

40～74歳の方へ 今年の特定健診は受けましたか？

年に1回は、**無料**の特定健診を受けましょう！



◀健診のくわしい
内容はコチラ

本来ならば、**12,000円**相当の検査を
無料で受けることができます。

毎年の受診で、病気の兆候を早期に見えます。
健診は、いつまでも健康でいるための第一歩です。

受診期限：**令和6年1月31日(水)**まで

12月以降は医療機関が混みあうため、早めの受診がオススメ！

主な検査項目

血液
検査

血圧

検尿

身体
計測

心電図

胸部
X線

問診

所要時間 約1時間 ※ 混雑状況により健診にかかる時間は前後することがあります。
※ 受診券を紛失された方は、再発行いたします。

【問合せ先】保健事業担当 ☎ 03(3880)5018

医療費が
高い方 医療費が高額になる方は
「限度額適用認定証」の申請を！



入院・外来などで医療費が高額になる方は、「限度額適用認定証(※1)」を
医療機関などに提示、またはオンライン資格確認(※2)を受けることで、一医
療機関の支払いを限度額におさえることができます(保険診療分のみ対象
となります)。

- ※1 住民税非課税世帯の方は「限度額適用・標準負担額減額認定証」になります。
※2 オンライン資格確認とは、マイナンバーカードのICチップまたは健康保険
証の記号番号等により、オンラインで資格情報の確認ができる仕組みです。
必要な機器を導入している医療機関でのみ資格確認を受けることができ
ます。

申請に必要なもの

- ① 必要な方
「保険証」
- ② 手続きをする方の本人確認
書類(運転免許証やパス
ポート、マイナンバーカード
などのいずれか)
※ 上記3点以外の確認書
類はお問合せください。
- ③ 保険料を最近納付
された場合(14日
以内)、納付した
ことが分かるもの
(領収書など)

申請に必要なものをお持ちのうえ、**事前に**国民健康保険課(北館2階
5番窓口)でお手続きください。**区民事務所では手続きできません。**
**「保険料の滞納がないこと」「住民税の申告」「年齢」などの交付条件
があります**ので、詳しくはお問合せください。

70歳～74歳までの方へ (高齢受給者証を持っている方)

医療機関の窓口で限度額の適用を受けるには、所得区分に応じて、
事前に**認定証の申請が必要**です(限度額は一医療機関ごとに、月単
位で個人ごとに適用されます)。保険証・高齢受給者証と合わせて、
医療機関へ提示、またはオンライン資格確認を受けることで、限度
額までの支払いで済むことになります。

所得区分	申請手続き
現役並み所得者Ⅲ (課税所得690万円以上)	不要(※3)
現役並み所得者Ⅱ (課税所得380万円以上 690万円未満)	「限度額適用認定証」を 申請
現役並み所得者Ⅰ (課税所得145万円以上 380万円未満)	
一般	不要(※3)
低所得者Ⅱ	「限度額適用・標準負担額 減額認定証」を申請
低所得者Ⅰ	

※3 現役並み所得者Ⅲ及び一般の世帯の方は、高齢受給者証の提示により
限度額の適用を受けられるため申請は不要です。

【問合せ先】給付担当 ☎ 03(3880)5241

交通事故 交通事故にあったときは
届け出が必要です



交通事故など、第三者の行為でけがをした場合、医療機関を受診する
前に給付担当にご連絡ください。「第三者行為による傷病届」を提出
する必要があります。

届け出に必要なもの

事故証明書(後日でも可)、保険証、届出人の印鑑

示談の前に相談を

国民健康保険へ届け出る前に示談が成立していたり、相手側から治療費
を受け取っていたりすると、国民健康保険による治療が受けられなくなる
場合があります。

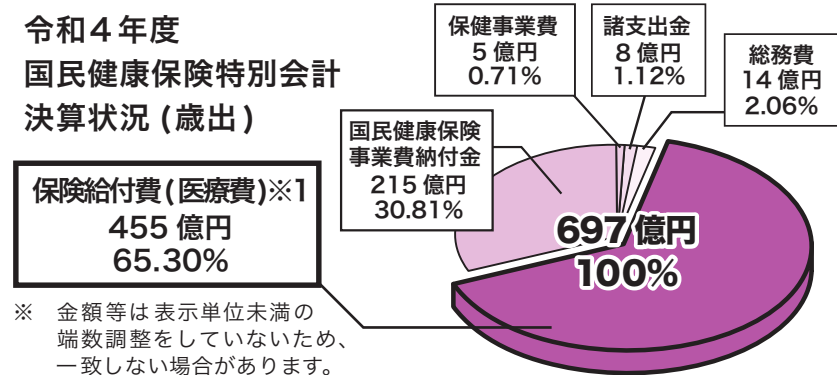
その他の第三者行為

以下のような場合も給付担当に届け出てください。

- ・ スキー・スノーボードなどの衝突・接触事故
- ・ 他人が飼育する動物にかまれた
- ・ 工事現場からの落下物などによるけが など

【問合せ先】給付担当 ☎ 03(3880)5241

令和4年度 1人あたりの医療費が 歳出決算 増加しています



令和4年度の医療費(※1)は、令和4年10月からの社会保険適用範
囲拡大等の影響により、被保険者数が大きく減少したことで、前年度よ
り**13億円減少**しました。しかし、**1人あたりの医療費は、5,559円増**
の323,703円となりました。

1人あたりの医療費の増加は、保険料の上昇につながります。適正な
受診やジェネリック医薬品の活用、セルフメディケーション(※2)
に取り組むなど、医療費の削減にご協力をお願いいたします。

※2 定期健診の受診などを通して、日ごろから自分の健康に関心を持ち、軽い不調
には市販薬で対処するなど、自分の健康を守る意識を持つこと。

【問合せ先】
決算状況について 庶務係 ☎ 03(3880)5851
ジェネリック医薬品について 給付担当 ☎ 03(3880)5241
データヘルス推進課 データヘルス推進係 ☎ 03(3880)5601

リサイクル適性(A)
この印刷物は、印刷用の紙へ
リサイクルできます。

あだち

国保だより

2023年11月号 No.214

足立区区民部国民健康保険課
〒120-8510 足立区中央本町1-17-1
TEL.03(3880)5851(庶務担当)
FAX.03(3880)5618
Eメールアドレス
kokuho@city.adachi.tokyo.jp
足立区HPアドレス
https://www.city.adachi.tokyo.jp/

産前産後の 保険料が免除になります

申請
必要

令和6年1月から、産前産後の保険料が免除になる制度が始まります。
免除を受けるためには、**申請が必要**です。令和6年1月以降、申請の受付を開始
する予定です。

保険料が免除になる期間



対象 令和5年11月以降に出産する予定の被保険者、または出産した被保険者。

免除期間 出産予定日の属する月の前月から**4か月間免除**。
※多胎妊娠の場合は、出産予定月の属する月の3か月前から**6か月間免除**。

受付開始日時や申請方法は、令和6年1月以降、あだち広報、区・ホームページ等でお知らせします。

【問合せ先】資格賦課担当 ☎ 03(3880)5240

申込期限迫る!!
12月1日(金)

口座振替新規加入 キャンペーン実施中!

区内共通商品券
最大10,000円分
が抽選で当たるチャンス!
1万円分10名様 2,000円分350名様

対象

次のすべてに該当する方

- ① 令和5年6月14日から12月1日の間に新規に口座振替を申し込みされた方。
※ 既に口座振替をしている方(口座振替変更の申し込みを含む)は対象外です。
- ② 国民健康保険料の滞納がない方。
- ③ 口座振替申し込み後、令和6年1月期の口座引落しが確認できた方。

当選発表

当選者の発表は賞品の発送(3月予定)を
もってかえさせていただきます。

口座振替のお手続き方法は2面中央
「納付方法」をご覧ください。

【問合せ先】収納管理担当 ☎ 03(3880)5242

知ると分かる。
すると変わる。
SDGs MODEL ADACHI



納付書

令和5年11月納期分～令和6年3月納期分
国民健康保険料の納付書を同封しています【対象】保険料を納付書で
お支払いいただいている世帯

国民健康保険料の納付義務者は世帯主のため、納付書は世帯主あてにお送りしています。

※ 世帯主が国民健康保険に加入していない場合は、世帯主欄に「被保険者でない世帯主」と記載されています。

保険料の金額や納付状況により、お送りしている納付書の枚数は異なります。

以下の世帯には納付書をお送りしていません。

- ▶ 口座振替を利用している。
- ▶ 令和5年度保険料を全額納付済み。
- ▶ 今後の保険料が全額年金からの引落し（特別徴収）となる。

納付書は10月20日現在の
情報をもとに作成しています

10月22日以降に資格取得・喪失などの届出があり、保険料が変更となっている世帯については、12月中旬に保険料決定（変更）通知書をお送りします。

保険料変更により、納めすぎの保険料が発生した場合は、還付のお知らせをお送りします。



「こくほ」のマークがついた封筒でお送りしています。

【問合せ先】資格賦課担当 ☎ 03 (3880) 5240

納付方法 国民健康保険料のお支払いは口座振替が原則！



年金からの引落し（特別徴収）でお支払いされている方以外は、口座振替でのお支払いが原則です。

口座振替のお申込み方法

① キャッシュカードによる手続き

金融機関のキャッシュカードがあれば、暗証番号を入力し、口座振替依頼書を記入するだけで申込みます。	取扱16金融機関
銀行 ゆうちょ、みずほ、三菱UFJ、三井住友、りそな、埼玉りそな、きらぼし	信用金庫 足立成和、城北、澁野川、朝日、亀有、巣鴨、青木、東京東
口座名義人の方以外は手続きできません。	信用組合 青和

申込場所 国民健康保険課、お近くの区民事務所

必要なもの キャッシュカード、保険証、運転免許証、マイナンバーカードなど

② 口座振替依頼書による手続き

口座振替依頼書でお申込みください。

申込場所 区内金融機関、国民健康保険課、お近くの区民事務所

必要なもの 通帳、通帳届出印、保険証

口座振替の手続きは、国民健康保険課（北館2階3番窓口）・お近くの区民事務所・区内金融機関窓口のほか、**郵送でも受け付けています**。口座振替依頼書がお手元にない場合は、お送りしますのでお問合せください。

口座振替の引落日は、毎月末日です。

末日が金融機関の休業日の場合は、翌営業日となります。口座振替が開始になる月の15日頃にハガキでお知らせします。
※ 残高不足等で引落しができなかった場合、翌月の振替時に翌月分と合わせて再振替を行います（再振替でも残高不足となった場合、再々振替は行いません）。

年金からの引落しも口座振替に切替可能

年金からの引落し（特別徴収）も口座振替に切替えることができます。手続きの約3か月後の納期分からお支払方法が切替ります。

【問合せ先】収納管理担当 ☎ 03 (3880) 5242

軽減

保険料が軽減される場合があります！ ③は対象の方全員該当します

① 失業された方（申請必要）



対象 離職日現在、64歳以下で下記コード表に該当する方。
※ 特例受給資格者及び高年齢受給資格者は対象外。

軽減内容 離職者の前年の給与所得を $\frac{30}{100}$ とみなして計算します。

軽減期間 離職の翌日から翌年度末まで
※ 雇用保険の失業給付等を受ける期間と軽減期間は異なります。また国民健康保険に加入中は、途中で就職しても軽減の対象となりますが、国民健康保険を脱退すると終了します。

届出 雇用保険受給資格者証または雇用保険受給資格通知（離職票は不可）をお持ちのうえ届け出をしてください。
※ 郵送でも届出ができます。ご希望の方はお問合せください。

雇用保険受給資格者離職理由コード表

対象者	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

※ 離職理由コードは雇用保険受給資格者証または雇用保険受給資格通知をご確認ください。

② 被用者保険※1の被扶養者だった
65歳以上の方（申請必要）

対象 次のすべてに該当する方。

- ① 被用者保険から後期高齢者医療制度へ移行した方（被保険者）の被扶養者で、被保険者が後期高齢者医療制度へ移行することに伴い国民健康保険に加入した方。
- ② 加入日時時点で65歳以上75歳未満の方。

所得割…全額免除
均等割…半額免除（資格取得から2年間）
詳しくはお問合せください。

※1 社会保険や共済保険のことです。
国民健康保険組合は該当しません。

③ 就学前の子ども（申請不要）



対象 就学前の子ども（6歳に達する日以後の最初の3月31日以前である方）

※ 令和5年度は平成29年4月2日以降に生まれた方。

軽減内容 令和5年度国民健康保険料の就学前の子どもにかかる均等割額の5割を軽減します。

申告

保険料は所得に関する税申告をもとに決定 ～申告は毎年忘れずに～



国民健康保険に加入している方は、所得のない場合でも税の申告が必要です。税の申告を忘れると、所得が確定しないため保険料の軽減などができません。申告をもとに右記5項目を算定・判定します。

※ 国民健康保険に加入している方がいる世帯は、国民健康保険未加入の方も申告が必要になる場合があります。詳しくはお問合せください。

収入が「遺族年金・障害年金」のみの方も住民税（所得税）の申告をすることで、保険料の軽減などができる場合があります。

税の申告をもとに算定・判定する項目

- ① 国民健康保険料の所得割額の算定
- ② 国民健康保険料の均等割額の軽減判定
- ③ 入院時食事代の自己負担額の減額判定
- ④ 高額療養費の自己負担限度額の判定
- ⑤ 高齢受給者証の負担割合の判定

ご注意ください！

他の保険に加入したときは
国民健康保険をやめる手続きが必要です！

- ① 社会保険などに加入したときは、原則14日以内に国民健康保険をやめる手続き（喪失届）が必要です。
- ② やめる手続きがない場合、保険料の請求が続きます。また届出が遅れると、払い過ぎた保険料の還付が受けられない場合があります（※1）。

※1 保険料は、原則として、当該年度における最初の保険料の納期の翌日から起算して2年を経過した日以降、賦課決定や変更をすることができません（賦課決定の期間制限）。そのため、賦課決定の期間制限に該当すると保険料を減額できないため、支払い済みの保険料を還付できない場合があります。

国民健康保険資格喪失届をすべて記入して切り取り、勤務先の健康保険証（国保をやめる方全員分）のコピーと国民健康保険証を同封して、ご郵送ください。 ※ 郵送代、コピー代は自己負担となります。

〒120-8510
足立区中央本町1-17-1

足立区 国民健康保険課
資格賦課担当

国民健康保険資格喪失届 ※ 住所・世帯主氏名・電話番号・該当者氏名・生年月日のすべてを記入してください。

住 所	足立区		
世帯主氏 名	電話 番号	自宅 携帯	
加 他 入 の 保 険 方 に	S・H・R 年 月 日生		S・H・R 年 月 日生
	S・H・R 年 月 日生		S・H・R 年 月 日生

該当者氏名を記入していても、勤務先の健康保険証のコピーがない場合は手続きできませんのでご注意ください。

滞納

保険料を納めないと…



財産の差押え

- ① 納期限までに保険料の納付がない場合、督促状を送付します。
- ② 電話・文書・訪問による催告を行います。
- ③ 保険料の滞納が続いた場合、財産の差押えを行います（預貯金・生命保険・給与・売掛金・不動産など）。

短期証、資格証の交付

上記①～③の処分後も滞納が解消されない場合
・有効期限の短い保険証（短期証）を交付。

さらに納付や相談がない場合

- ・被保険者資格証明書（資格証）を交付。
- ・医療機関などで支払う医療費が全額自己負担。
- ・自己負担した分のうち、申請により還付される医療費は滞納保険料に充当。

【問合せ先】滞納整理第一係・第二係 ☎ 03 (3880) 5243
☎ 03 (3880) 5244
☎ 03 (3880) 5019

休日開庁 第4日曜日に実施



毎月第4日曜日は、本庁舎を開庁して国民健康保険業務を行っています。なお、休日開庁日に受付できない手続きもありますので、ご不明な点は事前にお問合せください。

時間 午前9時から 午後4時

場 所 足立区役所 北館2階
国民健康保険課

国民健康保険料滞納分の納付相談
滞納整理第一係・第二係（1番窓口） ☎ 03 (3880) 5243
☎ 03 (3880) 5244
☎ 03 (3880) 5019

国民健康保険の加入・脱退、保険証
資格賦課担当（2番窓口） ☎ 03 (3880) 5240

国民健康保険料の支払い
収納管理担当（3番窓口） ☎ 03 (3880) 5242

国民健康保険の各種証明書発行
庶務担当（4番窓口） ☎ 03 (3880) 5851

限度額適用認定証、療養費、高額療養費
出産育児一時金、葬祭費、特定疾病療養受療証
給付担当（5番窓口） ☎ 03 (3880) 5241