

福生市公式キャラクター たっぴー☆☆

福生市国民健康保険にご加入のみなさん

国民健康保険被保険者証の更新を行います

現在交付している国民健康保険被保険者証の有効期限は、平成27年9月30日までとなっています。10月1日から使用していただく保険証を、9月中旬頃に世帯主様宛てに、簡易書留郵便にて発送します。ご不在の場合は郵便局に留め置きとなり、ご自宅の郵便受けに「郵便物等ご不在連絡票」が投かんされますので、その案内にしたがってお受け取りください。

なお、郵便局の保管期限が過ぎたなどの場合は、身分証明書（運転免許証、パスポート等）、旧保険証、印鑑をお持ちのうえ、保険年金課（福生市役所1階5番窓口）までお越しください。

新しい保険証の有効期限は、平成27年10月1日から平成29年9月30日までの2年間です。（ただし、すべての保険証の有効期限が2年間ではなく、年齢や制度等によって有効期限は異なります。有効期限の翌日から使用していただく保険証については、年齢や制度等にあわせてご案内します。）

75歳になる方の有効期限について

平成29年9月30日までに75歳の誕生日を迎える方の保険証の有効期限は、誕生日の前日までとなります。75歳以降は、後期高齢者医療制度となり、誕生月の前月中に、ご自宅に保険証が届きます。



退職者医療制度に該当している方の有効期限について

退職者医療制度に該当している方で、平成29年9月30日までに65歳の誕生日を迎える方の保険証の有効期限は、65歳の誕生月の末日までとなります。退職本人認定の方が65歳となる場合、その世帯に属する退職被扶養者の方も同様となります。新しい保険証は誕生月の月末までに、ご自宅に郵送されます。

こんな時は手続きが必要です

国民健康保険に加入するとき

- 福生市に転入してきたとき
- 会社の健康保険をやめたとき
- 会社の健康保険の扶養でなくなったとき
- 子どもが生まれたとき
- 生活保護を受けなくなったとき

国民健康保険を脱退するとき

- ほかの市区町村に転出したとき
- 会社の健康保険に加入したとき
- 会社の健康保険の扶養になったとき
- 死亡したとき
- 生活保護を受け始めたとき

有効期限の切れた保険証について

有効期限の切れた保険証は、10月1日以降に福生市役所保険年金課へ返却していただくか、ご自身で破棄してください。



※お手続きの際は、身分証明書と印鑑をご用意ください。

※会社の健康保険に加入・脱退した際は、身分証明書・印鑑の他に、会社の健康保険証や健康保険離脱証明書等が必要です。

非自発的失業者を対象とした国民健康保険税の軽減措置について

平成21年3月31日以降、会社の都合などで職を失った方が国民健康保険に加入した場合、保険税の所得割額を算定する際、前年の給与所得を30/100(3割)とみなして算定します。対象となる方は、申告してください。

◎軽減の期間

離職日の翌日の属する月から、その月の属する年度の翌年度末までです。

◎申告方法

軽減を受けるためには、必ず申告が必要です。次のものを窓口まで持参し、申告してください。

- 雇用保険受給資格者証(ハローワークで交付されたもの)
- 印鑑
- 身分証明書

◎対象となる方

以下の条件をすべて満たしている方が対象です。

- ① 離職時の年齢が65歳未満の方。
- ② 雇用保険受給資格者証をお持ちの方。
- ③ 雇用保険受給資格者証の離職理由コードが下記のいずれかに該当している方。
※雇用保険高年齢受給資格者・雇用保険特例受給資格者は対象になりません。



離職者区分	離職理由コード
特定受給資格者	11, 12, 21, 22, 31, 32
特定理由離職者	23, 33, 34

様式第11号(第17条の2関係)(第1面、第2面) 雇用保険受給資格者証 (第1面)

1. 支給番号		2. 氏名	
3. 被保険者番号	4. 性別	5. 離職時年齢	6. 生年月日
7. 求職番号			
8. 住所又は居所			
9. 支払方法(記号(口座)番号-金融機関名-支店名)			
10. 資格取得年月日	11. 離職年月	12. 離職理由	
13. 60歳到達時賃金日額	14. 離職時賃金日額	15. 給付制限	
16. 求職申込年月日	17. 認定日	18. 受給期間満了年月日	
19. 基本手当日額	20. 所定給付日数	21. 通算被保険者期間	
22. 離職前事業所名			
23. 再就職手当支給歴	24. 特殊表示(災害時、一括、巡相、市町村)		

安定所連絡メッセージ1
安定所連絡メッセージ2
管轄公共職業安定所又は
管轄地方運輸局所在地
電話番号

交付年月日 センター 公共職業安定所長兼安定所長印

折り曲げ線

離職理由コードが該当の番号となっているかご確認ください。

※申告には雇用保険受給資格者証が必要です。紛失しないようにしてください。紛失された場合は、ハローワークにお問い合わせください。

国民健康保険税の減免

以下の場合、申請により国民健康保険税の減免が受けられる場合があります。

- ◎災害(震災、風水害、火災等)その他特別な事情があった場合で、あらゆる資産の活用を図ったにもかかわらず、国民健康保険税の支払いが著しく困難と認められる場合。
- ◎会社の保険などの加入者(本人)が後期高齢者医療制度に移行したことにより、65歳以上の被扶養者が国民健康保険に加入した場合。

国民健康保険税は納期限までに納めましょう

国民健康保険税は私たちの医療にあてられる貴重な財源です。必ず納期限までに納めましょう。納付が困難な場合は、納付相談を受け付けていますので、お早めにご相談ください。



柔道整復師(接骨院・整骨院)の正しいかかり方



◎柔道整復師(接骨院・整骨院)を利用される方へ

Q. 柔道整復師(接骨院・整骨院)とは?

A. 「柔道整復師」とは、骨折、脱臼、ねんざ、打撲や肉離れなどの痛みに対して施術を行う専門家です。国家資格であっても「医師」ではないため健康保険の適用範囲に制限があります。誤った診療を防ぐためにも、施術を受ける前にきちんと確認して正しく施術を受けることが大切です。

国民健康保険が使える場合

- ① 外傷性の捻挫、打撲、挫傷(肉離れ)
- ② 医師の同意がある場合の骨折や脱臼
- ③ 応急処置で行う骨折、脱臼の施術(応急手当て後の施術には医師の同意が必要です。)

国民健康保険が使えない場合

- ① 日常生活による疲労、肩こり、腰痛、体調不良
- ② スポーツによる筋肉疲労、筋肉痛
- ③ ねんざ・打撲が完治した後のマッサージ代替りの利用
- ④ 病気(リウマチ、五十肩、関節炎など)からくる痛みやこり
- ⑤ 脳疾患後遺症などの慢性病や、症状の改善がみられない長期の施術など

◎施術を受ける時の注意事項

1. 領収書は医療費控除を受ける際に必要となりますので、必ず受け取り、大切に保管してください。
2. 施術が長期にわたる場合は、内科的要因も考えられますので、医師の診断を受けてください。
3. 保険適用外の事由にも関わらず、保険証を使って診療を受けた場合は、保険相当額を市に返還していただく場合がありますので、ご注意ください。

※福生市では、被保険者のみなさんに納めていただいた保険税を適正に使用するために、**施術内容等を文書により確認させていただく場合があります。**
ご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

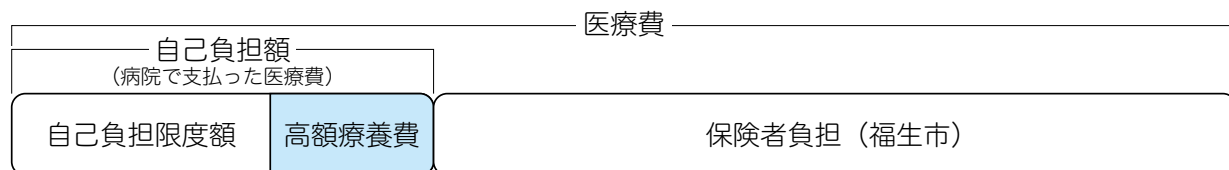


医療費が高額になってしまったら

◎高額療養費の支給

同じ人が同じ月内に、同一の医療機関に支払った自己負担額が一定の額(自己負担限度額)を超えた場合、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世帯へ、診療月の概ね3ヶ月後に「高額療養費支給申請書」を郵送します。届きましたら、必要事項を記入のうえ、保険年金課へ申請してください。



◎限度額適用認定証について

医療機関でのお支払いの際に「限度額適用認定証」を提示していただくと、自己負担額(保険診療外の費用や入院中の食事代等を除く)が一定の額(自己負担限度額)までの負担で済みますので大変便利です。

医療費が高額になるときは、福生市役所保険年金課へ申請してください。

※保険税に未納があると、「限度額適用認定証」を交付できない場合があります。

◎70歳未満の方と70歳以上の方(後期高齢者でない方)で自己負担限度額が異なります。

70歳未満の方の自己負担限度額

所得区分	所得区分	自己負担限度額(3回目まで)	4回目以降
上位所得者	ア 所得が901万円を超える	252,600円+ (医療費総額-842,000円) ×1%	140,100円
	イ 所得が600万円を超え901万円以下	167,400円+ (医療費総額-558,000円) ×1%	93,000円
一般	ウ 所得が210万円を超え600万円以下	80,100円+ (医療費総額-267,000円) ×1%	44,400円
	エ 所得が210万円以下	57,600円	44,400円
低所得者	オ 住民税が非課税	35,400円	24,600円

70歳以上の方の自己負担限度額

世帯区分	自己負担限度額		
	A: 通院(個人単位)	B: 通院+入院(世帯単位)	多数該当
現役並み所得者	44,400円	80,100円+ (医療費総額-267,000円) ×1%	44,400円
一般	12,000円	44,400円	
住民税非課税	低所得者Ⅱ	8,000円	24,600円
	低所得者Ⅰ		15,000円

※1つの病院で21,000円以上の自己負担があったもののみが対象となります。
※過去12か月以内に、同一世帯で高額療養費の支払いが4回以上ある場合、4回目以降は自己負担限度額が下がります。(多数該当)
※原則として、所得区分を判定する基準日は、毎年8月1日となります。

医療費を大切にしましょう

昨今では、高齢化が進み、医療の進歩や生活習慣病の増加にともない、医療費は年々増え続けています。健康づくりへの意識や正しい医療のかかり方を心がけて、いつまでも安心して医療が受けられるよう医療費の節約に努めましょう。

同じ病気で複数の病院にかかっていますか？

同じ病気で複数の医療機関を受診することは、控えましょう。医療費を増やしてしまうだけでなく、重複する検査や投薬によりかえって体に悪影響を与えてしまうなどの心配もあります。今受けている治療に不安などがあるときには、そのことを医師に伝えて話し合ってみましょう。



薬をもらいすぎていませんか？

長期の治療等でお薬が余っているときは、正しい服用量や方法を医療機関や薬剤師の方に相談しましょう。

◎ジェネリック医薬品をご存知ですか？

後発医薬品（ジェネリック医薬品）は、先発医薬品と同等の効能効果を持つ医薬品であり、費用が先発医薬品よりも安くすみます。「ジェネリック医薬品希望カード」を医療機関や薬局に提示することなどにより、後発医薬品の利用について相談にのってもらうことができます。



◎「ジェネリック医薬品希望シール」を活用しましょう

市から郵送する保険証には「ジェネリック医薬品希望シール」を同封しています。保険証の余白部分に貼って医療機関の窓口で提示しましょう。詳しくは医療機関や薬剤師の方にご相談ください。



健診を 受診したら ほら安心 毎年受ければ ずっと健康

平成27年度 特定健康診査 実施中!!

年に一度の無料の健康診査です。
受け忘れのないよう、お気をつけください。

費用 無料

実施期間 平成27年6月1日(月)～10月31日(土)

対象 福生市国民健康保険に加入している
40歳～74歳の方

※対象者の方には、既に受診券（ピンク色）を発送しています。

受診までの流れ

受診券の確認

対象者にはすでに受診券を送付しています。
詳しくは福生市保健センターまでご連絡ください。

健診の申込み

送付したパンフレットに実施医療機関を掲載しています。予約が必要な場合は、事前にお電話でお申し込みください。

受診

受診券・問診票・保険証をもって受診してください。

今すぐ受けよう健康診査!!

■ 特定健康診査の目的

近年、糖尿病や動脈硬化、脳出血等の生活習慣病の有病者予備軍が増えており、それを原因とする死亡は全体の約3分の1にものぼると推計されています。

特定健康診査とは、メタボリックシンドローム判定をもとに、生活習慣病のリスクに着目した健診です。

生活習慣病は予防・改善ができるため、健診を受けて発症や重症化を防ごうという目的があります。

■ リスクありと診断されても大丈夫

特定健康診査の結果、生活習慣病のリスクがある方には、「特定保健指導」という生活習慣を見直すための支援事業を無料で行っています。

早期の取り組みが大切です!!

案内が届いた方は一緒に生活習慣を見直しましょう。

生活習慣病は、生活習慣を見直したり、早期に対策をとることで発症や重症化を防ぐことができます。
対策は早ければ早いほど効果があります!



特定健康診査についてのお問合せは・・・

福生市保健センターへ 電話 042-552-0061 (直通)