

すみだ

国保加入者数(令和3年9月30日現在)
世帯数 38,715世帯
被保険者数 53,022人

国保だより

ご自身のために、ぜひ特定保健指導等をお受けください

問い合わせ先

保健指導について…保健計画課健康推進担当 ☎03-5608-8514
制度について……………こくほ庶務係 ☎03-5608-6120

医療機関で特定健康診査を受診された方のうち、その健診結果からメタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）の該当者又はその予備群として生活習慣を改善する必要があると判定された方に、特定保健指導のご案内を区が委託している業者からお送りしています。申し込みされると、保健師・管理栄養士のサポートを6か月間ほど受けながら、自分のペースで生活習慣の改善に取り組むことができます。ぜひ、ご利用ください。

※特定保健指導に該当しない方で、健診結果から生活習慣病のリスクが高いと判定された方は保健指導の対象となりますので、「生活習慣病予防のための保健指導のご案内」を送付しています。

健康づくりのための生活改善のヒント

- 腹八分目を守り、規則正しい時間に食べましょう。
- 意識して野菜をとりましょう。
- 日常でこまめに動くようにしましょう。
- たばことサヨナラしましょう。
- 飲酒は適量を心がけましょう。



ジェネリック医薬品の使用で、お薬代の負担が軽減します



問い合わせ先 こくほ給付係 ☎03-5608-6123~4

●ジェネリック医薬品とは？

新薬と同じ有効成分で作られ、品質や効き目、安全性が新薬と同等なお薬のことです。ただし、新薬の開発にかかる研究・開発費などが抑えられるため、新薬に比べてお薬代が安くなります。

また、ジェネリック医薬品を使用することで、みなさんのお薬代の負担が軽減するだけでなく、医療費全体の効率化につながります。そして将来、その医療費を新技術・新薬の導入や、医療保険制度の維持に活用することができます。

●ジェネリック医薬品を使用するには？

ジェネリック医薬品を希望される場合は、かかりつけの医師・薬剤師にご相談ください。意思表示ができる「希望シール」もご活用ください。

お薬代の負担軽減のご案内をお送りしています

現在服用されている新薬（先発医薬品）をジェネリック医薬品に切り替えた場合に、自己負担が一定額以上軽減されると見込まれる方に、ジェネリック医薬品の差額通知をお送りしています。

医療費通知の送付について

問い合わせ先 こくほ給付係 ☎03-5608-6123~4

医療費通知は、受診した医療機関等の名称、医療費の額（総額および自己負担相当額）、受診日数等をお知らせするものです。保険医療機関等からの請求内容をご確認いただくとともに、皆様の健康に対する認識を深めていただくため、令和2年12月から令和3年11月までの診療情報を令和4年2月上旬に送付する予定です。

※通知は世帯分をまとめて世帯主あてに送付します。通知を医療費の明細書として医療費控除の申告手続に利用することができます。

高額療養費が支給されます

問い合わせ先 **こくほ給付係** ☎ 03-5608-6123~4

高額療養費は、医療機関などに支払った医療費の一部負担金が、同一の月に同一の世帯で、下表の自己負担限度額を超えた場合に、その超えた金額を支給します。

該当する方には、診療月からおおむね3か月後の月末に、ご案内と申請書をお送りしますので、お手元に届きましたら、申請してください。なお、入院時の食事代、差額ベッド代、保険外診療分などは対象外になります。

※診療月の翌月の1日から2年を経過すると時効となり申請できませんのでご注意ください。



◎70歳未満の方および世帯の自己負担限度額（月額）

世帯の所得区分(注2)		世帯単位(注1)	
		右記以外のとき	多数回該当(注4)
ア	所得901万円超及び未申告	252,600円 (医療費総額が842,000円を超えた場合はその超えた分の1%を加算)	140,100円
イ	所得600万円超～901万円以下	167,400円 (医療費総額が558,000円を超えた場合はその超えた分の1%を加算)	93,000円
ウ	所得210万円超～600万円以下	80,100円 (医療費総額が267,000円を超えた場合はその超えた分の1%を加算)	44,400円
エ	所得210万円以下	57,600円	
オ	住民税非課税(注3)	35,400円	24,600円

注1 医療機関ごと（同じ病院であっても、外来と入院は別計算です。歯科も別計算です。）に一部負担金をそれぞれ計算し、21,000円以上のものが、高額療養費の計算対象となります。

注2 所得とは、同一世帯の国保加入者全員の基礎控除後の総所得金額等の合計です。

注3 世帯主および同一世帯の国保加入者全員が住民税非課税である世帯の方。

注4 診療月を含む直近12か月の間に4回以上、高額療養費の支給を受けるときに該当します。

◎70歳以上75歳未満の方および世帯の自己負担限度額(月額)(注9)

所得区分	外来(個人単位)	外来+入院(世帯単位)
現役並み所得Ⅲ (課税所得690万円以上)	252,600円 (医療費総額が842,000円を超えた場合はその超えた分の1%を加算) [多数回該当140,100円](注8)	
現役並み所得Ⅱ (課税所得380万円以上690万円未満)	167,400円 (医療費総額が558,000円を超えた場合はその超えた分の1%を加算) [多数回該当93,000円](注8)	
現役並み所得Ⅰ (課税所得145万円以上380万円未満)	80,100円 (医療費総額が267,000円を超えた場合はその超えた分の1%を加算) [多数回該当44,400円](注8)	
一般(注5) (課税所得145万円未満)	18,000円 (年間上限額は144,000円)	57,600円 [多数回該当44,400円](注8)
低所得Ⅱ(注6)	8,000円	24,600円
低所得Ⅰ(注7)	8,000円	15,000円

注5 70歳以上75歳未満の国保加入者全員の基礎控除後の総所得金額等の合計額が210万円以下の場合は「一般（住民税課税所得145万円未満）」になります。

注6 世帯主および同一世帯の国保加入者全員が、住民税非課税である世帯の方。

注7 世帯主および同一世帯の国保加入者全員が、住民税非課税であり、世帯の各所得がゼロ円となる世帯の方（年金は控除額を80万円として計算。給与所得がある場合は、給与所得から10万円を控除）。

注8 診療月を含む直近12か月の間に4回以上、高額療養費の支給を受けるときに該当します。

注9 診療を受けた月が75歳の誕生日の方（1日生まれの方を除く）は、上記の限度額が2分の1になります。

医療費が高額になるとき

オンライン資格確認システム（以下、「システム」といいます）の運用開始に伴い、高額な入院や外来診療（保険適用部分のみ）を受けた場合でも、健康保険証としての利用申し込みがされているマイナンバーカードや健康保険証を利用し、医療機関等の窓口でシステムによる確認を受けることで、窓口での支払いが自己負担限度額（前頁のとおり）までとなります。なお、システムが導入されていない医療機関等では引き続き、「限度額適用認定証」（住民税非課税世帯の方は「限度額適用・標準負担額減額認定証」）の提示が必要になります。前もって申請し交付を受けてください。遑っての申請はできません。

※国民健康保険料の滞納がある世帯には、システムによる確認ができない、または認定証を発行できない場合があります。詳しくはお問い合わせください。

※認定証の交付を受ける場合、70歳以上75歳未満の方は、所得区分が「現役並み所得Ⅰ・Ⅱ」、「低所得Ⅰ・Ⅱ」の方が申請できます。所得区分が「現役並み所得Ⅲ」、「一般」の方は、システムによる確認を受けるか、「高齢受給者証」を提示することで限度額までの支払いとなりますので、「限度額適用認定証」は必要ありません。

●申請に必要なもの： 交付を受ける方の保険証

入院したときの食事代の自己負担が軽減されます

問い合わせ先 **こくほ給付係** ☎03-5608-6123~4

病気やけがで入院したときの食事代は、1食につき460円を標準負担額として自己負担しますが、住民税非課税世帯の方には減額制度があります。医療機関等の窓口でシステムによる確認を受けるか、事前に区へ申請し、交付を受けた「標準負担額減額認定証」の提示が必要になります。なお、申請月以前12か月間に90日を超える入院をされていて、食事療養費の減額の対象になる方は、必ず、事前に区へ申請をして交付を受け、医療機関等に認定証を提示してください。

	区分	標準負担額(1食)
住民税課税世帯	入院日数にかかわらず	460円
住民税非課税世帯	申請月以前12か月間で90日までの入院日数	210円
	申請月以前12か月間で90日を超える入院日数（事前に申請が必要です）	160円
	所得が一定基準に満たない70歳以上75歳未満の方	100円

※1日の標準負担額は3食に相当する額を限度とします。 ※入院時の食事代は高額療養費の支給対象にはなりません。

このようなときに医療費の一部が戻ります（療養費の支給）

問い合わせ先 **こくほ給付係** ☎03-5608-6123~4

- 緊急その他やむを得ない理由で、保険証の提示等をせずに診療等を受けた場合、保険を取り扱わない医療機関等で診療等を受けた場合など
- 保険医が治療上、コルセット等の治療用装具（補装具）を必要と認めたとき
- 受領委任を取り扱っていない、はり師・きゅう師、あん摩マッサージ指圧師および柔道整復師の施術を受けたとき（保険適用となる施術に限る）
- 海外旅行中などに国外で診療を受けたとき（海外療養費）
*療養目的で渡航した場合には、対象となりません。

※申請に必要な書類など、詳しくは事前にお問い合わせください。

※障(親)(乳)(子)の医療証をお持ちの方は、各担当での手続きも必要です。

※医療費などを支払った日の翌日から2年以内に申請してください。



葬祭費が支給されます

問い合わせ先 **こくほ給付係** ☎03-5608-6123~4

国保に加入している方が亡くなったとき、その葬儀を行った方（喪主）に、葬祭費7万円が支給されます。交通事故等により亡くなった場合は、対象外となることがあります。他の健康保険から葬祭費またはそれに相当する給付を受ける方（健康保険本人資格を喪失後、3か月以内に死亡した場合）は、国保からは支給されません。

●申請に必要なもの：

葬儀の領収書等、葬儀を行った方（喪主）の印かん（スタンプ印は不可）、葬儀を行った方（喪主）の振込口座のわかるもの（通帳等）、亡くなった方の保険証

※葬儀を行った日の翌日から2年以内に申請してください。



■ 出産育児一時金の支給方法について

問い合わせ先 **こくほ給付係** ☎ 03-5608-6123~4

国保に加入している方が出産したときに、世帯主に出産育児一時金42万円が支給されます。妊娠85日以上であれば、死産・流産でも支給されます。ただし、他の健康保険から出産育児一時金が支給される場合には、国保からは支給されません。

出産育児一時金は、世帯主と医療機関などの契約に基づき、国保から医療機関などに直接支払われますので(直接支払制度)、出産後に申請する必要はありません。

ただし、直接支払制度を利用しない場合や、制度を利用したが実際にかかった費用が出産育児一時金に満たず、差額がある場合は、申請が必要です。

直接支払制度が利用できない医療機関などで「受取代理制度」が利用できる場合があります。また、出産費資金貸付制度もあります。お問い合わせください。

※出産日の翌日から2年以内に申請してください。



● 申請に必要なもの：

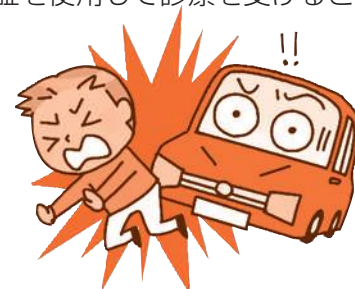
親子健康手帳(出生証明のあるもの)、出産した方の保険証、医師の証明書(死産・流産の場合)、医療機関等が発行する合意文書、出産費用の領収明細書、世帯主の印かん(スタンプ印は不可)、世帯主の振込口座のわかるもの(通帳等)

■ 交通事故・傷害事件などにあつたときは届け出が必要です

問い合わせ先 **こくほ給付係** ☎ 03-5608-6123~4

第三者(他人)から受けた傷病による医療費は、原則として加害者の負担となります。しかし、加害者がすぐに医療費を支払えないなどやむを得ない場合には、届け出により、国民健康保険証を使用して診療を受けることができます。

ただし、この場合の医療費の国保負担分は、後に区が加害者に請求することになりますので、手続きの際に必要な「第三者行為による傷病届」を必ず提出してください。



■ 新たな健康保険に加入したら、国民健康保険をやめる届け出が必要です

問い合わせ先 **こくほ資格係** ☎ 03-5608-6121~2

新たな健康保険に加入した場合は、国保喪失の届け出が必要となります。新たに加入した会社の健康保険証と今までの国民健康保険証の2枚をお持ちになり、こくほ資格係又はお近くの出張所の窓口へお届けください。

※なお、郵送での手続きも可能です。新たに加入した健康保険証のコピーの余白に氏名・生年月日・住所・電話番号・「国民健康保険の喪失の手続き」と記入し、国民健康保険証を同封のうえ、こくほ資格係へお送りください。

■ 国保資格喪失後の受診による医療費の返還について

問い合わせ先 **こくほ給付係** ☎ 03-5608-6123~4

勤務先の健康保険に加入したときや、転出により墨田区国民健康保険の資格を喪失した際に、新しい保険証の交付が遅れているなどの理由で、墨田区の国民健康保険証で医療機関にかかった場合や、月日を遡って墨田区国民健康保険の資格を喪失したことによる喪失後の受診歴があった場合は、国保負担分(医療費総額の7割~8割)を墨田区に返還していただくことになります。

区へ返還していただいた分は、診療日当日に加入していた健康保険に請求することができます。手続きの方法については、ご加入の健康保険にお問い合わせください。

※他の健康保険加入後、保険証が交付されるまでの間に受診する場合は、ご加入の健康保険にご相談ください。

マイナンバーカードを健康保険証としてご利用いただけます

問い合わせ先

マイナンバーカードの申請・交付について…

墨田区マイナンバーカードコールセンター ☎03-5608-6370

マイナンバーについて……………

マイナンバー総合フリーダイヤル ☎0120-95-0178

国民健康保険証について……………

こくほ資格係 ☎03-5608-6121

令和3年10月からマイナンバーカードのICチップにある電子証明書を利用して、医療機関や薬局の受付でマイナンバーカードをカードリーダーに置くだけで医療保険の資格確認ができるようになりました。

この機会にぜひマイナンバーカードの取得をお願いします。

保険証としての利用には、マイナポータルを通じての申し込みが必要になります。

国保年金課等区の一部の窓口には、マイナポータルを利用できる端末やカードリーダーを設置していますので、ご利用ください。

なお、10月から更新される国民健康保険証は申し込み後も引き続きご利用いただけます。

すべての医療機関等に対応していない場合がありますので、受診の際には国民健康保険証、高齢受給者証（70歳以上75歳未満の方のみ）もお持ちください。

保険料は必ず納期限内に納めましょう

問い合わせ先

こくほ保険料係 ☎03-5608-6125~8

保険料は毎月末日までに納付書をお持ちになり、国保年金課・出張所・金融機関・ゆうちょ銀行・郵便局・コンビニエンスストアで納めていただけます。保険料を納めないでいると、滞納分の保険料をあとでまとめて納付していただくことになるほか、延滞金が徴収されたり、財産を差し押さえられたりすることがあります。

保険料の納付は便利な口座振替で

口座振替は、預貯金口座から自動的に引き落とされるので、納めに行く手間と時間が省け、納め忘れがありません。

口座振替を希望される方は口座振替依頼書に必要事項を記入の上、通帳届出印を押して、国保年金課・出張所・金融機関・ゆうちょ銀行の窓口でお申し込みください。



モバイルレジもご利用いただけます

モバイルレジとは、納付書に印刷されたバーコードをスマートフォンや携帯電話で読み取り、インターネットバンキング・クレジットカードを利用してお支払いができるサービスです。ご利用にはアプリのダウンロードが必要です。詳細は、区ホームページをご覧ください。

スマートフォン決済アプリもご利用いただけます

決済アプリの請求書支払いを利用して、納付書に印刷されたバーコードを読み取り、お支払いすることができます。ご利用にはアプリのダウンロードが必要です。なお、今後、利用可能なアプリは、変更・拡充することがあります。詳細は、区ホームページをご覧ください。

延滞金の徴収の実施について

問い合わせ先

こくほ保険料係 ☎03-5608-6523~4

令和3年度保険料から、納期限内に保険料を納付しなかった場合、納期限の翌日から納付までの日数に応じた延滞金が保険料に加算されることがあります。保険料は、保険制度を運営するための大切な財源ですので、期限内の納付をお願いします。延滞金の計算方法等の詳細は、区ホームページをご覧ください。

保険料の納付相談をお受けします

問い合わせ先

こくほ保険料係 ☎03-5608-6523~4

納期限までに保険料の納付が困難な方、遅れている方はお早めにご相談ください。ご事情をうかがい納付方法の相談をお受けしています。

※平日、仕事等で相談に来られない方は、日曜納付相談を行っていますのでお問い合わせください（毎月第2日曜日午前9時から午後4時まで）。

70歳以上75歳未満の方の高齢受給者証について

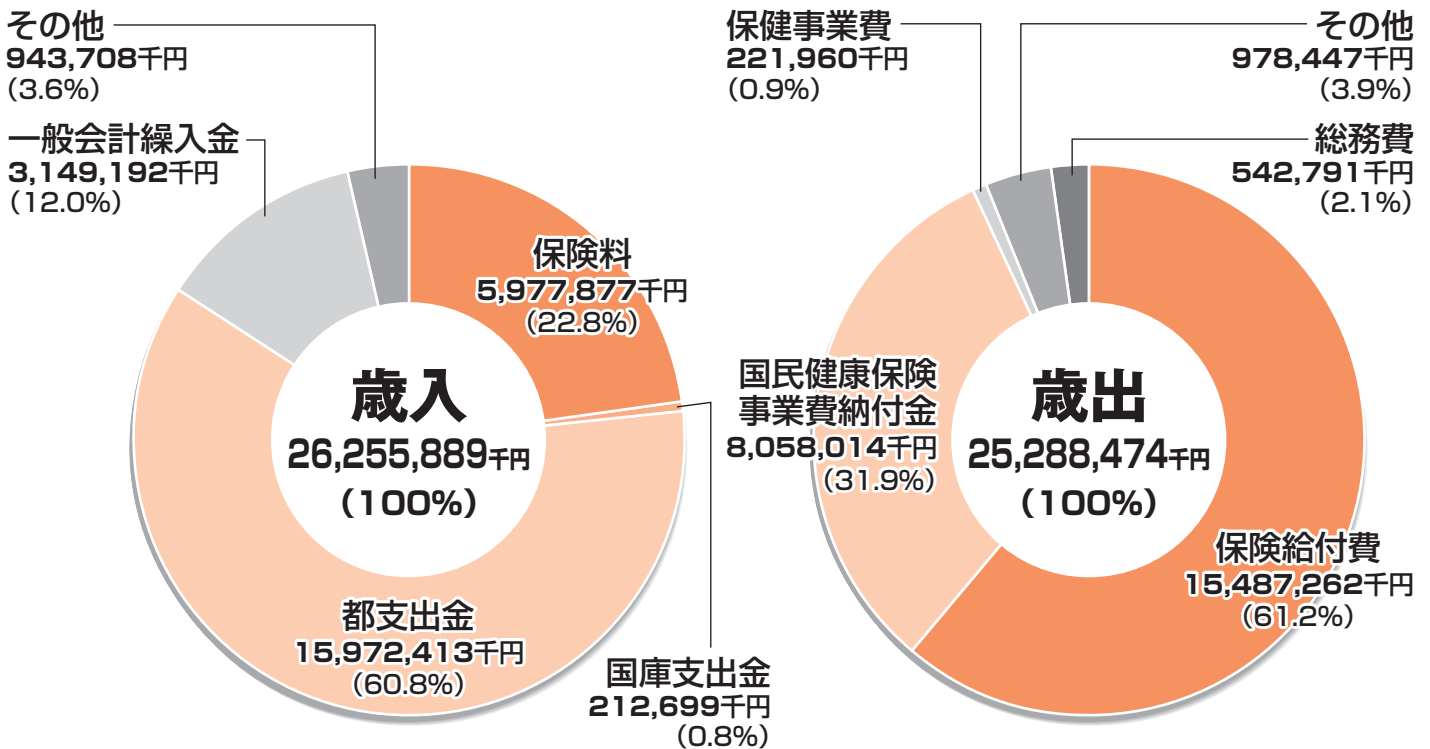
問い合わせ先 **こくほ資格係** ☎03-5608-6121~2

70歳の誕生日の翌月（誕生日が1日の方は誕生月）から、75歳の誕生日の前日までは、「高齢受給者証」の交付対象となります。対象者には、事前に送付します。医療機関の窓口にて、高齢受給者証と保険証の両方を提示すると、高齢受給者証に記載されている負担で診療等が受けられますので、必ず高齢受給者証もお持ちください。

令和2年度国民健康保険特別会計決算のあらまし

令和2年度墨田区国民健康保険特別会計の決算は下図のとおりです。歳出は、みなさんが医療機関で受診した医療費などに使う「保険給付費」と、国保財政運営の責任主体である都へ納付する「国民健康保険事業費納付金」で全体の約90%を占めています。

この費用は、原則として、みなさんから納めていただいた「保険料」と国からの「国庫支出金」、都からの「都支出金」と区の一般会計からの「繰入金」などによってまかなわれています。



国保に関すること

- 保険料の計算、資格取得・喪失、保険証について → **こくほ資格係** ☎03-5608-6121~2
- 保険料の納付、納付相談について → **こくほ保険料係** ☎03-5608-6125~8
- 高額療養費、その他保険給付について → **こくほ給付係** ☎03-5608-6123~4
- 特定健診・特定保健指導について → **こくほ庶務係** ☎03-5608-6120

後期高齢者医療制度に関すること

- 保険証の交付等について → **長寿医療(後期高齢者医療)資格・給付担当** ☎03-5608-6192
- 保険料について → **長寿医療(後期高齢者医療)保険料担当** ☎03-5608-8100

受付時間 月～金曜日 8:30～17:00 (祝日、年末年始を除く)

還付金詐欺にご注意ください！
不審な電話があった場合は、担当窓口にご相談ください。