

国 保 通 信



■問い合わせ

市民生活課 保険年金係

☎ 75-12159

病院の窓口で支払った保険診療分の一か月間の自己負担額が高額になった場合、申請により限度額を超えた分を高額療養費として払い戻されます。
70歳未満の方と70歳以上の方で限度額が異なります。今月は70歳未満の方に
ついてお知らせします。

●70歳未満の方の

高額療養費の計算の方法

- ① 月単位で計算します。(月をまたがった場合はそれぞれの月で計算します)
- ② 入院した時の食事代など、保険がきかないものは対象外となります。
- ③ 医療機関ごとに別計算します。
- ④ 同じ医療機関でも入院と外来は別計算します。
- ⑤ 同じ医療機関でも内科と歯科は別計算します。
- ⑥ 過去12か月に同じ世帯で高額療養費の支給が4回以上となった場合は、4回目からは限度額が低くなります。
- ⑦ 同じ世帯であれば自己負担額が21,000円を超えた分は合算の対象となります。

70歳未満の方の自己負担限度額

区分	1～3回目までの自己負担限度額	4回目以降の自己負担限度額
上位所得世帯 基礎控除後の年間所得金額が600万円超	150,000円 総医療費が500,000円を超えたときは超えた分の1%を加算	83,400円
一般	80,100円 総医療費が267,000円を超えたときは超えた分の1%を加算	44,400円
市民税非課税世帯	35,400円	24,600円



平成22年度
特定保健指導を受けられた
田代 秋代さん (多欠町)

質問 生活習慣の改善を目指して取り組まれ、変わったことは？



体重：3kg 減
腹囲：4.9cm 減

間食や夜遅く食えることをやめました。テレビを見ながらの体操もしています。以前はコーヒーに砂糖をたくさん入れていましたが、今はブラックコーヒーを薄くして、小さいカップで飲むようにしたら、砂糖なしで満足して飲めるようになりました。

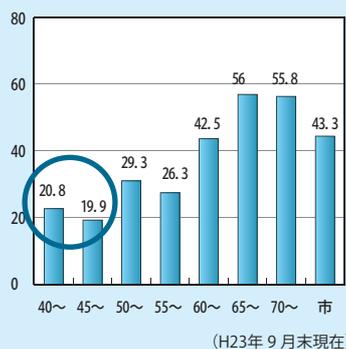
- 健康は自覚症状ではわかりません。血液データがあなたの生活そのものです。健診を受けて確認しましょう。
- 健診未受診の方には、次の方法があります。ご自分の生活に合わせて選んでください。
- ① 人間ドックを受ける↓市役所保険年金係(☎75-12159)へお申込みください。
 - ② 医療機関で特定健診を受ける↓期間は、平成24年2月29日までで、登録された市内の医療機関で受けられます。
 - ③ 血液検査の結果を市役所健康増進課へ提出することにより、特定健診を受けたいことになります。

健康は 明るい未来が
みえてくる

(健康川柳コンテスト金賞作品)



年齢別受診率 (%)



40歳から50歳までの受診率が低ですが、65歳未満で脳出血・脳梗塞になり、介護保険の申請をした方が、昨年1年間で26人でした。

生活習慣病は自覚症状がなく、若い頃からの定期的な健診が予防になります。

健診の受診率65%が目標ですが、現在43.3%。あと800人以上の方に受けていただかないと目標にとどきません。65%を達成しないと、国民健康保険の負担増が予想されます。健診率アップのために協力をお願いします。

■問い合わせ
健康増進課 健康増進係 ☎75-13355