

## 国民健康保険に加入されている方に

# 国民健康保険で発行している限度額適用認定証、 高齢受給者証の更新時期です

### 限度額適用認定証、限度額適用・標準負担額減額認定証（申請必要）

医療機関で診療を受けた際に国民健康保険の「限度額適用認定証」または「限度額適用・標準負担額減額認定証」を医療機関窓口で提示した場合、自己負担限度額までの支払いで済みます。

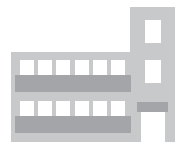
現在交付している認定証の有効期限は7月31日となっていますので、8月1日以降に認定証が必要な方は、市保険年金課国保担当窓口で交付申請の手続きをしてください。

※認定証は申請した月から有効となり、前月に遡って適用することはできません。

※国民健康保険税の滞納がある方は認定証を交付できない場合があります。

#### 申請に 必要なもの

- ・認定証が必要な方の国民健康保険被保険者証（保険証）
- ・世帯主と対象者の方のマイナンバーカードまたは通知カード
- ・手続きに来られる方の本人確認書類（運転免許証など顔写真付きのもの）
- ・世帯主以外の方による申請の場合は、世帯主の委任状など



### 高齢受給者証（手続不要）

70歳から74歳までの方に、「国民健康保険高齢受給者証」を交付しています。「国民健康保険被保険者証（保険証）」とあわせて医療機関窓口で提示することで、窓口での負担割合が2割となります（ただし、現役並み所得の方の負担割合は3割です。）。

毎年8月1日に更新となりますので、所得判定後の新しい高齢受給者証を7月末までに世帯主の方あてに郵送します。

## 特定健診を受けましょう

特定健診は、生活習慣病のリスクを高める内臓脂肪症候群（メタボリックシンドローム）に着目した健診です。ご自身の生活習慣病発症リスクを確認する機会として、年1回の特定健診を受けましょう。

【対象者】40歳から74歳までの方（長期入院中など、一定の条件にあてはまる方を除きます。）

※対象者の方あてに、みどり色の封筒で受診券を6月下旬ごろに郵送しています。

※市国保以外の医療保険加入者は、それぞれ加入している医療保険にお問い合わせください。

【受診方法】特定健診を実施している医療機関（一覧表を受診券に同封しています。）に、**受診券・国民健康保険被保険者証（保険証）・自己負担金1,000円**をご持参のうえ、受診してください。

なお、予約が必要な場合がありますので医療機関に直接確認してください。

【受診期間】**12月31日（土）まで**

ただし、昭和22年10月1日から12月31日生まれの方は、**75歳の誕生日の前日まで**に受診してください。

#### 【検査項目】

問診、身体測定、血圧測定、血液検査（血中脂質・肝機能・血糖・尿酸・貧血）、尿検査、心電図検査、腎機能検査

#### 特定保健指導

特定健診の結果から、「動機づけ支援」「積極的支援」が必要と判定された方あてに、市保健センターから特定保健指導の案内通知をお送りします。案内通知が届いた方は、保健指導を活用し、生活習慣の見直し・改善を試みましょう。

特定健診やがん検診を受診し、健康講座等に参加された方に、JA東とくしま産直券をプレゼントする「こまつしま国保健康スタンプラリー事業」を実施しています。詳しくは、受診券に同封している案内チラシをご覧ください。

【お問い合わせ先】市保険年金課 国保担当（市役所1階⑤番窓口）

☎ 3 2 ・ 2 1 1 3 / F A X 3 5 ・ 0 1 7 3 Mail: hokennenkin@city.komatsushima.i-tokushima.jp