

国保の広場

問 市民課国保医療班
☎ 30-0222

国保への届け出はお済みですか — 14日以内に届け出を —

進学や就職、引っ越しなどにより、国保・社会保険などを切り替える際は届け出が必要です。

市民課または各支所で、マイナンバーが分かるものを持参し、手続きをお願いします。

- 【事業主の方へお願い】**
社会保険の資格取得（喪失）連絡票は、市ホームページからダウンロードできますのでご利用ください。
- 手続きに必要なもの**
- 就職して社会保険に加入
 - ① 国保の保険証
 - ② 社会保険の新しい保険証
 - ③ 認め印
 - 退職して社会保険を脱退
 - ① 社会保険の資格喪失連絡票
 - ② 認め印
 - ※解雇による離職のときは雇用保険受給資格者証
 - 世帯主、氏名、住所の変更
 - ① 国保の保険証
 - ② 認め印
 - 進学して市外に転出
 - ① 国保の保険証
 - ② 在学証明書
 - ③ 認め印
 - 卒業して学生でなくなった
 - ① マル学の保険証
 - ② 卒業証明書
 - ③ 認め印

後期高齢者医療保険 平成30年度からの保険料率

後期高齢者医療保険の保険料率は2年ごとに改定されることになっていきます。

平成30年度の保険料率に変更はありませんが、賦課限度額と、所得が一定以下の世帯に適用される軽減割合は見直しとなりました。

改定後の保険料率に基づく保険料額は、7月中旬に通知予定です。

所得割額の軽減見直し

今まで特例措置として継続していた、一定以下の所得の世帯に適用となる所得割額の軽減は、平成30年度から廃止となります。

保険料率	
平成30年度から	
所得割額の料率	8.07% (変更なし)
均等割額	39,710円 (変更なし)
賦課限度額	62万円 (変更前は57万円)

均等割額の軽減割合	
軽減率	軽減判定基準額
8.5割軽減	33万円 (被保険者全員の所得が0円の場合は9割軽減)
5割軽減	33万円 + 27.5万円* × 世帯の被保険者数 (※変更前は27万円)
2割軽減	33万円 + 50万円* × 世帯の被保険者数 (※変更前は49万円)

健康づくり運動教室は5月からスタート

国保の健康づくり推進事業として実施する健康づくり運動教室が5月から始まります。

どの教室も、講師がわかりやすく指導します。どなたでも参加できますので、この機会に始めませんか。

※参加される方は、前日までに、市民課国保医療班へ電話でお申し込みください。

※託児を利用できます。ご希望の方は1週間前までに市民課国保医療班へ連絡ください。



ココから体操教室の様子

- ◎ストレッチポール教室
ストレッチポールを使って体を動かします。
 - ◎ココから体操教室
ストレッチや無理のない運動で全身を柔らかく。
 - ◎ゆったりヨガ教室
ゆっくりとした動きで自分の体と向き合えます。
 - ◎浅利ゆみ先生の健康体操教室
イスを使って無理なく楽しく運動します。
 - ◎リズム運動教室
音楽に合わせて楽しく運動します。
 - ◎ちょ筋ストレッチ教室
ちょっと筋肉アップするトレーニングとストレッチを行います。
- 詳細は5月以降の広報に掲載します。

はり・きゅう・マッサージ受療券の 交付が始まります

65歳以上の方を対象として、はり・きゅう・マッサージ受療券を交付します。発行は一人につき年1回限りで、再交付はしませんので紛失にご注意ください。

施術を受けられる機関

- 東玄堂鍼灸院（花輪）
木村鍼灸治療室（花輪）
田口治療院（花輪）
にしむら訪問マッサージ（花輪）
丸山鍼灸院（尾去沢）
訪問鍼灸さいとう（八幡平）
西村鍼灸整骨院（大湯）



医療費窓口負担の 減免制度があります

医療機関の窓口で支払う医療費の徴収が猶予または免除される制度があります。

世帯主などが次の要件のいずれかに該当し、生活保護基準以下の場合に対象となります。詳しくはお問い合わせください。

減免の要件

- ① 震災、風災害、火災などにより死亡もしくは障がい者となった、または資産に重大な損害を受けたとき
- ② 干ばつ、冷害、凍霜害などによる農作物の不作などにより収入が減少したとき
- ③ 事業または業務の休廃止、失業などにより収入が著しく減少したとき
- ④ その他類する事由があったとき