

国保の

広場

市民課 国保医療班
☎ 30-0222

年に一度、必ず健診を受けましょう

特定健診が始まります

特定健診とは、40歳～74歳で国保に加入している方が対象の健康診断です。費用は無料です。
対象者は、受診日時点において、国保に加入している方です。

受診には受診券と被保険者証を

3月31日時点の対象者には、5月中旬に特定健診の受診券と案内を送付しています。受診の際には、受診券と被保険者証を忘れずにお持ちください。

受診券が送付されていても、就職などで保険証が社会保険等に切り替わった場合は、国保の受診券で受診することができません。この場合は、職場などで行う健康診断を受診してください。

また、4月1日以降に国保に加入した方で、健診を希望される方は、受診券を送付しますので、いきいき健康課（☎30-0119）までご連絡ください。

健診内容

①身体測定（身長、体重、腹囲測定）②尿検査③血圧測定④血液検査（脂質、血糖値、肝機能、腎機能、貧血）⑤医師による診察⑥心電図⑦眼底検査（必要な方のみ）

集団健診もあります

医療機関で行う健診のほかに、福祉保健センターなどで行う集団健診があります。

集団健診では、肺がん検診や大腸がん検診と一緒に受診できる日もあります。

集団健診の日程については、翌月以降の広報でお知らせします。

国民健康保険税のお知らせ

☎ 税務課 課税班 ☎ 30-0213

課税（賦課）限度額

国民健康保険税は医療給付費分、後期高齢者支援金分、介護納付金分の3つの合計が税額となります。それぞれの限度額が下記のとおりです。

課税（賦課）限度額適用表

項目	課税（賦課）限度額
医療給付費分	58万円（改正前は54万円）
後期高齢者支援金分	19万円
介護納付金分	16万円

軽減制度

低所得者世帯の税負担を軽くするため、前年中の所得合計額が一定基準額以下の場合、均等割額と平等割額を減額する軽減制度があります。平成30年度から下記のとおり変更になり、対象範囲が拡充されました。該当する世帯の年税額は軽減制度適用後の額で通知になります。

軽減制度適用表 <改正後>

軽減率	軽減判定基準額
7割軽減	33万円 ※変更なし
5割軽減	33万円＋【27万5千円※×（「国保加入者数」＋「特定同一世帯所属者数」）】 ※改正前は27万円
2割軽減	33万円＋【50万円※×（「国保加入者数」＋「特定同一世帯所属者数」）】 ※改正前は49万円

■軽減判定の注意点

- ・65歳以上の年金所得者は、年金所得から15万円（年金所得が15万円未満の場合は全額）が控除されます。
- ・土地・家屋等の譲渡所得は、特別控除を差し引く前の金額で計算され、事業所得は専従者控除（専従者給与）を差し引く前の金額で計算されます。
- ・軽減制度への申請は必要ありませんが、適用の可否判定のため、世帯主および国保加入者全員の所得申告が必要となります。

国民健康保険税の納付方法の変更

国保税の納付方法は、以下の要件をすべて満たしている方に限り、特別徴収（年金天引き）から普通徴収（口座振替）に変更できます。変更を希望される方は、税務課課税班へ申請してください。申請が認められた場合、2～4カ月後の年金支給分から、納付方法を変更します。

■普通徴収への切り替え要件

- ①今後の納付方法を口座振替にされる方
 - ②過去2年間において国民健康保険税の未納がない方
- ※上記①②の両方を満たす必要があります。

■申請に必要なもの

- ①被保険者証 ②認め印
- ③口座振替を申し込んでいない方は、口座振替の申し込み後の申請となります。ご利用になる金融機関へ「口座振替依頼書」を提出し、その口座振替依頼書の本人控え（金融機関の受付印のあるもの）をお持ちください。

納付方法

納付方法は普通徴収と特別徴収（年金天引き）の2通りあります。普通徴収の方は、年額を7月から2月の8回に分けて納付していただきます。口座振替の方は、各納期限の日に口座から引き落としになります。

特別徴収の方は、年6回の年金支給の都度、年金からの天引きで納付していただきます。特別徴収の対象者は、以下の要件をすべて満たしている方です。

■特別徴収の要件

- ・世帯主が国保加入している
- ・世帯主が今年度中に75歳にならない
- ・国保加入者が全員65歳以上75歳未満
- ・世帯主が年金を年額18万円以上受給している
- ・介護保険料と国保税の合算額が受給額の2分の1を超えない
- ・介護保険料が特別徴収されている

6月の運動教室

国保の加入者に限らず、どなたでも無料で参加できます。参加希望の方は、市民課国保医療班へ前日までに電話にてお申し込みください。

教室	日時	場所	必要なもの
ストレッチボール教室（さんさんレディースクラブ）	4日 10時～	記念スポーツセンター	運動ぐつ、水分補給の飲料
ココから体操教室（華美会）	8日 10時～	大湯温泉保養センター湯都里	運動ぐつ、水分補給の飲料
ゆったりヨガ教室（くびれてみヨガ）	8日 10時～	花輪市民センター（コモッセ内）	ヨガマットまたは大判バスタオル、水分補給の飲料
ちょ筋ストレッチ（ホリデーサークル）	24日 10時～	福祉プラザ	ヨガマットまたは大判バスタオル、水分補給の飲料
浅利ゆみ先生の健康体操教室（スマイル教室）	26日 13時30分～	多世代交流スペースまちっこ	水分補給の飲料
リズム運動教室（ヘルスデザイン）	27日 10時～	花輪市民センター（コモッセ内）	運動ぐつ、水分補給の飲料

※無料託児を利用される方は、1週間前までにお申し込みください。

後期高齢者健康診査

75歳以上の方（または65歳以上の方で後期高齢者被保険者証をお持ちの方）の健康診査は、7月から実施します。

受診券は6月下旬に送付します。受診の際には受診券と被保険者証をお持ちください。

6月の骨密度測定会&ナトリウム比測定会

定期的な測定で、健康の維持・増進・改善に取り組みましょう。

日時 22日 14時～15時
場所 大湯温泉保養センター湯都里

