

こくほで
ホツ

国保だよい

恵庭市特定健康診査・健康診査のお知らせ ～年に一度は必ず健康診査を受診しましょう～

「特定健診」は、メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）とその予備軍を、早期に発見し改善するための健診です。また、35歳から39歳の方については、保健センターで実施する集団検診にて「健康診査」を実施しています。

特定健診の内容

問診、身体計測（身長・体重・BMI・腹囲）、理学的検査（視診・触診・聴打診）、血圧、血中脂質検査（中性脂肪・HDLコレステロール・LDLコレステロール）、肝機能検査（GOT・GPT・γ-GTP）、血糖（空腹時血糖・HbA1c）、尿検査（尿糖・尿蛋白）、血中脂質検査（総コレステロール）、肝機能検査（アルブミン・総蛋白）、貧血検査（ヘマトクリット値・血色素・赤血球）、尿酸、血清クレアチニン、心電図検査
※一定の基準のもと、医師が必要と認めた場合は、眼底検査を追加します。



特定健診の受け方

40歳から74歳の国民健康保険加入者。費用は無料です。

① 集団検診（恵庭市）

② 送迎バス検診（札幌市）

③ 個別検診

下記申込先にお電話の上、お申し込みください。
恵庭市保健センター（保健課） ☎ 25-5700

受診をされる医療機関へ
直接お申し込みください。

健康診査の受け方

35歳から39歳の方

健康診査については、希望者のみ受診となります。希望者は、恵庭市保健センターへお電話のうえお申し込みください。
※自己負担額 1,000 円を検診当日にお支払いいただきます。
※日程については、申込時にお問い合わせください。

がん検診

特定健診と同時にがん検診も申込可能です。検診可能な医療機関・費用等につきましては、別途郵送いたしました特定健診のご案内をご覧ください。か、恵庭市保健センターまでお問い合わせください。



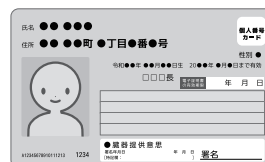
マイナ保険証をご利用ください

令和 7 年 12 月 1 日をもって、全ての健康保険証の有効期限が満了しました。

マイナ保険証をお持ちの方は「マイナ保険証」を、お持ちでない方は「資格確認書」をご利用ください。

マイナ保険証を利用するメリットは以下のとおりとなります。

- ・過去のお薬の情報や健康診断の結果を見られるようになるため、身体の状態や他の病気を推測して治療に役立てることが可能です。
- ・限度額認定証がなくても、高額医療費制度における限度額を超える支払が免除されます。



新しい「資格確認書」または「資格情報のお知らせ」は8月1日からお使いください

※新規加入者は適用開始日から使用することが可能です。

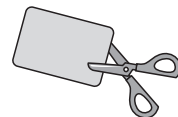
国民健康保険書類は毎年更新します ※マイナ保険証をお使いの方はそのまま使用できます。

保険書類の取扱いに注意しましょう

国民健康保険の資格確認書または資格情報のお知らせは、一人一枚です。必ず手元に保管してください。
また、保険書類の貸し借り等は絶対にしないでください。

これまでの保険証等は？

有効期限の切れた資格確認書または資格情報のお知らせは、
8月1日以降にはさみで裁断するなど確実に破棄願います。



保険書類の有効期限について ※70歳未満の方の「資格情報のお知らせ」には有効期限の記載がありません。

一般の世帯には、有効期限が「令和9年7月31日」の資格確認書または資格情報のお知らせをお送りしておりますが、高齢受給者証（※3ページ）の対象となる方がいる世帯や、「後期高齢者医療制度※注」により今後一年間に該当または非該当となる年齢到達予定の方には、それぞれ有効期限の違うものが発送されています。これらの方の資格確認書は、**各有効期限が近づきましたら再度新しいものをお送りします。**

※注「後期高齢者医療制度」：75歳以上のすべての人（65歳以上で一定の障がいがある人を含む）が加入する医療制度。75歳の誕生日から、これまで加入している国民健康保険等から抜けて同制度へ移行します。

保険書類を紛失した場合は？

保険書類を紛失したり盗まれた場合は、再交付手続きをすることになります。本人確認できる書類等を用意し、市役所国保医療課（1階⑥窓口）または支所・出張所へお越しいただくか、電話にてお申し出ください。

なお、下記の書類がない場合や電話でのお申し出については、保険書類を誤って他人に渡すことを防止するため、申請後に郵送することになりますのでご了承ください。

【本人確認できる書類等】

○運転免許証 ○パスポート ○マイナンバーカードなど顔写真のついた公的なもの。

他の健康保険制度に加入したときは国保脱退の手続きが必要です

国保をやめる時の手続きについて

社会保険など他の健康保険に加入した場合は、**14日以内**に国民健康保険の脱退手続きが必要となります。
※後期高齢者医療制度移行者は手続きの必要はありません。

やめる手続きが遅れると・・・

国保の資格が継続していることとなるため、保険税が請求されたままの状態になります。その他、国保の資格確認書または資格情報のお知らせで医療機関にかかった場合は、国保が負担した医療費を後から返していただく場合があります。

手続きに必要なもの（対象となる方全員）

- 新たに加入した健康保険の資格確認書または資格情報のお知らせ、資格取得証明書のいずれか
- 恵庭市発行の資格確認書
- マイナンバーのわかるもの

手続き方法

窓口以外に郵送で脱退の届け出をしていただくことも可能です。郵送で行う場合は、国保の資格確認書と、勤務先の健康保険の資格確認書や資格情報のお知らせなど資格取得日がわかる書類のコピー（今回国保を脱退される方全員分）を同封し、国保医療課へお送りください。

その際、日中連絡の取れる電話番号を、コピーの余白などに明記していただくようお願いします。

高齢受給者証について

高齢受給者証の対象者

70歳以上75歳未満の人（※70歳になった翌月から該当します）



70歳になったときは？

年の途中で70歳に到達し、負担割合が2割に該当する人の場合、適用となるのは誕生日の翌月1日からとなります（ただし、1日が誕生日の人のみ、その月から適用）。

誕生日月に翌月から使用する新しい資格確認書または資格情報のお知らせを郵送します。

お医者さんにかかるときは？

資格確認書には「医療費の一部負担金の割合」が記載されており、マイナ保険証をお使いの方はデータが反映されているため、どちらとも一枚で医療機関を受診できます。

負担割合の判定について

高齢受給者の負担割合は、対象となる人の前年の収入（所得）により下記の内容で判定します。

① 2割負担に該当する世帯 《“所得”による判定》

70～74歳までの国保加入者で、住民税の課税標準所得額（対象は前年の所得）が、145万円以上の人がない世帯が該当します。

② 2割負担に該当する世帯 《“収入”による判定》

①に該当しない世帯でも、次の要件に該当する場合、2割負担となります。

○対象（70～74歳の国保加入者）となる人が2人以上いる世帯の収入合計額が520万円未満の場合（※同一世帯に後期高齢者医療制度被保険者がいる場合も、対象者として人数に含まれます）

○対象（70～74歳の国保加入者）となる人が1人だけで、その人の収入が383万円未満の場合

※上記に該当しない方は3割負担となります。

判定時期等について

負担割合の判定は法律により毎年8月1日が基準日となっており、判定された負担割合は8月1日から翌年7月31日まで有効となります。

療養費の支給申請について



次のような場合は、医療費の全額（10割）をいったんお支払いいただきますが、国保医療課へ申請することにより、本来の自己負担分（2割または3割）以外が療養費として支給されます。

種 類	申請に必要なもの	備 考
コルセットなどの治療用装具を購入したとき	・ 医師による証明書 ・ 領収書 ・ 振込先口座情報	医師の指示により装具が必要と認められた場合に対象となります。 注) 日常生活や職業上必要なもの、美容目的のものは対象となりません。
やむを得ず資格確認書、資格情報のお知らせ提示できずに診療を受けたとき	・ 診療報酬明細書（レセプト） ・ 領収書 ・ 振込先口座情報	先に医療費の全額をお支払いいただき、やむを得ない事情があると認められたものが対象となります。
海外で診療を受けたとき	・ 診療内容明細書及びその翻訳文 ・ 領収明細書及びその翻訳文 ・ パスポート・振込先口座情報	日本の保険の適用範囲内のみが支給対象となります。 注) 受診を目的とした海外渡航の場合は支給対象となりません。

限度額適用認定証

医療費が高額になりそうなときに、保険書類とともに医療機関の窓口へ提示することにより、その窓口で支払う医療費が自己負担限度額に抑えられるものです。
また、道・市民税が非課税世帯の方の場合は、入院中の食事代も減額になります。



高額療養費の支給申請

「限度額適用認定証」の提示をせず医療機関の窓口で医療費を支払った場合や、複数の医療機関を受診され同一月に自己負担限度額を超えて医療費を支払った場合、手続きをすることにより高額療養費として支給されます。

種 類	申請に必要なもの	備 考
限度額適用認定証	・資格確認書、 資格情報のお知らせ	認定証は、申請月の初日から有効となります。
高額療養費の支給申請	・資格確認書、 資格情報のお知らせ ・領収書（原本） ・振込先口座情報	領収書は保険診療に係るもののみに対象となります。 注）入院時の食事代や差額のベッド代、文書代といった 保険適用外となる支払いは対象となりません。

◆自己負担限度額（月額）

令和8年8月に、高額療養費制度の改定などが予定されています。
制度内容が確定次第、恵庭市ホームページでお知らせします。

【70歳未満の方】※1

所得区分	外来＋入院（世帯ごと）
ア 年間所得 901 万円超	252,600 円 ＋（総医療費－842,000 円）×1% 【4 回目以降 140,100 円】※2
イ 年間所得 600 万円超～ 901 万円以下	167,400 円 ＋（総医療費－558,000 円）×1% 【4 回目以降 93,000 円】※2
ウ 年間所得 210 万円超～ 600 万円以下	80,100 円 ＋（総医療費－267,000 円）×1% 【4 回目以降 44,400 円】※2
エ 年間所得 210 万円以下	57,600 円 【4 回目以降 44,400 円】※2
オ 住民税非課税世帯	35,400 円 【4 回目以降 24,600 円】※2

【70～74歳の方】※4

所得区分	外来（個人ごと）	外来＋入院（世帯ごと）
現役Ⅲ（課税所得 690 万円以上） （認定証は発行されません）	252,600 円 ＋（総医療費－842,000 円）×1% 【4 回目以降 140,100 円】※2	
現役Ⅱ（課税所得 380 万円以上）	167,400 円 ＋（総医療費－558,000 円）×1% 【4 回目以降 93,000 円】※2	
現役Ⅰ（課税所得 145 万円以上）	80,100 円 ＋（総医療費－267,000 円）×1% 【4 回目以降 44,400 円】※2	
一般（課税所得 145 万円未満） （認定証は発行されません）	18,000 円 ※3	57,600 円 【4 回目以降 44,400 円】※2
低所得Ⅱ（非課税世帯で低所得Ⅰ以外の方）	8,000 円	24,600 円
低所得Ⅰ（非課税世帯で年金収入 80 万円以下など）		15,000 円

※1 70歳未満の方は、個人で1つの医療機関（入院と外来、内科と歯科は別々）ごとに、1ヶ月で21,000円を超える医療費が合算の対象となります。

※2 過去12ヶ月以内に限度額に達した支払が3回以上あった場合。

※3 年間（8月～翌年7月）の限度額は144,000円。

※4 70歳以上の一般と現役Ⅲの区分の方は保険証を提示するだけで自己負担限度額までの支払いとなるため、認定証の申請は必要ありません。

問合せ先

- ・国保の加入・脱退、国保税の賦課について（国保医療課 国保管理担当） ☎33-3131 内線 1161・1162
- ・特定健康診査、第三者行為、高額療養費、限度額適用認定証、療養費、出産育児一時金、葬祭費について（国保医療課 国保給付担当） ☎33-3131 内線 1163・1164
- ・国保税の納付について（債権管理課 徴収担当） ☎33-3131 内線 1423～1427
- ・特定保健指導、がん検診、集団・送迎バス検診の予約について（保健課） ☎25-5700（恵庭市保健センター）