あだち
国保だより
2026年11月号　No.220

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
☎ 03(3880)5851(庶務担当)
FAX 03(3880)5618
✉ kokuho@city.adachi.tokyo.jp
HP https://www.city.adachi.tokyo.jp/

令和８年８月から高額療養費制度が見直されました

高額療養費制度は、１か月に支払う医療費の自己負担額が一定の上限を超えた場合に、その超えた分が支給される制度です。
令和８年８月から、自己負担限度額が見直されるとともに、長期療養される方への配慮として年間上限額が新設されました。
１年間（８月から翌年７月まで）の医療費の自己負担額が年間上限額に達した場合、超えた分を支給します。対象となる方には、支給のご案内をお送りします。

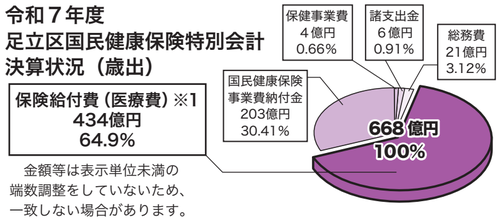
【問合せ先】
給付担当 ☎ 03(3880)5241

区分		年収目安	月額上限 入院＋外来（世帯ごと）〈多数回該当〉	年間上限 入院＋外来（世帯ごと）	外来（個人ごと）70歳以上のみ
70歳未満	70歳以上				
ア	現役並Ⅲ	約1,160万円以上	270,300円 ＋医療費 901,000円を超えた1% 〈140,100円〉	168万円	—
イ	現役並Ⅱ	約770万円～約1,160万円	179,100円 ＋医療費 597,000円を超えた1% 〈93,000円〉	111万円	—
ウ	現役並Ⅰ	約370万円～約770万円	85,800円 ＋医療費 286,000円を超えた1% 〈44,400円〉	53万円	—
エ	一般	～約370万円	61,500円 〈44,400円〉	53万円（※）	22,000円（年21.6万円）
オ	—	（70歳未満）住民税非課税	36,900円 〈24,600円〉	29万円	—
—	低所得Ⅱ	（70歳以上）住民税非課税	25,700円 〈24,600円〉	29万円	11,000円（年9.6万円）
—	低所得Ⅰ	（70歳以上）住民税非課税＋一定所得以下	15,700円	18万円	8,000円

※　年収約２００万円未満の場合は、年間上限 41 万円を適用

令和7年度 歳出決算　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７年度
足立区国民健康保険特別会計
決算状況（歳出）



金額等は表示単位未満の端数調整をしていないため、一致しない場合があります。

令和７年度の被保険者数は、団塊の世代が後期高齢者医療制度へ移行したことなどから、令和６年度と比べて約３，６００人減少しました。一方で、令和７年度の医療費（※１）は前年度比**５，０００万円増加**しています。
これは、**１人あたりの医療費**が令和６年度の３３８，１０５円から、令和７年度は３４８，２２２円と１０，１１７円増えたことが主な要因です。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

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、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）、マイナ保険証または資格確認書、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

ご注意ください！　他の健康保険に加入したときは、国民健康保険資格喪失手続きが必要です！

国民健康保険資格喪失届をすべて記入して切取り、下記の必要書類を同封して、ご郵送ください。郵送代、コピー代は自己負担となります。

【必要書類】
① 勤務先の健康保険の資格確認書または資格情報のお知らせのコピー、もしくはマイナポータルの医療保険の資格情報PDF（全体）を印刷したもの（資格喪失者全員分）※　資格取得年月日が記載されているもののみ受付
② 国民健康保険資格確認書 ※　お持ちの方のみ

国民健康保険資格喪失届 ※ すべて記入してください

世帯主	氏名		記号番号	21 — —
			マイナンバー（個人番号）	
	住所 足立区		電話 （ ）	
喪失する人 1	氏名		2 氏名	
	生年月日	昭・平・令 年 月 日	生年月日	昭・平・令 年 月 日
	マイナンバー		マイナンバー	
3	氏名		4 氏名	
	生年月日	昭・平・令 年 月 日	生年月日	昭・平・令 年 月 日
	マイナンバー		マイナンバー	

該当者氏名を記入していても、必要書類がない場合は手続きできませんのでご注意ください。

- 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資格喪失届の提出が必要です。
- 国民健康保険資格喪失届の提出がない場合、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）。

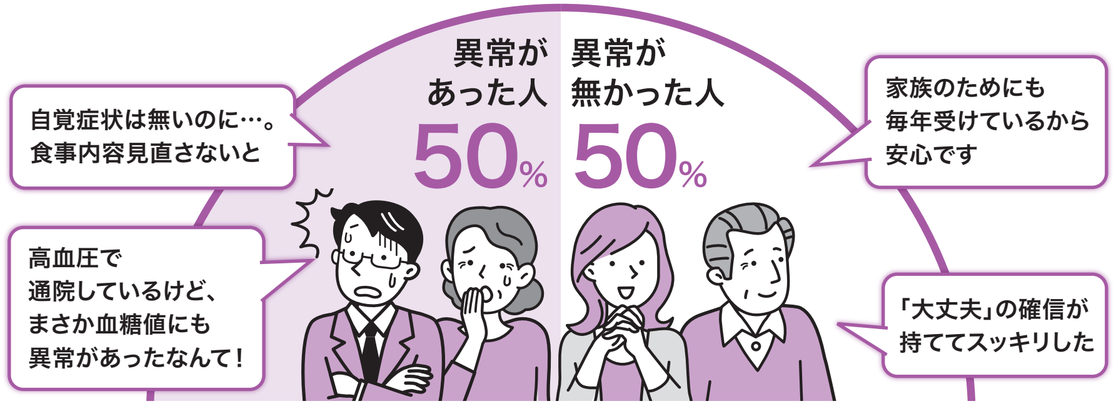
※1　保険料は、原則として、当該年度における最初の保険料の納期の翌日から起算して２年を経過した日以降、賦課決定や変更をすることができません（賦課決定の期間制限）。そのため、賦課決定の期間制限に該当すると保険料を減額できないため、支払い済みの保険料を還付できない場合があります

【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

リサイクル適性Ⓐ この印刷物は、印刷用の紙へリサイクルできます。

健康診断、最後に受けたのいつですか？

特定健診受診者のうち2人に1人に異常あり！



生活習慣病は自覚症状なく進行し、重症化すると
「失明」「透析」「脳卒中」「足の壊疽（えそ）」につながることも。

自覚症状が出てからでは 手遅れかも？

元気な今のうちから、年に1回の特定健診を

くわしくはコチラ

主な検査項目
- 問診
- 身体計測
- 血圧測定
- 尿検査
- 血液検査
- 心電図
- 胸部X線検査

実施場所
区内の指定医療機関

対　象
国民健康保険に加入の40歳から74歳の方

費　用
約12,000円相当の検査が
0円！
おトク！

受診の流れ

①受診券の確認
対象者には５月に黄色の封筒で受診券を郵送済み。紛失した方には再発行します。

②予約
指定医療機関から選んでご予約ください。土日に実施の医療機関もあります。
令和8年度の受診期限は令和９年１月31日まで
※１月３１日は日曜日のため、休診の医療機関あり

③受診当日
次の3点をご持参ください。
- 受診券
- 質問票
- マイナ保険証または資格確認書

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経年で見られます。

【問合せ先】保健事業担当 ☎ 03(3880)5018

知ると分かる。すると変わる。 SDGs MODEL ADACHI　足立区

納付書　国民健康保険料の納付書を同封しています

令和8年11月納期分
～令和9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８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23日現在の情報をもとに作成しています

１０月２５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 のマークがついたアイボリー色の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！

口座振替のお申込み方法

❶ 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し込みできます。

口座名義人の方以外は手続きできません。

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、瀧野川、朝日、亀有、巣鴨、青木、東京東
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、被保険者記号番号がわかるもの、運転免許証、マイナンバーカードなど

❷ 口座番号・通帳届出印による手続き

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、被保険者記号番号がわかるもの

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。
口座振替の手続きは、国民健康保険課（足立区役所北館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日頃に通知書でお知らせします。
※　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

保険料　令和８年度から延滞金・還付加算金を実施

延滞金について

保険料は納期限までに自主的に納めていただくものです。
納期限までに納めていただけなかった場合、**令和8年6月以降に賦課された保険料より、**被保険者の公平性の確保等のため、**延滞金が加算されます。**計算方法など詳しくは区ホームページをご覧ください。

還付加算金について

還付加算金とは、二重納付または保険料変更により発生した還付金がある場合に、還付までの期間に応じて、還付金の額に一定の割合を乗じて加算する、利息相当分のことです。計算方法など詳しくは区ホームページをご覧ください。

【問合せ先】収納管理担当 ☎ 03（3880）5242

National Health Insurance for Foreign Nationals
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.

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。
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。
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。

We have created a video explaining the National Health Insurance system.
国民健康保険制度に関する動画を作成しました。

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

軽減　保険料が軽減される場合があります！ ❷は対象の方全員該当します

❶ 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

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は異なります
※　保険料軽減は国民健康保険の資格を喪失すると終了します

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）をお持ちのうえ届出
※　郵送を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

❷ 高校3年生年代までの子ども（手続き不要）

医療分・支援金分　未就学児の均等割額を５割軽減
※　令和8年度は令和2年4月2日以降に生まれた方

子ども・子育て支援金分　18歳に達する日以後の最初の3月31日以前まで均等割額を全額軽減

❸ 被用者保険※1の被扶養者だった65歳以上の方（手続き必要）

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　加入日時点で65歳以上75歳未満の方

軽減内容　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

❹ 産前産後の方（手続き必要）

対象　出産した（する）方で、免除対象期間に足立区の国民健康保険に加入されている方
※　妊娠期間が85日以上の方が対象です
※　早産・流産・死産（人工中絶を含む）の場合であっても、妊娠期間が85日以上であれば対象です

免除期間　①　単胎妊娠の方の場合
出産をした（する）月の前月から4カ月
②　多胎妊娠の方の場合
出産をした（する）月の3カ月前から6カ月

届出　母子健康手帳をお持ちのうえ、国民健康保険課（足立区役所北館２階２番窓口）へ
※　郵送でも届出できます。ご希望の方はお問合せください
※　区民事務所では届出できません

【問合せ先】資格賦課担当 ☎ 03（3880）5240

申告　収入が無い方も税申告は必要です

国民健康保険に加入している方は、収入（所得）がない場合でも、課税課（足立区役所中央館１階）で収入（所得）の申告が必要です。未申告のままだと、正しい保険料の計算ができないだけでなく、保険料の軽減措置が受けられない場合もあります。
毎年忘れずに収入（所得）の申告をしてください。

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

※　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」のみの方も収入（所得）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

納付相談　お支払いが困難な場合は…

生活困窮等、ご事情により保険料の納付が困難な場合は、納付のご相談をお受けしております。
担当へお早目にご相談をお願いいたします。

◎未納の状態が続くと…

①　預貯金等の財産が判明した場合、差し押さえられる可能性があります。
②　病院等で支払う医療費が全額自己負担となる場合があります。

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

限度額適用認定証　長期入院の方以外は申請不要

マイナ保険証・資格確認書により医療機関で限度額が確認できるため原則提示が不要です。
ただし、９０日を超える長期入院で食事代の減額を受ける方は、引き続き「限度額適用・標準負担額減額認定証」の手続きが必要となります。
限度額適用認定証は、通院先医療機関へご確認のうえ、必要な場合のみ申請してください。

【問合せ先】給付担当 ☎ 03（3880）5241

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、資格確認書等
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