



特定健診



「カラダの健康状態
を知らない」って、**ダメ**でしょ。

年に一度の健康チェック

特定健診

40歳~74歳



生活習慣病は
早期発見!



通院中の方も
特定健診の対象です!

主なお知らせ

- P2 特定健診を受けましょう
- P4 国民健康保険料が決まりました
- P6 8月1日から後期高齢者医療被保険者証が変わります
- P8 ジェネリック医薬品を利用しましょう

沼津市国民健康保険のメール配信サービス
「ぬまづ国保メール」をご利用ください。
登録は市ホームページまたはこちらから▶
各種助成や夜間・休日窓口のお知らせなど
をメールで配信しています。



発行元：沼津市役所 市民福祉部 国民健康保険課
☎ 055-934-4725



国民健康保険のお知らせ

特定健診を受けましょう

保健センター（健康づくり課）

055-951-3480

特定健診は、生活習慣病（糖尿病・高血圧・脂質異常症等）を予防・早期発見するための基本的な健康診査で、自分の健康を知るための大切なバロメーターです。この機会に受診しましょう。

対象

40歳～74歳の沼津市の国民健康保険加入者

※沼津市国保以外の方は、加入している健康保険組合等にお問い合わせください。

健診内容	健診料	持ち物
問診、身体計測、血圧・腹囲測定、尿検査（糖・たんぱく・潜血）、血液検査（糖・脂質・肝機能・腎機能等）、心電図・眼底検査等	800円	・2019年度沼津市健康診査受診券 ・国民健康保険被保険者証（保険証） ※受診券は6月上旬発送済み。届いていない場合は、保健センターにお問い合わせください。

健診期間：令和元年10月31日（木）まで

健診会場：実施医療機関または集団健診会場

※詳細は**広報ぬまづ6/1号**と同時配布の『沼津市健康診査のご案内』または市ホームページをご覧ください。

健診の情報は
こちらから▶



「沼津市健康診査のご案内」12～13ページに掲載の医療機関の電話番号を下記のとおり訂正します。

12ページ 海瀬医院（沼津市西浦久連）（正）942-2014（誤）966-0031

13ページ 西方外科医院（沼津市共栄町）（正）921-1333（誤）966-0031

健診を受けて健康特典を手に入れよう！

①国民健康保険に加入している40歳代の人へ【特定健診を受診した**先着600名様限定!**】

ジョイランドグループの『天然温泉ざぶ～ん 入浴半額割引券』をプレゼント。

健診結果郵送後、割引券を保健センターから別途郵送します。

②20歳以上の人へ（加入している健康保険は問いません）

今年度健診（特定健診・がん検診等）を受けた結果や受診券を雄大グループ コーケンくん各店舗に持参すると、『雄大グループで使用できるお食事券』（1,000円相当）をプレゼント。



人間ドックの受診費用を助成します

給付係

055-934-4725

助成を受けるには次の条件があり、該当者には7月下旬に案内はがきを郵送します。

- 平成30年4月1日以前から受診日まで継続して沼津市の国民健康保険の資格があること
- 平成30年度までの国民健康保険料を完納していること

3万円の助成

平成31年4月1日現在で年齢が30歳以上で平成30年度に1度も病院を受診していない人

2万5千円の助成

平成31年4月2日から令和2年4月1日までの間に、満40・45・50・55・60・65歳になる人

※助成後の検査料は、約1万円です（実施医療機関により異なります）。

受診期間：令和元年8月1日（木）～令和2年3月31日（火）

実施医療機関：案内はがきに掲載しています



脳ドックの受診費用の助成も行っています（申込制）。詳細は**広報ぬまづ6/1号**または市ホームページでご確認ください。

沼津市脳ドック

検索

国保に加入するとき、やめるときは届出が必要です

給付係
055-934-4725

国保の加入・脱退の届出は会社では行わないため、事実が発生した日から14日以内に、世帯主（または家族の人）が手続きを行ってください。

こんなとき	届出に必要なもの	届出先
他の健康保険を脱退して国保に加入するとき (会社を退職したとき等)	<input type="checkbox"/> 印鑑（朱肉を使うもの） <input type="checkbox"/> 他の健康保険の資格が失われたことを証明できるもの（脱退連絡票） <input type="checkbox"/> 顔写真付きの身分証明書（運転免許証等） <input type="checkbox"/> マイナンバーが確認できる書類	市民課 (市役所 1 階) または 市民窓口事務所
他の健康保険に加入して国保を脱退するとき (就職したとき等)	<input type="checkbox"/> 印鑑（朱肉を使うもの） <input type="checkbox"/> 国保保険証 <input type="checkbox"/> 新しい保険証または加入連絡票 <input type="checkbox"/> マイナンバーが確認できる書類	国民健康保険課 (市役所 1 階) または 市民窓口事務所



※脱退の手続きが遅くなると、必要のない保険料を納付することになるだけでなく、国保の保険証で診療を受けてしまうと、国保で負担した医療費をあとで返していただくことになります。お早めに手続きをお願いします。

8月1日から高齢受給者証が変わります

給付係
055-934-4725

うぐいす色 の新しい高齢受給者証を、7月末までに世帯主宛に郵送します。

高齢受給者証って何？

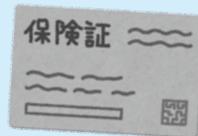
対象者は

70歳から74歳までの人です。

対象期間は、70歳の誕生日の翌月（1日が誕生日の人はその月）から75歳の誕生日の前日までです。

使い方は

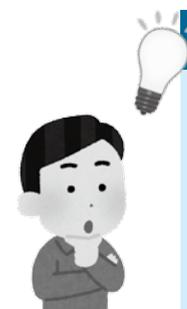
保険証と一緒に病院の窓口へ提示します。



病院での負担割合は

2割または3割です。
(前年の所得等で決まります)

現役並み所得者は3割負担になります。



保険料は必ず納付してください

収納係
055-934-4727

保険料を滞納すると、次のような措置を行うことがあります。

- ① 通常の被保険者証より有効期間の短い「短期被保険者証」を交付することがあります。
- ② 滞納が1年以上に及ぶ人には、被保険者証に代えて「被保険者資格証明書」を交付することがあります。
※被保険者資格証明書で診療を受けた場合、医療機関等への支払いは全額自己負担となり、あとで保険給付分（基準となる医療費の7割または8割）を特別療養費として申請していただきます。なお、特別療養費の給付に際し、滞納保険料等を控除することがあります。
- ③ 国保の給付（療養費、高額療養費等）を差し止め、給付金額から滞納保険料等を控除することがあります。
- ④ 財産（預貯金、生命保険、給与等）を差し押さえることがあります。

災害等の特別な事情により納付が困難になった人は、お早めにご相談ください。

平成31(2019)年度の国民健康保険料が決まりました

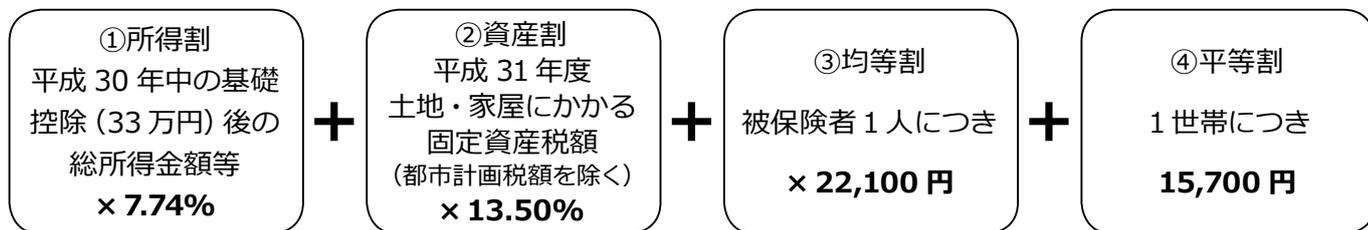
賦課係
055-934-4726

保険料は、次の計算をもとに決めています。

(A) + (B) + (C) = 年間の保険料となります。

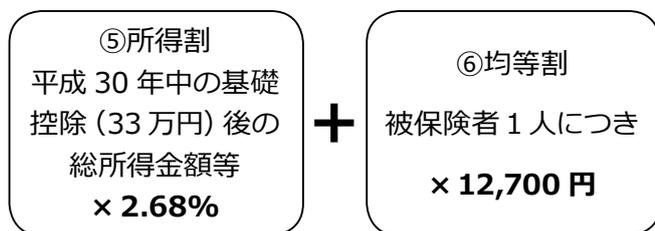
(A) 基礎賦課額 ① + ② + ③ + ④ (最高限度額58万円)

医療給付費分の負担額で、国民健康保険に加入する人すべてに賦課されます。



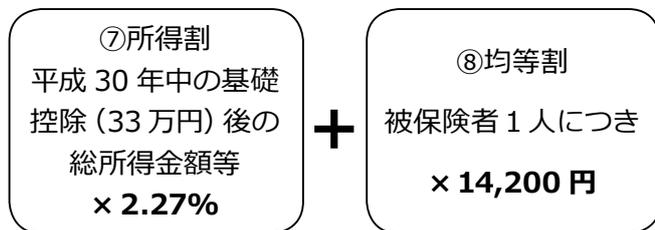
(B) 後期高齢者支援金等賦課額 ⑤ + ⑥ (最高限度額19万円)

「後期高齢者医療制度」を世代を超え支援するため、国民健康保険に加入する人すべてに賦課されます。



(C) 介護納付金賦課額 ⑦ + ⑧ (最高限度額16万円)

介護を社会全体で支えるため、国民健康保険に加入する40歳から64歳(※)までの人に賦課されます。



※40歳になる月(1日が誕生日の場合はその前月)から65歳になる月の前月(1日が誕生日の場合はその前々月)まで

国民健康保険料の決定通知書を郵送します

賦課係
055-934-4726

今年度の国民健康保険料の決定通知書を7月中旬に郵送します。指定金融機関、コンビニエンスストア、郵便局(ゆうちょ銀行窓口、ATM)にて、同封の納付書でお支払いください。

保険料納期限(口座振替日は保険料納期限と同日です。)

第1期	7月31日	第2期	9月2日	第3期	9月30日	第4期	10月31日
第5期	12月2日	第6期	1月6日	第7期	1月31日	第8期	3月2日

◆口座振替が便利で確実です! ぜひ、ご利用ください!!



保険料の納付は、1度手続きするだけで自動的に納付のできる口座振替が便利です。決定通知書に同封の「沼津市国民健康保険料口座振替申込(依頼)書」に必要事項を記入・押印し投函するか、指定の金融機関窓口でお申込みください。
 ※ゆうちょ銀行希望の方は、ゆうちょ銀行窓口にて同行指定の用紙でお申込みください。
 ※指定金融機関・ゆうちょ銀行で申込む場合は、保険料決定通知書(または被保険者証)、金融機関への届出印、口座番号のわかるものが必要となります。

保険料の軽減判定の基準を拡大しました

賦課係
055-934-4726

1年間の所得が基準額以下の世帯は、国民健康保険料の均等割額と平等割額が減額されます。
このうち、5割軽減と2割軽減の対象となる世帯を今年度から拡充しました。

軽減判定所得の計算方法	世帯主、加入者、特定同一世帯所属者(※)の前年中の所得の合計額
7割軽減	33万円以下
5割軽減	33万円 + 28万円 × (加入者数 + 特定同一世帯所属者の数) 以下
2割軽減	33万円 + 51万円 × (加入者数 + 特定同一世帯所属者の数) 以下

軽減判定所得の計算方法の詳細については、お問い合わせください。

※国保から後期高齢者医療制度に移行された人で、移行後も継続して同一の世帯に属している人。

保険料算定の見直しについて

賦課係
055-934-4726

基礎賦課額（医療給付費分）の賦課割合の見直し

本市では、県の運営方針で掲げている資産割廃止に向けた取り組みとして、資産割を適用している医療給付費分について、平成30年度から賦課割合の見直しを行っています。

医療給付費分は、所得割、資産割、均等割（加入者1人あたり）、平等割（1世帯あたり）の4つを合計して保険料を算出していますが、資産割を均等割へ段階的に移行することで、保険料の急激な変化の抑制に努めながら、将来的に資産割を廃止する予定です。

今年度については、下の図のように変わります。

前年度	所得割 (賦課総額の)55/100	資産割 8/100	均等割 25/100	平等割 12/100
				
今年度	所得割 (賦課総額の)55/100	資産割 6/100	均等割 27/100	平等割 12/100

旧被扶養者の保険料減免期間の見直しについて

賦課係
055-934-4726

社会保険や共済保険などの被保険者が後期高齢者医療保険制度へ移行することに伴い、その方の被扶養者が65歳以上で国民健康保険に加入される場合には、「旧被扶養者」として保険料の減免が受けられます。

今年度から、旧被扶養者に係る均等割と平等割について、減免期間を「当分の間」から「2年間」に見直しました。

減免対象の世帯	減免の内容	改正後の期間
① 旧被扶養者その他の被保険者がいる世帯	<u>旧被扶養者の均等割が半額</u>	2年間
② 旧被扶養者のみの世帯	<u>均等割、平等割が半額</u>	2年間

※①・②の対象世帯とも所得割及び資産割は、引き続き「当分の間」免除されます。

後期高齢者医療制度のお知らせ

75歳以上の人と、一定の障害があると認定された65歳以上の人へ

8月1日から後期高齢者医療被保険者証(保険証)が変わります

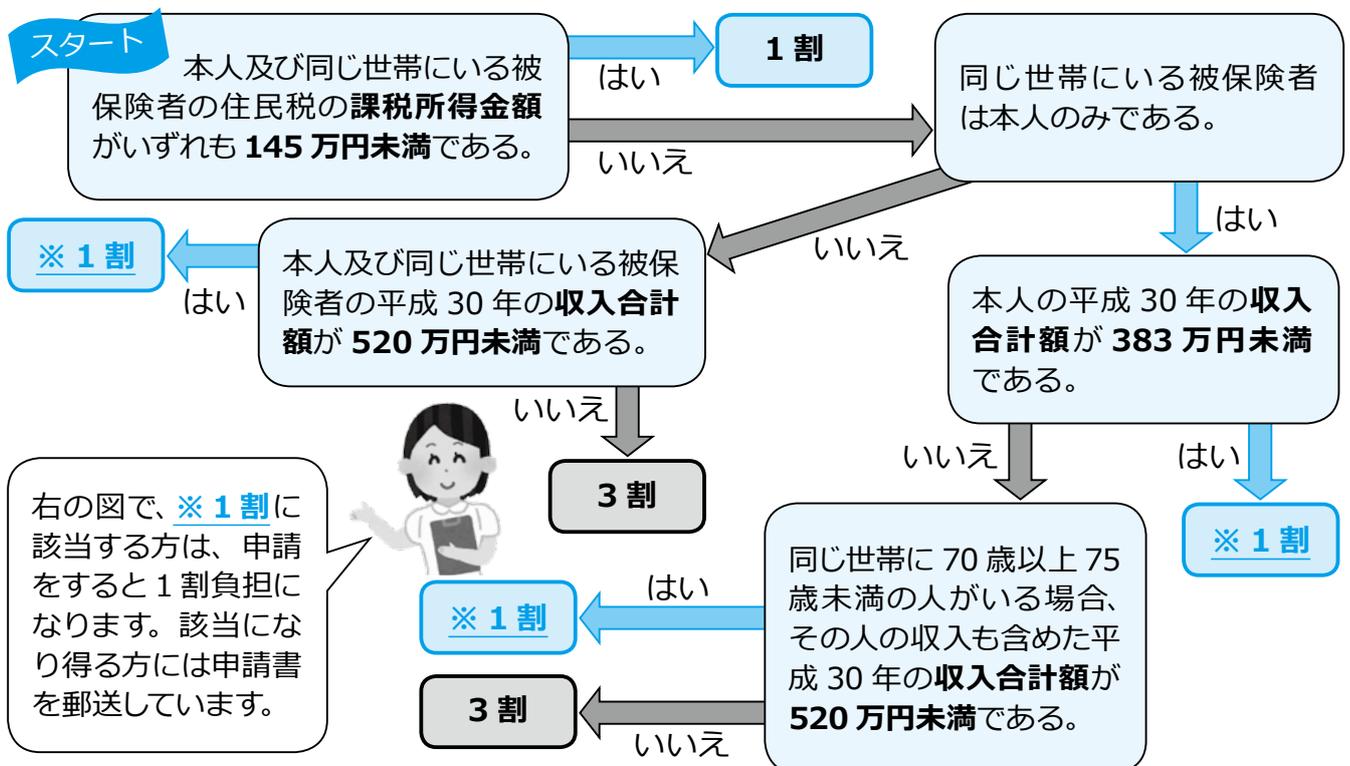
◆新しい保険証は、7月末までに被保険者へ郵送します。

高齢者医療係
055-934-4728

後期高齢者医療被保険者証	
有効期限 交付年月日	
被保険者番号	
被 住 所	
保 險 者 氏 名	見本
生 年 月 日	
資格取得年月日	
発効期日	
一部負担金の割合	
保険者番号 並びに保険 者の名称及 び印	静岡県後期高齢者医療広域連合

- 新しい保険証の色は【オレンジ色】です。
- 新しい保険証が届いたら、住所、氏名、生年月日、性別、一部負担金の割合(1割または3割)を確認してください。
部分をご確認ください。
- 一部負担金の割合は、平成30年中の所得で判定されるので、前回と割合が違う場合があります。
- 現在使用されている保険証(緑色)は、8月以降は使用できなくなります。

◆自己負担割合の判定方法(医療費の自己負担額…1割または3割)



保健センター(健康づくり課)
055-951-3480

後期高齢者の健康診査は

無料で受けられます

後期高齢者の健康診査は、国民健康保険の特定健診と同じ内容です。健診期間は10月31日までです。詳細は2ページをご覧ください。

後期高齢者医療保険料のご案内

保険料の決めかた

$$\text{年間保険料 (限度額 62 万円)} = \text{均等割額 40,400 円} + \left[\text{前年の総所得金額等} - 33 \text{万円} \right] \times 7.85\% \text{ (旧ただし書き所得)}$$

※均等割額・・・すべての人にご負担いただきます。世帯の所得に応じて軽減されます。
 ※所得割額・・・一定以上の収入のある人に、収入に応じてご負担いただきます。

保険料の納めかた

年金を受給している人は、年金からの差し引きとなる「特別徴収」が原則です。ただし、年度途中で75歳になられたときや、転入・転出、保険料額の変更などの事情で口座振替または納付書による「普通徴収」での納付となることもあります。

保険料の軽減内容が変わります

①均等割額の軽減率が変わります

※下線部が変更点です

世帯主及びすべての被保険者の 総所得金額等の合計	軽減の割合 (参考均等割額)	
	前年度	今年度
33 万円以下	8.5 割 (6,060 円)	8.5 割 (6,060 円)
被保険者全員が年金収入 80 万円以下 (その他の所得がない)	9 割 (4,040 円)	8 割 (8,080 円)
(33 万円 + 28 万円 × 被保険者の数) 以下	5 割 (20,200 円)	5 割 (20,200 円)
(33 万円 + 51 万円 × 被保険者の数) 以下	2 割 (32,320 円)	2 割 (32,320 円)

②旧被扶養者の軽減期間が変わります

後期高齢者医療制度加入の前日に、会社の健康保険等で被扶養者だった方（旧被扶養者）の保険料の均等割額は、加入期間にかかわらず 5 割軽減が適用されていましたが、今年度からは、軽減が適用されるのは加入から「2 年間」までとなります。なお、所得割額については引き続き「当分の間」免除されます。

高齢者医療係
055-934-4728

後期高齢者医療保険料の

決定通知書・納付書を8月中旬に郵送します

ご確認ください



ジェネリック医薬品（後発医薬品）とは、新薬（先発医薬品）の特許が切れた後に同等の品質で製造・販売される低価格のお薬です。ジェネリック医薬品を利用することで、お薬代の負担が減るだけでなく、医療費全体の抑制にもつながります。

ジェネリック医薬品 Q&A



Q どのくらい安いのか？

A 服用するお薬によって異なりますが、価格は平均で新薬の5割程度です。

新薬は開発されて治療に使われるようになるまでに、長い時間と多くの費用がかかりますが、ジェネリック医薬品は開発期間が短くて済むため新薬よりも価格が安く設定されます。※窓口で支払う患者負担金は、お薬の費用のほか、調剤料などが加わります。

Q 効果や安全性は大丈夫？

A ジェネリック医薬品は、新薬と同じ有効成分が同じ量含有され、効き目も安全性も同等です。

ジェネリック医薬品の有効性・安全性や品質について、国が厳格な審査を行った上で、製造・販売が許可されています。

Q ジェネリック医薬品にはどのような種類があるの？

A 高血圧や脂質異常症・糖尿病のほか、さまざまな病気や症状に対応しています。

カプセルや錠剤、点眼剤など形態も豊富です。また、新しい技術で味や飲みやすさ、使用感が改良されたものもあります。

※すべてのお薬にジェネリック医薬品があるわけではありません。

Q ジェネリック医薬品に変更したいときは？

A かかりつけの医師や薬剤師にご相談ください。

ジェネリック医薬品
希望カード

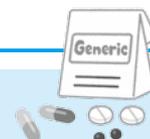


私はジェネリック医薬品を希望します

「ジェネリック医薬品希望カード・シール」も活用しましょう。

「ジェネリック医薬品希望カード・シール」は市役所1階 国民健康保険課の窓口または各市民窓口事務所で配布しています。

ジェネリック医薬品に関するお知らせを発送します



30歳以上の沼津市の国民健康保険加入者で、薬剤・金額・処方期間等が一定の条件に該当し、ジェネリック医薬品に切り替えることによりお薬代が安くなる可能性のある人を対象に、7月下旬・12月下旬に案内はがきを送付します。

はがきが届いた人は、この機会に医師や薬剤師に相談してみましよう。

