

# 40~74歳の方へ 特定健診の受診を！



マイナ保険証を利用すると、  
マイナポータルで特定健診の  
受診結果を見ることができます。

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

**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発見できます。  
健診は、いつまでも健康であるための第一歩です。

**受診期限：令和7年1月31日(金)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です！

### 主な検査項目

- 問診
- 身体計測
- 血液検査
- 血圧
- 検尿
- 心電図
- 胸部X線

**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

## 限度額適用 認定証 長期入院している方は 申請を



住民税非課税世帯及び70歳以上で所得区分が低所得Ⅱの方は、  
入院期間が過去12カ月で90日を超えた場合は、食事代の負担額  
が減額となりますので、限度額適用認定・標準負担額減額認定証の  
申請が必要となります(マイナ保険証をご利用の方も含む)。

### 申請に必要なもの

- 必要な方の「保険証」
- 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
- 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、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ができません。  
なお、入院日数が90日を超えたのが過去2カ月以内の場合は、入院医療費の領収書等、入院期間の確認ができるものが必要となります。詳しくは担当までお問合せください。

【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、第三者の行為だけが原因の場合、給付担当にご相談ください。「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

## 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 分割納付の不履行または滞納が続いた場合、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)。

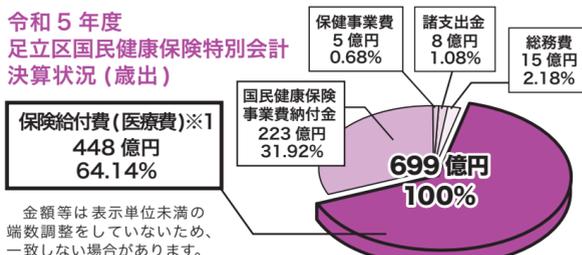
### 医療負担割合の変更

上記①~③の処分後も、滞納が解消されず、納付の相談などもしない場合は、医療機関窓口における負担割合が10割負担(全額自己負担)となる場合があります。

- ・ 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

## 令和5年度 足立区国保加入者1人あたりの 医療費が増加しています



令和5年度の医療費(※1)は、団塊の世代の後期高齢者医療制度への移行などにより、被保険者が減少したことで、4年度より**7億円減少**しました。一方、**1人あたりの医療費**は、4年度の323,703円から**11,904円増**の335,607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。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責任を持ち、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もつこと

【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



あだち

# 国保だより

2024年11月号 No.216

発行 足立区区民部国民健康保険課  
住所 〒120-8510 足立区中央本町1-17-1  
☎ 03(3880)5851(庶務担当)  
FAX 03(3880)5618  
✉ kokuho@city.adachi.tokyo.jp  
HP https://www.city.adachi.tokyo.jp/

## 現在の 12月2日に**保険証**は新規発行が**終わります** —あなたはマイナ保険証を持っていますか?—

お早めにマイナ保険証(保険証の利用登録をしたマイナンバーカード)のご準備をお願いします。



## マイナ保険証にはメリットがあります!

- その1 医療費を節約できる**  
医療費全体で20円節約でき、それに伴って医療機関等での自己負担も低くなります。
- その2 より良い医療を受けることができる**  
過去に処方されたお薬や特定健診などの情報が医師等と共有され、データに基づく最適な治療が受けられるようになります。
- その3 手続きなしで高額医療の限度額を超える支払いを免除**  
限度額適用認定証等がなくても、高額療養費制度における限度額を超える支払いが免除されます。  
※ 申請が必要な場合があります。詳しくは4面中央「限度額適用認定証」をご覧ください

マイナ保険証についてはコチラ

現在の保険証は、有効期限(令和7年9月30日)までお使いいただけます。マイナ保険証をお持ちでない方には、現在の保険証が使えなくなる前に、「資格確認書」を郵送します(手続き不要)。「資格確認書」を病院・薬局の窓口で提示することで、従来と同じように医療が受けられます。70~74歳の方は「資格確認書」と「高齢受給者証」を窓口でご提示ください。

**資格確認書に関する問合せ先** 資格賦課担当 ☎03(3880)5240

**マイナンバーカードに関する問合せ先** マイナンバー総合フリーダイヤル ☎0120-95-0178  
(平日9:30~20:00/土日祝9:30~17:30)

**マイナンバーカードの保険証利用登録をサポートします(申込不要)** <詳しくはコチラ>

ご自身の登録が難しい方向けに、マイナンバーカードの健康保険証の利用登録をサポートします。

- 対象** マイナンバーカードを持っており、国民健康保険または後期高齢者医療制度などに加入している方  
※ 電子証明書が失効しているなど、当日手続きできない場合があります
- 持ち物** マイナンバーカード、あらかじめ設定した4桁の暗証番号

【問合せ先】  
戸籍住民課マイナンバーカード交付担当 ☎ 03(3880)5698

日程	場所
11/5(火)~8(金)	東和・舎人地域学習センター/江南住区センター
11/12(火)~15(金)	佐野・新田・保塚地域学習センター
11/19(火)~22(金)	梅田・興本・花畑地域学習センター
11/24(日)	区役所中央館・1階(9時~16時)
11/25(月)~29(金)	伊興・鹿浜地域学習センター/生涯学習センター(学びピア21内)
12/2(月)~6(金)	竹の塚・江北地域学習センター、勤労福祉会館(綾瀬ブルミエ内)

※ 時間:9時~17時、金曜日(12/6は除く)は15時終了



12/2  
締切

# 口座振替新規加入キャンペーン実施中！

くわしくはコチラ▶



抽選で区内共通商品券1万円分10名様、2千円分350名様に当たります！【問合せ先】収納管理担当 ☎ 03 (3880) 5242

## 納付書 国民健康保険料の納付書を同封しています

令和6年11月納期分  
～令和7年3月納期分



### 【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6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25日現在の 情報をもとに作成しています

10月27日以降に資格取得・喪失などの届け出があり、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できます。

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、瀬野川、朝日、亀有、楽穂、青木、東京東
信用組合	青和

口座名義人の方以外は手続きできません。

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

【問合せ先】収納管理担当 ☎ 03 (3880) 5242

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らない場合は、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

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！



### 国民健康保険資格喪失届

住所	足立区							
世帯主氏名				電話番号				
他加入した方に	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等がない場合は手続きできませんのでご注意ください。

【郵送先】〒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

- 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)のコピー等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

## 軽減

## 保険料が軽減される場合があります！<sup>②</sup>は対象の方全員該当します

### ① 失業された方(手続き必要)



対象 離職日現在、65歳未満で下記コード表に該当する方。  
※ 特例受給資格者及び高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。

※ 郵送でも届け出ができます。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 就学前の子ども(手続き不要)



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6年度は平成30年4月2日以降に生まれた方

軽減内容 令和6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。

【問合せ先】資格賦課担当 ☎ 03 (3880) 5240

### 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

## 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、休日開庁日に受け付け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

## National Health Insurance for Foreign Nationals

### がいくせき かた こくみんけんこうほけん 外国籍の方の国民健康保険



If you enroll in the National Health Insurance, you will be charged the National Health Insurance premiums. When you receive the payment slip for the National Health Insurance premiums, be sure to pay it. Failure to pay may result in the seizure of the head of household's salaries, bank savings, etc.

こくみんけんこうほけん かにゆう こくみんけんこうほけんりょう  
国民健康保険に加入すると、国民健康保険料がかかります。  
こくみんけんこうほけんりょう のうふしよ とど かなら のうふ  
国民健康保険料の納付書が届いたら、必ず納付してください。  
おさ せたいぬし かた きゅうよ ぎんこうよきん さ お  
納めないと世帯主の方の給与や銀行預金などが差し押さえられる場合があります。

Inquiries  
といあわ きき たいのうせいりだいいち だいにかり  
【問合せ先】滞納整理第一・第二係 ☎ 03 (3880) 5243  
☎ 03 (3880) 5244  
☎ 03 (3880) 5019