると、領収書を提示して申請する必要がなくなります。手続きの簡素化を希望されるかたは、左記窓口までご連絡ください。

※入院時の食事代、衣料費、文書料、差額ベッド代など保険適用外の費用は高額療養費の計算には含みません。

申請に必要なもの

- ・申請書 ※各窓口に用意しています
- ・世帯主名義の通帳

窓口・問い合わせ

- ・保険課国保係(市役所1階8番窓口)
- ・比内総合支所市民生活係
- ・田代総合支所市民生活係

☎ 43・7047

こんなときは、国保は使えません！

病気ではないもの

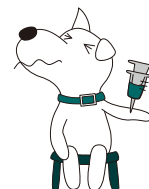
- ・人間ドック
- ・予防接種
- ・正常な妊娠・出産
- ・歯列矯正
- ・軽度のわきがやしみ
- ・美容整形
- ・経済上の理由による妊娠中絶 など

業務上のけがや病気

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

給付が制限されるもの

- ・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



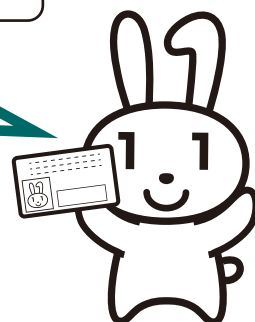
大館市の**国民健康保険**に
加入されているかたの健康保険証の**有効期限**は
今月、9月30日に満了となります。
健康保険証の有効期限が切れたあとは、
マイナ保険証か資格確認書
で医療機関・薬局にて受付をしてください。

従来の健康保険証は新たに発行されなくなり、
マイナ保険証を基本とするしくみに移行しています。



マイナ保険証を使ってる人はどうしたらいいの？

ぜひ、そのままお使いください！



マイナ保険証でないと受診等ができないの？

マイナ保険証をお持ちでないかたには、申請しなくても
資格確認書が交付されます。

また、マイナ保険証をお持ちのかたでも、高齢や障害な
どの理由で、ご自身でマイナ保険証での受付が困難な
かたは、保険課国保係に申請すれば資格確認書を取得
できます。代理申請も可能です。



まずはマイナンバーカードを持っているか
ご確認ください！



《《《 次ページへ

マイナ保険証の準備はできていますか？
いまのうちに確認しましょう！

マイナンバーカードを健康保険証として 使うために利用登録をしておきましょう！

ご自身の登録状況がわからないときは



医療機関等の受付窓口には設置されている顔認証付きカードリーダーにマイナンバーカードを置くと、利用登録が済んでいないかたには、その場で利用登録の案内がされます。



受付に使用する顔認証付きカードリーダーの操作方法など、何かわからないことがあったら、受付の職員におたずねください。

他の方法で確認したいときは



1

- ・ スマートフォン
 - ・ マイナンバーカード
- を用意します。



2

「マイナポータル(モバイルアプリ)」にログインします。

3

「健康保険証」を押します。

4

「未登録」もしくは「登録済み」と表示されるのでご自身の登録状況をご確認ください。



マイナポータル
フリーダイヤル

0120-95-0178

5番を選択のうえ、音声ガイダンスにしたがってお進みください。

受付時間(年末年始を除く)

平日：9時30分～20時00分
土日祝：9時30分～17時30分

マイナンバーカード
の保険証利用につ
いてもっと知りたい
かたはこちら



ひと、くらし、みらいのために
厚生労働省
Ministry of Health, Labour and Welfare

とっても
カンタン!

医療機関・薬局等でのマイナ保険証の使いかた

1

読み取り

マイナ保険証をカードリーダーに入れてください。

※カードリーダーには複数の種類があります。

※保険証利用登録がお済みでない場合は、利用登録画面に進みます。



2

本人確認

顔認証または暗証番号のどちらかを選んでください。

顔認証の場合

画面の枠に顔が収まるようにすると自動的に認証されます。



または

暗証番号の場合

カード申請時に設定した4桁の暗証番号を入力します。



※画面はサンプルです。カードリーダーの種類によって表示画面は異なります。

※暗証番号を連続して間違えると不正防止のためロックがかかります。(ロックがかかっても顔認証はできます)

3

同意確認

画面の案内に沿って、情報提供の可否を選択します。



過去の健康医療情報の提供に同意すると、医師・薬剤師が過去の健康医療情報を確認できるようになり、正確なデータに基づくより良い医療が受けられます。

※画面はサンプルです。カードリーダーの種類によって表示画面は異なります。



4

受付完了

マイナンバーカードをカードリーダーから取り出してください。



不審な電話にご用心!

「保険局」や「厚生労働省」を名乗る不審な自動音声の電話が全国で急増しています!

- ・ 自宅の固定電話に、音声ガイダンスで、1を押しするよう電話があった。
- ・ 保険局を名乗る職員から、保険証のことについて電話があった。

このような不審な電話があった場合は、一旦切って、家族や警察に相談してください。

また、詐欺の電話の7割以上は国際電話が悪用されています。国際電話を利用しないかたは、国際電話不取扱受付センター☎0120-210-364に連絡するか、最寄りの警察署で申込書を受け取り、休止手続きを行ってください(固定電話・ひかり電話が対象です)。



高校生世代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

福

問い合わせ 保険課医療給付係 ☎ 43-7046

高校生世代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	乳幼児及び小中高生等	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	高校生世代までの児童 ※児童が満18歳に達する日以後の最初の3月31日まで。	①母子・父子家庭、または父母のいない児童 ②父または母が身体障害者手帳1～2級程度の交付を受けている家庭の児童 ※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。	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 ・精神障害保健福祉手帳1級をお持ちのかたのうち、自立支援医療(精神通院)を受給しているかた
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 ②上記①以外の児童： 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	なし ※助成内容判定のため、所得確認あり。	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。
申請に必要なもの	- 児童の健康保険証等(★) - はんこ(スタンプ印不可) ★健康保険証等：保険証、資格情報のお知らせ(カード型またはA4サイズのもの)、資格確認書など。 ※マイナンバーカードのみでは受付できません。	- 児童および親等の健康保険証等(★) - はんこ(スタンプ印不可)	- 対象者の健康保険証等(★) - はんこ(スタンプ印不可) - 身体障害者手帳または療育手帳もしくは精神障害者保健福祉手帳と自立支援医療(精神通院)受給者証
転入者は所得・課税証明書または同意書が必要になる場合があります			



申請場所

保険課医療給付係(市役所1階7番窓口)
比内・田代総合支所 市民生活係

自覚症状がない今こそ、改善と予防！

問い合わせ 健康課 ☎ 42-9055

今から始める 糖尿病対策

糖尿病は、常に血糖値が高い状態が続く病気です。

令和4年度の大館市国保加入者の特定健康診査では、男性の9.8%、女性の6.3%が高血糖状態(HbA1c 6.5%以上)でした。

毎年の特定健康診査結果や医療機関での検査結果を、もう一度確認してみましょう。基準値内のかたでも、数値が年々高くなってきていませんか。自分の健康状態を再確認し、今からできる糖尿病の対策をしていきましょう。

尿に糖が出る病気

甘い物(糖分)の摂り過ぎ



～糖尿病の誤解～

高血糖
(無症状・無自覚)

糖尿病
(症状が現れる)

合併症
(神経障害、網膜症、腎症、
心筋梗塞、脳梗塞など)

高血糖と指摘されても、糖尿病のレベルに至っていなければ
生活習慣の改善で予防できる！

生活習慣のポイント



食習慣

- エネルギーや炭水化物(糖質)の取り過ぎに注意する
- 食べる時間、量やバランスに気を付ける(野菜をたっぷり！)
- 食べ方の工夫(ながら食いをやめる、野菜から先にゆっくり食べる、調味料はかけずにつけるなど)

休養・リフレッシュ

ストレスを溜めず、十分な睡眠と休養を
(インスリン作用やホルモンの分泌に影響する)

運動不足解消

- 運動習慣を身に付ける
(エネルギー消費が増え、
インスリンの働きもよくなる)
- 食後すぐに軽く動くようにする



体重管理

- BMI(体格指数。体重[kg]÷身長[m]÷身長[m])25未満を維持する
(肥満はインスリン作用の不足を招く)
- 毎日体重を量り、記録する

禁煙・節酒

既に糖尿病で治療中のかたも、重症化予防のためより良い生活習慣に改善しましょう！