

1冊でわかる!!

国保のこと



・もくじ・

国保とは	2
国保に届け出をするとき	4
マイナ保険証を利用しましょう	5
お医者さんにかかるとき	6
医療費が高額になったとき	7
入院したとき 亡くなったとき 子どもが生まれたとき	11
いったん全額自己負担したとき 柔道整復師の施術を受けるとき	12
交通事故などにあつたとき	13
保険税の納付にご協力ください	14



ざんりん
健康な暮らしをサポート

座間市保険年金課

資格・課税…☎046-252-7003

医療費・給付…☎046-252-7672

スマホや
タブレットで
読めます。



国保とは

国民健康保険(国保)は、みなさんの健康を守るための社会保障制度です。都道府県と市区町村が共同で運営しています。

国保に加入する人

- ◆ お店などを経営している自営業の人
- ◆ 農業や漁業を営んでいる人
- ◆ パートやアルバイトで、職場の健康保険に加入していない人
- ◆ 3か月を超えて日本に滞在するものと認められた外国籍の人(医療滞在ビザで入国した人や、観光・保養目的の在留資格を持つ人は除く)
- ◆ 退職して職場の健康保険などをやめた人



国保には世帯ごとに加入します

国保は、世帯の一人ひとりが加入者となりますが、世帯ごとに加入します。世帯主がまとめて加入手続きをしたり、保険税を納めたりします。



保険税は世帯主が納めます

保険税を納める義務は世帯主にあります。そのため、世帯主が国保に加入してなくても、世帯の中に国保加入者がいれば納税通知書等は世帯主に送られます。



国保に加入するとき

- ◆ 転入してきたとき
- ◆ 職場の健康保険をやめたとき
- ◆ 生活保護を受けなくなったとき
- ◆ こどもが生まれたとき



加入の届け出は忘れずに

加入の届け出が遅れると、国保加入資格を得た月までさかのぼって保険税を納めることになります。また、その間の医療費は全額自己負担となります。

国保をやめるとき

- ◆ 転出するとき
- ◆ 職場の健康保険に加入したとき
- ◆ 生活保護を受け始めたとき(届け出が不要な場合があります)
- ◆ 亡くなったとき
- ◆ 後期高齢者医療制度に加入するとき(75歳になって加入するときは届け出不要です)



やめる届け出は忘れずに

やめる届け出が遅れると、国保の保険税と新しく加入した健康保険の保険料を二重に支払ってしまう場合があります。

国保の届け出は**14日以内**にしてください!

国保に加入するときややめるときなど、国保の各種届け出は14日以内に座間市保険年金課窓口でしてください。

※国保をやめるときは、郵送でも手続きをすることができます(P4参照)。



国保に届け出をするとき

すべての届け出に必要なもの

マイナンバーカード（個人番号カード）、またはマイナンバーのわかる書類と本人確認書類

届け出をするとき

届け出に必要なもの

ほかの都道府県から転入してきたとき	転入前の市区町村の転出証明書
職場の健康保険をやめたとき	職場の健康保険をやめた証明書
職場の健康保険の被扶養者からはずれたとき	被扶養者でない理由の証明書
子どもが生まれたとき	母子健康手帳
生活保護を受けなくなったとき	保護廃止決定通知書
外国籍の人が加入するとき	在留カード

国保に加入するとき

ほかの都道府県に転出するとき		資格確認書または資格情報のお知らせ
職場の健康保険に加入したとき	加入した健康保険の資格取得日が確認できる書類	
職場の健康保険の被扶養者になったとき		
国保加入者が亡くなったとき	死亡を証明するもの	
生活保護を受け始めたとき (届け出が不要な場合があります)	保護開始決定通知書	
外国籍の人がやめるとき	在留カード	

国保をやめるとき

同じ都道府県内で住所が変わったとき	
世帯主や氏名が変わったとき	
世帯が分かれたり、一緒になったりしたとき	
修学のため、別に住所を定めるとき	在学証明書
資格確認書や資格情報のお知らせをなくしたとき（汚れて使えなくなったとき）	(使えなくなった資格確認書や資格情報のお知らせ)

その他

- 国保をやめる手続きは郵送で受け付けています。

郵送物

- 加入した健康保険の資格取得日が確認できる書類の写し
- 今まで使っていた座間市の保険証等
- 連絡先を記載した任意のメモ

マイナ保険証を利用しましょう

マイナンバーカードは医療機関にかかるときの保険証として利用できます。

- 保険証の利用登録をしたマイナンバーカードをマイナ保険証といいます。
- 保険証は交付されません。

マイナ保険証を利用するには申し込みが必要です

マイナ保険証の利用登録は医療機関などの窓口にあるカードリーダーやマイナポータルなどでできます。



マイナ保険証を利用するメリット

- ◆健診や過去に処方された薬などの情報が医師や薬剤師に共有されるので、データに基づく最適な医療が受けられます。
- ◆就職や転職、引っ越しをしても利用できます。保険者が変わった場合は異動の届け出が必要です。

臓器提供の意思表示にご協力ください

マイナンバーカードや資格確認書などには、臓器提供に関する意思表示欄が設けられています。意思表示欄への記入にご協力ください。

マイナ保険証を持っていない人には資格確認書、マイナ保険証を持っている人には資格情報のお知らせが交付されます。

資格確認書

医療機関などの窓口で提示すれば、マイナ保険証がなくても一定の窓口負担で医療を受けることができます。

資格情報のお知らせ

マイナ保険証を利用できない医療機関などでマイナ保険証と一緒に窓口で提示すれば、一定の窓口負担で医療を受けることができます。
※マイナ保険証と一緒にマイナポータルの資格情報画面を提示することでも医療を受けることができます。

小児医療証のご利用にあたって

小児医療証を使って受診された医療費は、市民の皆さまにご負担いただいた税金から支払われています。適正受診を心がけていただくことで、医療費の削減につながりますので、ご協力をお願いします。

お医者さんにかかるとき

医療機関の窓口でマイナ保険証を利用または資格確認書を提示すれば、医療費の一部を負担するだけで次のような医療が受けられます。

- 診察 ●治療 ●薬や注射などの処置
- 入院および看護（入院したときの食事代は別途負担）
- 在宅療養（かかりつけ医による訪問診療）および看護
- 訪問看護（お医者さんが必要と認めた場合）

●紹介状なしで大病院の外来で受診する場合は別途負担があります。

医療費の自己負担割合

義務教育就学前の子ども



2割

義務教育就学後70歳未満



3割

70歳以上75歳未満



2割

●現役並み所得者



3割

セルフメディケーションを心がけましょう

セルフメディケーションとは、「自分自身の健康に責任を持ち、軽度な身体の不調は自分で手当てすること」です。軽度な体調不良のときはOTC医薬品（市販薬）などを利用して、自分で手当てしましょう。

リフィル処方せんを活用しましょう

リフィル処方せんとは、最大3回まで繰り返し利用できる処方せんで、2回目からは医療機関に行く必要がなく調剤薬局で薬を受け取れます。希望される場合は、医師に相談してください。

ジェネリック医薬品、バイオシミラーを利用しましょう

ジェネリック医薬品とは、先発医薬品（新薬）の特許が切れた後に製造された、有効成分、用法、効能・効果、安全性が同等と認められた医薬品です。

バイオシミラーとは、先行のバイオ医薬品（新薬）の特許が切れた後に、他の製薬会社から発売される薬で、新薬と同等の有効性、安全性があるバイオ後続品です。どちらも、新薬より安価な薬です。

医療費が高額になったとき

医療費の自己負担が高額になったときは、自己負担限度額を超えた分が高額療養費として支給されます。70歳未満の人と70歳以上75歳未満の人では、限度額が異なります。



●同じ都道府県内の市区町村間で住所を異動した月は、異動前と異動後の限度額がそれぞれ2分の1となります。

窓口の支払いが限度額までになります

マイナ保険証を利用すれば、医療機関での窓口での支払いは限度額までになります。

- 所得の申告をされないと、正しい適用区分とならない場合があります。所得の申告をお忘れなく!
- マイナ保険証を利用しない場合は、限度額の適用区分がわかるものが必要となります。お持ちでない場合は座間市保険年金課窓口にご申請してください。

自己負担額の計算方法

- 月ごと（1日から末日まで）の受診について計算。
- 2つ以上の医療機関にかかったときは、別計算。
- 同じ医療機関でも、歯科、外来・入院は別計算。
- 入院したときの食事代や保険がきかない差額ベッド代などは支給の対象外。
- 70歳以上75歳未満の人は、医療機関、歯科の区別なく合算。



休日・時間外受診はよく考えてから

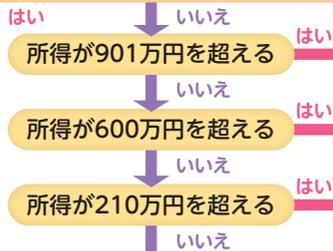
休日や夜間などの時間外受診は割増料金がかかります。医療費を節約するためにも、緊急でないときはやめましょう。



チャートで
チェック!

●所得区分と自己負担限度額

同じ世帯の世帯主および国保被保険者が**住民税非課税**である



所得とは、「基礎控除後の総所得金額等」のことです。所得の申告がない場合は、所得区分アとみなされます。

過去12か月間で、同じ世帯での支給が4回以上あった場合の4回目以降の限度額。

医療費が高額になった世帯に介護保険受給者がいるとき (P10参照)。

70歳未満の人

所得区分	高額療養費の自己負担限度額 (月額)		高額介護合算療養費の自己負担限度額 (年額/8月~翌年7月)
	3回目まで	4回目以降	
所得901万円超 ア	252,600円+(医療費-842,000円)×1%	140,100円	212万円
所得600万円超901万円以下 イ	167,400円+(医療費-558,000円)×1%	93,000円	141万円
所得210万円超600万円以下 ウ	80,100円+(医療費-267,000円)×1%	44,400円	67万円
所得210万円以下 (住民税非課税世帯除く) エ	57,600円	44,400円	60万円
住民税非課税世帯 オ	35,400円	24,600円	34万円

70歳以上75歳未満の人

同じ世帯の世帯主および国保被保険者が**住民税非課税**である



課税所得が690万円以上

課税所得が380万円以上

自己負担割合が 3割 2割

同じ世帯の各所得が、必要経費・控除(公的年金は控除額80万円<令和7年8月から80万6,700円に改正予定)。給与所得から10万円を控除)を差し引いたときに0円になる

現役並み所得者Ⅲ (課税所得690万円以上)	252,600円+(医療費-842,000円)×1%	140,100円	212万円
現役並み所得者Ⅱ (課税所得380万円以上)	167,400円+(医療費-558,000円)×1%	93,000円	141万円
現役並み所得者Ⅰ (課税所得145万円以上)	80,100円+(医療費-267,000円)×1%	44,400円	67万円
一般 (課税所得145万円未満等)	外来 (個人単位)	外来+入院 (世帯単位)	
	18,000円 [144,000円※]	3回目まで 4回目以降	56万円
低所得者Ⅱ	8,000円	24,600円	31万円
低所得者Ⅰ	8,000円	15,000円	19万円

※年間(8月~翌年7月)の限度 額です。一般、低所得者Ⅰ・Ⅱだった月の外来自己負担額の合計に適用します。

70歳未満の人と70歳以上75歳未満の人が同じ世帯の場合

70歳以上75歳未満の人の限度額を適用後、70歳未満の人の自己負担額（21,000円以上）と合算して、70歳未満の人の限度額を適用します。



同じ世帯に介護保険の利用者がいる場合

医療費が高額になった世帯に介護保険の利用者がいる場合は、国保と介護保険の限度額を適用後に、自己負担の年額を合算したときの年間限度額を設けています。くわしくは座間市保険年金課窓口にお問い合わせください。



厚生労働大臣が指定する特定疾病の場合

厚生労働大臣が指定する特定疾病で、高額な治療を長期間継続して受ける必要がある人は、座間市保険年金課窓口申請することにより、医療機関などの窓口での自己負担が1か月1万円（人工透析が必要な70歳未満で区分A・イの人は2万円）までになります。

- マイナ保険証を持っている人は、医療機関などの窓口でマイナ保険証を利用してください。
- マイナ保険証を持っていない人は、医療機関などの窓口で、資格確認書と「特定疾病療養受療証」（申請により交付）を提示してください。



●厚生労働大臣が指定する特定疾病●

- ◆先天性血液凝固因子障害の一部
- ◆人工透析が必要な慢性腎不全
- ◆血液凝固因子製剤の投与に起因するHIV感染症

1人1冊、「お薬手帳」を持ちましょう

「お薬手帳」は、処方された薬の詳細を記録できる手帳です。薬の重複や飲み合わせなどを確認できます。お薬手帳は1人1冊にまとめ、いつでも持ち歩きましょう。



入院したとき

入院したときは、診療にかかる費用とは別に食事代を負担します。標準負担額（令和7年4月改正）を自己負担し、残りは国保が負担します。

■入院したときの食事代の標準負担額（1食あたり）

所得区分	標準負担額	
住民税課税世帯	510円 一部300円の場合あり。	
住民税非課税世帯	過去12か月で90日までの入院	240円
低所得者Ⅱ	過去12か月で90日を超える入院	190円
低所得者Ⅰ	110円	

- 住民税非課税世帯、低所得者Ⅰ・Ⅱの人は、マイナ保険証の利用または標準負担額の適用区分を確認できるものの提示で、標準負担額が減額されます。区分を確認できないものがない場合は座間市保険年金課窓口申請してください。
- 90日を超える入院の場合は座間市保険年金課窓口申請が必要です。
- 65歳以上の人が療養病床に入院したときは、食費1食あたり510円または470円、居住費1日あたり370円を自己負担します。所得や疾病などにより、負担が軽減される場合があります。

移送に費用がかかったとき

お医者さんの指示により、緊急でやむを得ず重病人の入院や転院などの移送に費用がかかったときは、申請して国保が必要と認められた場合に「移送費」が支給されます。

亡くなったとき

国保加入者が亡くなったとき、申請により葬祭を行った人に「葬祭費」が支給されます。

こどもが生まれたとき

こどもが生まれたときは、「出産育児一時金」が支給されます。妊娠12週（85日）以降であれば、死産や流産でも支給されます。原則として国保から医療機関などに直接支払われます。

こどもが急病になったとき

休日や夜間にこどもが急病になったときは、**こども医療でんわ相談#8000**に電話して相談しましょう。

いったん全額自己負担したとき

次のような場合は、いったん全額自己負担となりますが、座間市保険年金課窓口に申請して認められれば、自己負担分を除いた額が払い戻されます。

事故や急病でマイナ保険証や資格確認書を持たずに診療を受けたとき



お医者さんが治療上必要と認めたコルセットなどの補装具代がかかったとき



骨折やねんざなどで国保を扱っていない柔道整復師の施術を受けたとき



国保を扱っていない施術所で、はり・きゅう、マッサージなどの施術を受けたとき
(お医者さんが必要と認めた場合)

手術などで輸血に用いた生血代がかかったとき
(お医者さんが必要と認めた場合)



海外渡航中に診療を受けたとき
(治療目的の渡航は除く)



柔道整復師の施術を受けるとき

整骨院・接骨院の柔道整復師はお医者さんではありませんが、国保を扱っている施術所では、医療機関で受診するのと同様に、窓口でマイナ保険証を利用するか、資格確認書を提示すれば、一部負担で施術を受けられる場合があります。ただし、国保が使える場合と使えない場合がありますのでご注意ください。

国保が
使える場合

- ねんざ ●打撲 ●挫傷(肉離れ)
- 骨折や脱臼の応急手当て
- お医者さんの同意がある骨折や脱臼

交通事故などにあつたとき

交通事故などの第三者行為による事故にあつたときは原則、国保を使うことができません。

ただし、座間市保険年金課に連絡し、「第三者行為による傷病届」を提出することで国保を使える場合があります。

国保を使って病院を受診したいときは必ず事前に連絡してください。



交通事故以外の第三者行為による事故

傷害事件に巻き込まれた



他人の飼い犬にかまれた



飲食店で食中毒になった



他人の落下物にあつた



など

自分の判断で示談はしないでください!

加害者から治療費を受け取ったり、示談を済ませたりすると、国保が使えなくなってしまいます。示談の前に必ず座間市保険年金課窓口にご相談ください。

保険税の納付にご協力ください

みなさんに納めていただく保険税は、国保を運営していくための大切な財源です。必ず納期限内に納めてください。

保険税の決め方

都道府県が算定した標準保険税率を参考に、市区町村が次の項目ごとに保険税率(額)を決定します。それを合計して世帯ごとの保険税額が決まります。

■国民健康保険税(市区町村によって組み合わせは異なります)

所得割	世帯の被保険者の所得に応じて計算
均等割	世帯の被保険者数に応じて計算
平等割	一世帯にいくらかと計算

保険税の納め方

医療保険分と後期高齢者支援金分を合わせて、国民健康保険税として納めます。40歳以上65歳未満の人は介護保険分も合わせて納めます。65歳以上75歳未満の人は介護保険料を国民健康保険税とは別に納めます。

保険税には軽減措置があります

● 出産する被保険者への軽減措置

出産する被保険者の産前産後期間相当分(4か月分、多胎妊娠の場合は6か月分)の所得割額・均等割額が軽減されます。

● 義務教育就学前の子どもへの軽減措置

義務教育就学前の子どもの均等割額は5割軽減されます。

● 非自発的失業者への軽減措置

会社の倒産や解雇、雇用期間満了などで非自発的失業者となった65歳未満の人は、離職日の翌日から翌年度末までの間、前年の給与所得を30%として算定します。くわしくは保険年金課窓口までお問い合わせください。

● 後期高齢者医療制度移行に伴う経過措置

国保から後期高齢者医療制度に移行する人がいることにより、国保被保険者が1人となる世帯については、対象となってから5年間は平等割額が2分の1軽減、その後3年間は4分の1軽減されます。

保険税を納めないでいると

保険税を滞納していると、督促が行われ、延滞金が徴収されるとともに、財産の差し押えなどの処分を受ける場合があります。

督促

納期限を過ぎると督促が行われます。延滞金などを徴収される場合もあります。

それでも納めないでいると

医療費を 全額自己負担

療養の給付などが受けられなくなります。医療機関の窓口では、いったん医療費を全額自己負担することになります。座間市保険年金課窓口に申請することにより保険給付分が「特別療養費」として支給されます。

それでも納めないでいると

給付の 差し止め

国保の給付が全部、または一部差し止めになります。さらに、差し止められた保険給付額から滞納分が差し引かれる場合もあります。

保険税の納付は口座振替にしましょう

保険税の納付を口座振替にすれば…

便利

納期のたびに金融機関などに行く必要がない!

安心

自動的に払い込まれるから、納め忘れがない!

确实

一度手続きをすると、自動的に毎年度継続される!

● 手続き方法 ●

手続きに必要なもの

市区町村指定の金融機関

- 「資格確認書」または「資格情報のお知らせ」
- 預金通帳 ●通帳届け出印
- 口座振替依頼書(市外店の場合)

市役所窓口(一部の金融機関)

- 本人確認書類(運転免許証等)
- キャッシュカード

保険税をどうしても納付できない人は

特別な事情により、保険税の納付が難しいときは、申請により分割納付などもできますので、滞納する前にお早めにご相談ください。

国保からのお知らせ

こんなときは国保が使えません

● 病気とみなされないとき

- 健康診断、人間ドック ● 予防注射
- 正常な妊娠や出産 ● 美容整形
- 経済上を理由とした妊娠中絶
- 歯列矯正 ● 軽度のわきがやしみ など



● ほかの保険が使えるとき

- 仕事上の病気やけが（労災保険の対象）

● 国保の給付が制限される時

- 故意の犯罪行為や故意の事故
- けんかや泥酔による病気やけが
- お医者さんや保険者の指示に従わなかったとき



届け出や申請は郵送やWEBでもできます！

国保の届け出や申請は、郵送やWEBでできる場合がありますので、座間市保険年金課窓口にお問い合わせください。直接窓口に行かなくて済むので便利です。



健康診査を受けましょう！

35歳以上75歳未満の国保加入者を対象に、健康診査を実施しています。メタボリックシンドロームに着目し、生活習慣病の発症や重症化を未然に防ぐことを目的としています。年に1回、必ず受診してください。



制度の見直しにより、今後内容が変更される場合があります。

UD FONT 見やすいユニバーサルデザインフォントを採用しています。

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。



禁無断転載©東京法規出版
KH014921-1791429