



「コクコン」

健康ライフ

たつの

■編集・発行■

たつの市 市民生活部

国保医療年金課

たつの市龍野町富永1005番地1

TEL (0791) 64-3149 (直通)

FAX (0791) 63-3785

■発行日■

令和6年7月10日

国民健康保険被保険者証

有効期限 番号

氏名 性別

生年月日

適用開始年月日

交付年月日

世帯主氏名

住所

公印

交付者名 たつの市

保険者番号

電話 (0791) 64-3149

その窓口で電子資格を

たつの市に届けてください。

刑法により詐欺罪として懲役の処分を受けます。

記入することにより、臓器提供に関する意思表示をすることができます。

1. 私は、脳死後及び心臓が停止した死後のいずれかの番号を○で開んでください。

2. 私は、心臓が停止した死後のいずれでも、移植の為に臓器を提供します。

3. 私は、臓器を提供しません。

《1又は2を選んだ方で、提供したくない臓器があれば、×をつけてください。》

【臓器：肺・肝臓・腎臓・脾臓・小腸・眼球】

【特記欄：】

署名年月日： 年 月 日

本人署名(自筆)： 家族署名(自筆)：

備考：

貼って伝えよう！

ジェネリック医薬品希望シール

保険証やおくすり手帳に「ジェネリック医薬品希望シール」を貼ることで、ジェネリック医薬品の処方希望しているという意思を医療機関や薬局に伝えることができます。薬代の負担軽減と医療費抑制につながるジェネリック医薬品の使用促進に、ぜひご活用ください。

●保険証

●おくすり手帳

ジェネリック医薬品希望シール

シールは、文字や印影などが無い余白部分に貼ってください。

このシールをはがして使ってね！

たつの市国民健康保険

意思表示欄保護シール

このシールは、臓器提供意思表示欄に記入した後、上から貼り付けて使用することができます。

8月1日から
国民健康保険被保険者証が
切り替わります

- 8月から国民健康保険の被保険者証が変わります …… 2～3頁
- 入院や高額な外来診療を受けるとき、窓口で支払う負担額が軽減されます… 4頁
- 入院時の食事療養費 …… 5頁
- 必ず受けよう特定健康診査！ …… 6頁
- 正しく使いましょう！「国民健康保険被保険者証」 …… 7頁
- 国民健康保険税の納付は納期限内に！、産前産後期間相当分の国民健康保険税が減額されます！… 8頁

8月から国民健康保険の 被保険者証が切り替わります



被保険者証の更新は8月1日です。7月末までに新しい被保険者証（空色）を送付しますので、8月から医療機関等の窓口で提示してください。

有効期限

令和7年7月31日まで
※ただし、満70歳になられる方は誕生月の月末まで（1日生まれの方は誕生日の前日まで）、満75歳になられる方は誕生日の前日まで

特定記録 郵便で お届けします

世帯全員分をまとめて世帯主宛に郵送します。
また、次のものを同封していますので、必要に応じてご使用ください。
・ジェネリック医薬品（後発医薬品）希望シール
・被保険者証裏面の臓器提供意思表示欄の保護シール
・小冊子「国保がある生活」
※保険税が未納の世帯には別途通知します。

満70歳に なられる方へ

70歳の誕生日の翌月から高齢受給者に該当されます。（1日生まれの方は、誕生月から該当となります。）

「国民健康保険被保険者証兼高齢受給者証」は、該当月の前月末までに郵送します。

〈例〉8月1日に生まれた方 → 8月から該当

8月2日～末日に生まれた方 → 9月から該当

なお、一部負担金の割合は、2割負担となります。ただし、現役並み所得のある世帯の方は3割となります。令和5年中の所得により、一部負担金の割合を判定します。

国保に 加入しなければ ならない方

たつの市に住所のある方で次の方を除くすべての方が対象です。

- ・社会保険（共済組合なども含む）に加入している方
- ・国保組合（建設国保など）に加入している方
- ・後期高齢者医療制度に加入している方
- ・生活保護を受けている方

※国民健康保険は、一人一人が被保険者ですが、保険税の納税義務者は世帯主です。

社会保険や 国保組合の 資格を取得 された場合

自動的に国民健康保険の資格は喪失されませんので、手続きが必要です。次のものを持参のうえ、本庁国保医療年金課又は各総合支所地域振興課の窓口で手続きを行ってください。

- ・新しい健康保険証（対象者全員分）
- ・国民健康保険被保険者証（対象者全員分）
- ・マイナンバーカード又はマイナンバーの分かるもの（対象者全員分）
- ・手続きに来られる方のマイナンバーカード・免許証など顔写真入りの証明書等



被保険者証更新啓発PRポスター

保険証とマイナンバーカードの一体化について

保険証とマイナンバーカードの一体化に伴い、令和6年12月2日以降、現行の保険証は廃止され、健康保険証利用登録（紐付）しているマイナンバーカードを保険証として利用することになります。（マイナ保険証）

令和6年12月2日時点でお手元にある有効な保険証は、保険証に記載されている有効期限までは使用することができます。ただし、廃止日以降に保険証の記載事項（氏名、住所等）に変更が生じた場合は有効期限を待たずに変更日から使用できなくなります。なお、保険証廃止後も社会保険や国保組合の資格を取得された場合は、窓口にて脱退手続きが必要です。自動的に国民健康保険の資格は喪失されません。

「資格確認書」又は「資格情報のお知らせ」を交付します

保険証廃止日以降、有効な保険証をお持ちの方は、有効期限が切れるタイミングでマイナンバーカードの取得・利用状況に応じた確認書等を交付します。

○資格確認書：マイナンバーカードを取得していない方、マイナンバーカードを紛失・更新中又は健康保険証利用登録を行っていない方、その他特別な事情がある方へ交付

○資格情報のお知らせ：マイナンバーカードを取得し健康保険証利用登録を行っている方へ交付

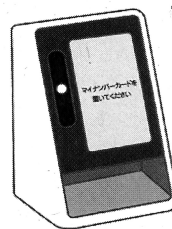
「資格確認書」を医療機関等の窓口で提示することで、引き続き、所定の窓口負担で医療を受けることができます。「資格情報のお知らせ」は、マイナ保険証の読み取りができない場合に、マイナンバーカードとともに医療機関に提示していただくことで受診ができます。

とっても
カンタン!

医療機関等を受診の際は マイナンバーカード をご利用ください

1

受付



マイナンバーカードを
カードリーダーに
置いてください。

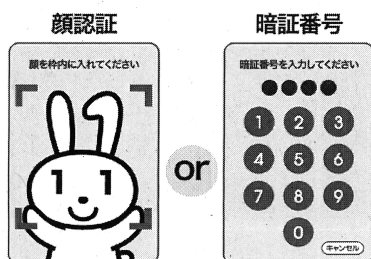


カードリーダーで
マイナンバーカードを
保険証として登録
できます!

2

本人確認

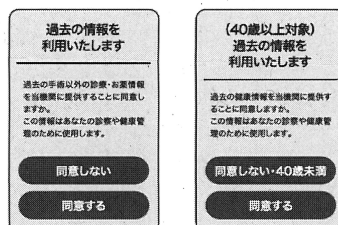
顔認証または
4ケタの暗証番号を入力してください。



3

同意の確認

診察室等での診療・服薬・健診情報の
利用について確認してください。

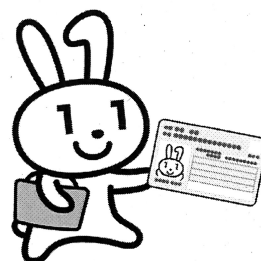


※高額療養費制度をご利用される方は、続けて確認・選択をお願いします。

4

受付完了

お呼びするまでお待ちください。



カードを忘れずに!



マイナンバーカードを
健康保険証として利用
するための登録がまだ
の方は、右記の2つの
準備をお願いします。

STEP1.

マイナンバーカードを申請

■申請方法は選択可能です

- ① オンライン申請
(パソコン・スマートフォンから)
- ② 郵便による申請
- ③ まちなかの
証明写真機からの申請



STEP2.

マイナンバーカードを
健康保険証として登録

■利用登録の方法

- ① 医療機関・薬局の受付
(カードリーダー)で行う
- ② 「マイナポータル」から行う
- ③ セブン銀行ATMから行う



マイナンバーカードを使うメリット

医療費を20円節約できる

紙の保険証よりも、皆さまの保険料で賄われている医療費を20円節約でき、自己負担も低くなります。

より良い医療を受けることができる

過去のお薬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できます。

また、お薬の飲み合わせや分量を調整してもらうこともできます。

手続きなしで高額医療の限度額を超える支払を免除

限度額適用認定証等がなくても、高額療養費制度における限度額を超える支払が免除されます。

令和6年12月2日以降、保険証利用登録がされたマイナンバーカードを保有していない方には、発行済み保険証の有効期限が切れる前に、申請いただくことなく「資格確認書」が交付され、引き続き、医療を受けることができます。

入院や高額な外来診療を受けるとき、 窓口で支払う負担額が軽減されます

1. 限度額適用認定証、限度額適用・標準負担額減額認定証とは

入院や高額な外来診療を受けるとき、保険証と一緒に医療機関の窓口で提示するだけで、窓口での支払いを自己負担限度額までで止めることができます。

2. 申請方法

- (1) 手続きに必要なもの ①国民健康保険被保険者証 ②マイナンバーの分かるもの(対象者全員分)
③マイナンバーカード・免許証など顔写真入りの証明書等
- (2) 申請窓口
- ・本庁国保医療年金課国保係
 - ・新宮総合支所地域振興課市民健康福祉係
 - ・揖保川総合支所地域振興課市民健康福祉係
 - ・御津総合支所地域振興課市民健康福祉係
- ※申請時の審査(保険税の納付状況など)により、認定証を交付できない場合があります。

3. 認定証の更新について

限度額適用認定証の有効期限は毎年7月31日となっています。

8月1日以降も引き続き入院されたり、高額な外来診療や入院の予定がある方は、上記申請窓口で申請の手続きが必要です。

保険証利用登録をしたマイナンバーカード(マイナ保険証)を利用する場合や、オンライン資格確認を導入している医療機関では、本人の同意があれば、オンラインで限度額適用認定証等の情報が確認できることから、限度額適用認定証を提示しなくても、自己負担限度額が適用されます。

自己負担限度額

《 70歳未満の方 》

同じ人が同じ月内に同じ医療機関で支払う医療費の自己負担額が、下記の限度額を超えた場合が対象となります。同一医療機関でも、歯科、入院、外来は別計算となります。ただし、一つの世帯内で、同じ月内に21,000円以上の自己負担額を2回以上支払った場合は、合算することが可能ですので、後日申請により高額療養費が支給される場合があります。

(月額)

所得区分	総所得金額等 ※	3回目まで(12か月以内で)	4回目以降	証表記
上位 所得者	901万円超	252,600円+(医療費-842,000円)×1%	140,100円	ア
	600万円超 901万円以下	167,400円+(医療費-558,000円)×1%	93,000円	イ
一般	210万円超 600万円以下	80,100円+(医療費-267,000円)×1%	44,400円	ウ
	210万円以下	57,600円	44,400円	エ
住民税非課税世帯		35,400円	24,600円	オ

※総所得金額等＝総所得金額－基礎控除

4回目以降…過去12か月間で、一つの世帯での支給が4回以上あった場合の限度額

《 70歳以上75歳未満の方 》

(月額)

所得区分	外来(個人単位)	外来+入院(世帯単位)	証表記
現役並み所得Ⅲ …課税所得690万円以上の方	252,600円+(医療費-842,000円)×1% (4回目以降は140,100円)		※不要
現役並み所得Ⅱ …課税所得380万円以上 690万円未満の方	167,400円+(医療費-558,000円)×1% (4回目以降は93,000円)		現役並みⅡ
現役並み所得Ⅰ …課税所得145万円以上 380万円未満の方	80,100円+(医療費-267,000円)×1% (4回目以降は44,400円)		現役並みⅠ
一般 …課税所得145万円未満の方	18,000円 (8月～翌年7月の年間限度額144,000円)	57,600円 (4回目以降は44,400円)	※不要
Ⅱ 住民税非課税世帯	8,000円	24,600円	Ⅱ
Ⅰ 住民税非課税世帯 …年金収入80万円以下など	8,000円	15,000円	Ⅰ

※70歳以上の方のうち、所得区分が一般、現役並みⅢの方は、国民健康保険被保険者証兼高齢受給者証を医療機関窓口で提示することで自己負担限度額までの支払いとなります。(所得区分が一般、現役並みⅢの方は、限度額適用認定証は不要です。)

入院時の食事療養費

国保被保険者の入院時食事療養にかかる費用は、標準負担額(1食当たり490円)を自己負担し、残りは国保が負担します。

世帯主及びその世帯の国保被保険者全員が市民税非課税の場合は、「限度額適用・標準負担額減額認定証」を医療機関の窓口に提示することで、入院時食事代(標準負担額)が下表のように減額されます。

また、マイナ保険証を提示する場合や、オンライン資格確認によって限度額適用区分を確認できる場合は、認定証がなくても減額されます。

令和6年6月1日以降の入院時食事療養費標準負担額

区 分		負担額 (1食あたりの食事代)
市民税課税世帯		490円 ※1
70歳未満で市民税非課税世帯 70歳以上で低所得Ⅱの世帯	過去12か月で 90日までの入院	230円
	過去12か月で 90日を超える入院	180円 ※2
70歳以上で低所得Ⅰの世帯		110円

※1 指定難病患者、小児慢性特定疾病患者は280円になります。また、平成28年4月1日において1年以上継続して精神病床に入院している患者は、退院するまでの間一食あたり260円に据え置かれます。

※2 90日を超える入院となった場合は、上記認定証を切り替える申請の手続きが必要になります。

特定健診未受診者対策事業 ご理解・ご協力を！

特定健診受診状況では、特に40～50歳代の受診率が低迷しています。生活習慣病の早期予防の観点から、新規国保加入者、未受診者に対する健康教育・健康相談を併せた受診勧奨を強化するとともに、健診受診者にも継続受診の必要性をお知らせするため、ハガキやSMSによる受診勧奨、国保在宅保健師等が実施する訪問による受診勧奨、また委託業者の管理栄養士等専門職による電話勧奨を実施します。

委託業者による電話勧奨は、0120-345-055 (フリーダイヤル)にて8月から9月頃にかけて実施します。



30歳代の方へ 健診のお知らせ

30歳代のたつの市国保被保険者の方に対しても、若いうちから健康づくりへの意識をもっといただくことを目的に30歳代健診を実施しており、7月頃に受診勧奨ハガキを送付します。

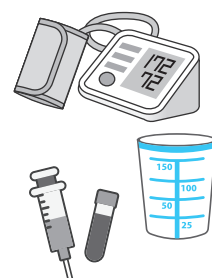
対象年齢 30歳から39歳の方(令和7年3月31日現在満年齢)

自己負担 1,400円(集団健診) 2,100円(個別健診)

検査項目 問診、身体計測、腹囲計測、尿検査(糖・蛋白)、血圧測定、
理学的検査(診察)、血液検査(脂質・肝機能・尿酸・血糖検査)、
貧血検査、血清クレアチニン検査



詳しくは、市ホームページ・健康ライフ4月号をご覧ください。



特定健康診査等事業

必ず受けよう特定健康診査！

生活習慣病は、一人一人が、バランスのとれた食生活、適度な運動習慣を身に付けることにより予防可能です。

そのため、ご自身の健康状態を毎年確認し、健康づくりにつなげていくことが重要です。1年に一度、特定健診を受診し、生活習慣の改善が必要な方は、特定保健指導を受けましょう。

また、たつの市国保被保険者(40歳～74歳)で、特定健診と同時に大腸がん検診(便潜血検査)を受けられる場合、大腸がん検診(便潜血検査)にかかる個人負担金が無料になります。集団健診、個別健診どちらでも適用になりますので、ぜひ受診してください。

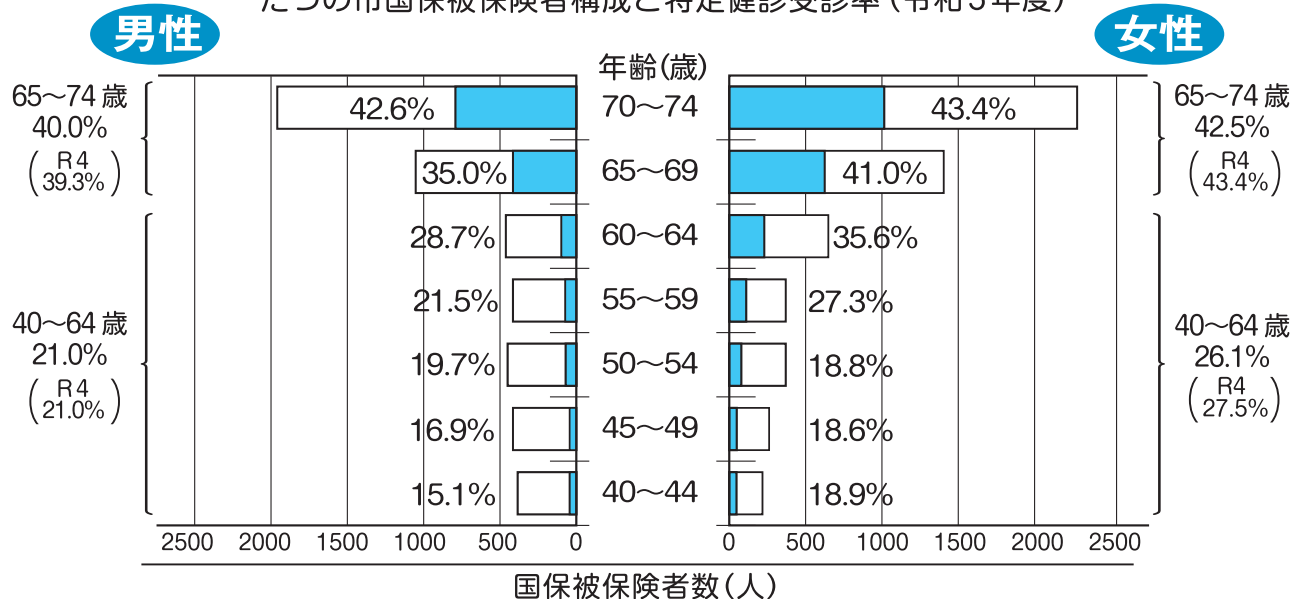


集団健診 たつの市健康課 ☎0791-63-2112 まで

個別健診 (一社)たつの市・揖保郡医師会の実施医療機関 まで

特定健診受診状況 (暫定値)

たつの市国保被保険者構成と特定健診受診率(令和5年度)



令和6年度国民健康保険税率を据え置きます

被保険者の高齢化などに伴い、一人あたりの医療費が増加傾向にあり、本来は令和6年度の税率を引き上げる必要がありますが、近年の物価高騰に伴う市民生活への影響を考慮し、国保加入者の負担軽減を図るため、国民健康保険財政調整基金を活用し、令和6年度の税率は据え置きとします。

※兵庫県では県民の公平性の観点から、県内のどこに住んでいても「同じ所得、同じ世帯構成」であれば同じ保険税となる取り組みが進められており、令和9年度に保険税が統一される予定です。

正しく使いましょう!「国民健康保険被保険者証」

医療費はみなさんの保険税で支えられています。保険証の正しい使用にご協力をお願いします。

柔道整復師(整骨院・接骨院)の正しいかかり方

柔道整復師(整骨院・接骨院)は、医師ではないため、右記の例のように、どんな治療にも健康保険証が使えるわけではありません。健康保険証が使えない場合の施術料は全額自己負担となります。柔道整復師(整骨院・接骨院)への正しいかかり方を理解し適切に受診してください。

●柔道整復師(整骨院・接骨院)へかかる時の注意

1. 負傷の原因は正確に伝えましょう
2. 医療機関との重複・並行受診はできません
3. 施術が長期にわたる場合は医師の診断を受けましょう



国民健康保険が使える場合(一部自己負担)

- ①ねん挫・打撲・挫傷(肉離れ)
- ②骨折・不全骨折・脱臼



国民健康保険が使えない場合(全額自己負担)

- ①仕事や家事などの日常生活による単なる疲れ、肩こり・腰痛・体調不良等への施術
- ②脳疾患後遺症などの慢性疾患
- ③スポーツによる筋肉疲労、負傷原因のない筋肉痛への施術
- ④打撲、ねん挫が治ったあとの漫然とした施術
- ⑤医師の同意のない骨折・脱臼の施術

交通事故など、第三者から傷病を受けたとき(第三者行為)

●必ず国保の窓口へ届出を!

交通事故など、治療の発生原因が第三者(加害者)による場合は、加害者が医療費を負担することが原則です。

国民健康保険で医療を受けるときは、警察へ届け出るとともに、必ず国保医療年金課へ届け出をお願いします。

●示談は慎重に

被害者と加害者の話し合いがついて示談すると、その示談の内容が優先されるため、国民健康保険で立て替えた医療費を加害者に請求できなくなる場合がありますので、示談は慎重にしてください。



●届出に必要なもの

- ・国民健康保険被保険者証
- ・印鑑(認印可)
- ・第三者行為による傷病届(国保医療年金課にあります。)
※添付書類として交通事故証明書、事故発生状況報告書、同意書、誓約書が必要です。

●傷病原因の問い合わせ

国民健康保険では、医療費を適正に給付するため、医療機関からの請求書(診療報酬明細書)を点検しています。その結果、第三者による負傷である可能性がある場合には、加入者の皆さんへ負傷原因の問い合わせをしています。

第三者の行為によるケガ・病気とは?



交通事故



暴力行為を受けた



他人の飼い犬に噛まれた



飲食店で
食中毒にあった



スキー場での
接触事故など



次の場合は
保険証を使えません

- × 通勤中や仕事中に第三者の行為によってケガ等をした場合、労災保険が適用されます。
- × けんかによるケガ、また治療を受ける方が無免許運転などをしていたときは、保険証が使えない場合があります。

まずは、たつの市国保医療年金課に連絡を!

国民健康保険税の納付は納期限内に！

●国民健康保険税の納付は口座振替がオススメです！

納期限や納め忘れを気にすることなく、また一度手続きをすれば解約するまで毎年自動的に引き落とされます。

(1) 申込みに必要なもの

- ・預貯金通帳 ・通帳届出印 ・納税通知書
- ※口座振替依頼書は申込窓口を設置しています。

(2) 申込窓口

市内取扱金融機関、市役所納税課、各総合支所地域振興課

(3) 市内取扱金融機関

三井住友銀行、みなと銀行、トマト銀行
 姫路信用金庫、播州信用金庫、兵庫信用金庫、西兵庫信用金庫
 兵庫県医療信用組合、兵庫県信用組合
 兵庫西農業協同組合、なぎさ信用漁業協同組合連合会
 ゆうちょ銀行・郵便局

期別	納期限
第1期 (全期)	7月31日(水)
第2期	9月2日(月)
第3期	9月30日(月)
第4期	10月31日(木)
第5期	12月2日(月)
第6期	12月25日(水)
第7期	1月31日(金)
第8期	2月28日(金)



●国民健康保険税を納めないでいると...

特別な事情もなく国民健康保険税を納めないでいると、未納期間に応じて督促手数料や延滞金が加算されるだけでなく、短期被保険者証や被保険者資格証明書の交付、給付の差し止めなどの措置がとられます。

- ※短期被保険者証…通常のものより有効期間の短い被保険者証です。
- ※被保険者資格証明書…国民健康保険に加入していることを証明するもので、医療費がいったん全額自己負担になります。

産前産後期間相当分の国民健康保険税が減額されます！

対象となる方・受付期間

- 令和5年11月1日以降に出産または出産予定の国民健康保険被保険者の方が対象です。
 妊娠85日(4カ月)以上の出産が対象です。(死産、流産、早産および人工妊娠中絶の場合も含みます)
- 出産予定日の6カ月前から届出ができます。出産後の届出も可能です。

国民健康保険税の減額方法

- 出産予定月(または出産月)の前月から出産予定月(または出産月)の翌々月(以下「産前産後期間」といいます)までの保険税(4カ月分)が減額されます。

	3カ月前	2カ月前	1カ月前	1カ月後	2カ月後	3カ月後
単胎の方			■	■	■	
多胎の方	■	■	■	■	■	

- ※年税額から産前産後期間の所得割および均等割が減額されます。(世帯にかかる平等割は減額になりません)
- ※多胎妊娠の場合は、出産予定月(または出産月)の3カ月前から出産予定月(または出産月)の翌々月までの保険税(6カ月分)が減額されます。

- 保険税の減額により、払いすぎになった保険税がある場合は、還付されます。

届出に必要な書類

- ①届出書(様式は届出先の窓口に設置または市ホームページに掲載しています)
- ②出産予定日または出産日を確認することができる書類
- ③単胎妊娠または多胎妊娠の別を確認することができる書類
- ④出産後に届出を行う場合には、出産した被保険者と当該出産に係る子との身分関係を明らかにすることができる書類

- ※②～④については、母子健康手帳などの該当ページの写しを提出してください。
- ※④については、出産した子が被保険者の実子であることを確認させていただきます。

市ホームページ
はこちらから



届出先

たつの市役所 総務部市税課市民税係 または 各総合支所地域振興課 TEL 0791-64-3145