

## 8月からの限度額認定証は申請が必要です！



現在交付している限度額認定証の有効期限は7月末日までです。  
 認定証は自動更新をしないため、8月以降の入院などで認定証が必要な人は8月中に申請が必要です。必要な書類を持参し窓口で手続きをお願いします。  
 ※ただし、国保税未納、税の未申告者がいる場合は認定証の交付ができません

### ■限度額適用認定証とは？

入院、外来診療、診療に伴う調剤費などで医療費が高額になる場合「限度額適用・標準負担額減額認定証」を医療機関窓口にて提示をすれば、当該医療機関窓口での1か月の支払額が自己負担限度額までとなります。  
 ※差額ベッド代などの保険診療外費用は含まれません

### ■申請に必要なもの

- 受診者の保険証
- 申請者・受診者・世帯主のマイナンバーが分かるもの
- 申請者の身分証明書（運転免許証など）
- 申請者の印鑑

### 8月2日月から8月4日氷までに申請される場合

口座振替の人や納付書で直前に納入した人は、記帳をした口座振替の通帳や領収書をご持参ください。

### ■受診時に認定証がない場合は？

高額療養費で払い戻しが受けられません。一旦、限度額以上の医療費負担をしていただき、診療月から約2か月後以降、該当世帯に高額療養費の申請勧奨通知を郵送します（申請後に給付）。

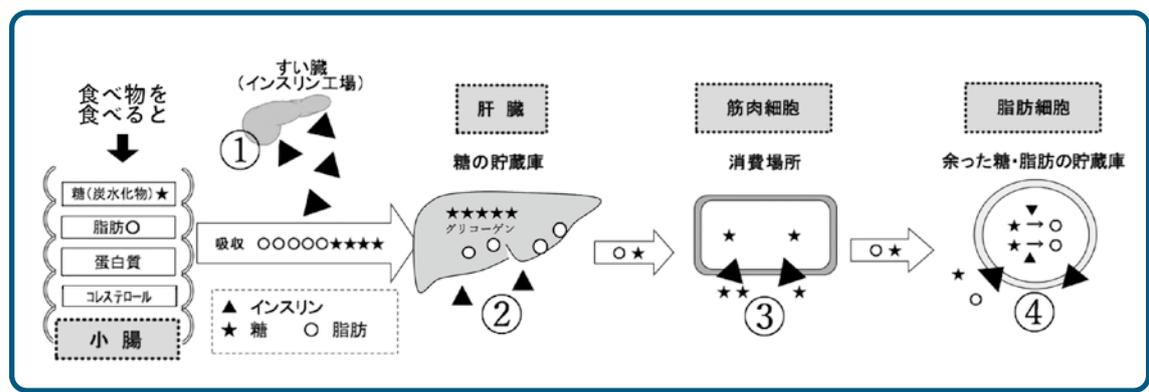


後期高齢者医療制度加入者で、すでに認定証を持っている人には、保険証送付時に認定証を同封しています（6月から7月末までに申請の場合は別々に送付）。

問い合わせ 市民生活課 保険年金係 ☎75-2159

## 口から入った糖は、体の中でどうやって調整されるのでしょうか？

通常、どんなに甘いものを食べても高血糖で倒れることはありません。これは、インスリンをはじめとするホルモンなどの働きによって、血糖値が一定の範囲内に保たれているからです。



- ①小腸の血管から糖が吸収され、上がった血糖値に合わせてすい臓からインスリンホルモンが出てきます。
- ②小腸から肝臓に運ばれた糖分は、インスリンの働きによってグリコーゲンに形を変えて、肝臓や筋肉に貯めることができます。
- ③インスリンの働きによって各細胞がグリコーゲン（糖）をエネルギーとして使います。特によく動かす筋肉は糖の取り込みがよく、糖を消費してくれます。
- ④余った糖はインスリンによって脂肪として貯蔵されます。

体内で糖が不足する時（空腹時、夜間など）は、肝臓から糖が放出されてエネルギーとして利用されることで、血糖値がいつも一定の範囲内に保たれています。

市報9月号では、血糖値を正常に保つ「インスリン」に関してくわしくお伝えします。

連載