

国保だより

－1月・7月の年2回発行－

●「国保だより」のバックナンバーを市のHPに掲載していますのでご覧ください。

福島市 国保だより 検索

福島市国保だより 116号

編集・発行
福島市市民・文化スポーツ部
国保年金課

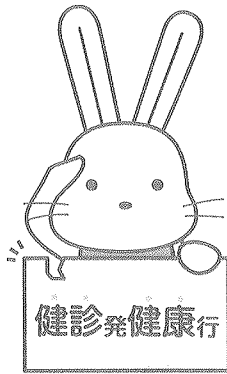
国民健康保険についての
問い合わせは
福島市役所国保年金課へ

TEL 525-3735

TEL 525-3773

国保特定健診

国保特定健診は、40歳から74歳まで
毎年1回、受けることができます！



Q. 「特定健診」ってなに？

A. **メタボリックシンドローム**に目を向けた健診です。
生活習慣病やさまざまな病気の**予防、早期発見**につながります。

Q. どんな内容？

A. 問診、身体測定(身長・体重・腹囲)、診察、尿検査、血圧測定、
血液検査(脂質・糖・肝機能、血清クレアチニン、血清尿酸)など
※貧血、心電図、眼底検査は条件に当てはまる方のみ

☞ 約1万円の検査が**自己負担なく**受けることができます。

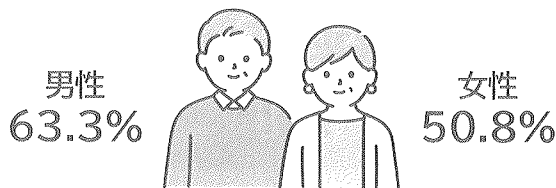
令和8年度

市民検診は10月31日まで！

※乳がん検診・子宮頸がん検診は12月31日まで
(医療機関によって終了日が異なります)

がん検診等各種検診

生涯でがんになる確率(※)



☞ 対象年齢になったら、
どなたでも受けることができます。

☞ 職場等でがん検診を受ける機会がない
方は、市民検診をご利用ください。

日本人の2人に1人が一生の間にかんになり、
がんによって男性は4人に1人、女性は6人に1人が亡くなっています(※)。
がんは、**自覚症状がない早期**に発見し、治療を受けることが重要です！

(※)国立がん研究センターより

詳しくはこちら
「福島市 市民検診」



慢性腎臓病(CKD)を予防しましょう

CKDを予防するポイント

1. 健診を受け、自分の腎臓の値を知る
健診の結果、尿蛋白(+)以上、eGFR60未満の場合は、
医療機関を受診しましょう。
2. 生活習慣を見直す
CKDのリスクを高める要因は、高血圧、糖尿病、肥満、
喫煙、睡眠不足や過労などの身体的ストレス、加齢などです。
3. 適切な治療を受ける
高血圧や糖尿病は腎臓の機能を低下させます。
きちんと治療し、腎臓への負担を減らしましょう。

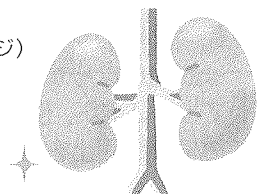
慢性腎臓病(CKD)は、腎臓の動きが徐々に低下していく病気
です。症状が進むと、人工透析や腎移植が必要となります。
日本では成人の約5人に1人はCKDと推計されています。



◀ CKDについて
(福島市ホームページ)



◀ 国保栄養相談



【お問い合わせ】健康づくり推進課 検診予防係 TEL 525-7680

高齢受給者証と資格確認書が 一体化されます

令和8年8月1日から、70歳以上の方に交付していた「高齢受給者証」が「資格確認書」と一体化されます。今後は資格確認書に「負担割合」が記載されるため、医療機関の受診はこれ1枚で済むようになります。

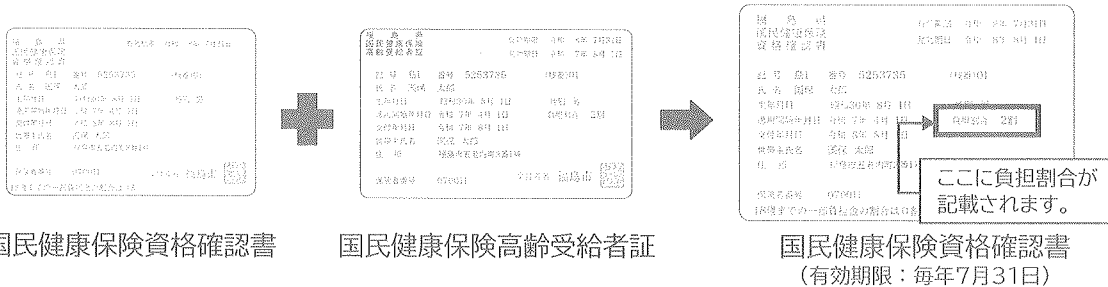
●マイナ保険証をお持ちでない方

新しい有効期限の「資格確認書」を7月下旬に送付します。

●マイナ保険証をお持ちの方(70歳～74歳)

新しい資格確認書の送付(更新)はありません。引き続きマイナ保険証をご利用ください。

なお、ご自身の負担割合などを確認できる「資格情報のお知らせ」を7月下旬に送付します。



【お問い合わせ】 国保年金課 国保資格係 TEL 525-3735

国民健康保険の加入・脱退は オンライン申請が便利です！

スマートフォン(マイナポータルアプリ対応)やパソコンから、24時間いつでも国民健康保険の加入・脱退の手続きが可能です。

●オンライン申請に必要なもの

※いずれもマイナンバーカードと対応機器(スマホ・PC)が必要です。

【加入するとき】

健康保険の「資格喪失証明書」

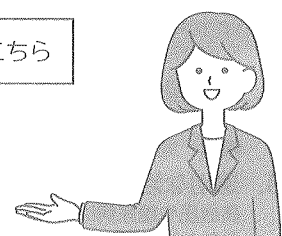
【脱退するとき】

新しい職場の「資格情報のお知らせ」または「資格確認書」

【ご注意ください！】

お勤め先の健康保険に加入した際など、国民健康保険を脱退する時は必ず届出が必要です。自動的に脱退にならず、そのままでは保険税の請求が続いてしまいます。便利なオンライン申請、または窓口での早めの届出をお願いします。

詳しい申請方法は



【お問い合わせ】 国保年金課 国保資格係 TEL 525-3735

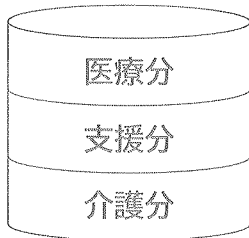
子ども・子育て支援金制度の導入に伴い 令和8年度から国保税の内訳が変わります

■子ども・子育て支援金制度とは

令和8年度から、子どもや子育て世帯への支援を一層充実させるため、社会全体で支え合う新しい仕組みが始まります。これに伴い、国民健康保険においても、保険税とあわせて「子ども・子育て支援金」を納めていただくことになります。

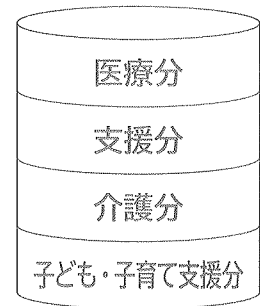
■国保税の内訳

<令和7年度まで>



- … 国保に加入している方の医療費に充てる費用
- … 後期高齢者医療制度を支えるための費用
- … 介護保険制度を支えるための費用
(40～64歳の方)

<令和8年度から>



【制度に関するお問い合わせ】

子ども・子育て支援金制度の詳細については、こども家庭庁のホームページをご確認いただくか、コールセンターをご利用ください。



◀こども家庭庁HP

■こども家庭庁コールセンター

0120-303-272

(受付時間：平日9時～18時)

【お問い合わせ】国保年金課 国保資格係

TEL 525-3735

高額療養費制度の自己負担限度額が変わります

令和8年8月診療分より、医療費の自己負担限度額が変わる予定です。

<参考>70歳未満の方

所得区分 【総所得金額等】	過去12か月以内に 1回目から3回目	4回目以降 【年間上限】
ア 上位所得Ⅱ 【901万円超】	270,300円 +(医療費-901,000円)×0.01	140,100円 【1,680,000円】
イ 上位所得Ⅰ 【600万円超 901万円以下】	179,100円 +(医療費-597,000円)×0.01	93,000円 【1,110,000円】
ウ 一般Ⅱ 【210万円超 600万円以下】	85,800円 +(医療費-286,000円)×0.01	44,400円 【530,000円】
エ 一般Ⅰ 【210万円以下】	61,500円	44,400円 【530,000円】
オ 市民税非課税 世帯の方	36,900円	24,600円 【290,000円】

<参考>70歳以上の方

所得区分	外来 (個人ごとに計算)	入院および 世帯ごとの 限度額	4回目以降 【年間上限】
現役並み所得者 (課税所得)	Ⅲ 【690万円以上】	270,300円 +(医療費-901,000円)×0.01	140,100円 【1,680,000円】
	Ⅱ 【380万円以上 690万円未満】	179,100円 +(医療費-597,000円)×0.01	93,000円 【1,110,000円】
	Ⅰ 【145万円以上 380万円未満】	85,800円 +(医療費-286,000円)×0.01	44,400円 【530,000円】
一般世帯	22,000円 (年間21.6万円)	61,500円	44,400円 【530,000円】
低所得者Ⅱ	11,000円 (年間9.6万円)	25,700円	24,600円 【290,000円】
低所得者Ⅰ	8,000円	15,700円	— 【180,000円】

【ご注意ください】

- ・年間上限額：毎年8月から翌年7月までの累計額に適用されます。
 - ・70歳以上の方：入院時の1か月の支払いは、世帯ごとの限度額までとなります。
- ※制度の詳細は、窓口や市ホームページで随時更新いたします。最新の内容をご確認ください。

詳しくはこちら▶



【お問い合わせ】国保年金課 総務給付係 TEL 525-3773

使ってみませんか？マイナ保険証

マイナンバーカードを健康保険証として利用することで、毎日の通院やもしもの時がもっと便利になります！
※利用する場合は、情報提供への同意が必要です。

自身のデータに基づいた医療を受けられる*

過去に処方されたお薬や特定健診などの情報を医師・薬剤師に共有したうえで適切な医療が受けられます。

よく覚えていないお薬があるときに助かるね



高額療養費の限度額を超えた分の支払いが不要に*

「限度額認定証」がなくても限度額を超える分を支払う必要がありません。

負担が減って助かるわ



医療費控除の申告手続きが簡単に

マイナポータルからe-taxに連携することで年間の医療費通知情報が取得でき、申告に必要な情報も自動入力できます。

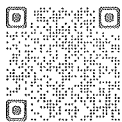
手続きがとっても楽になったわ



救急時でも安心*

救急隊員が受診歴、処方されたお薬や特定健診などの情報を閲覧することで、円滑な搬送先の選定や処置などに活用できます。

いざという時に備えられて安心



◀ 詳しくはこちら



『マイナンバーカードの健康保険証利用のメリット』(厚生労働省)より

【お問い合わせ】 国保年金課 国保資格係
TEL 525-3735

地方税統一QRコード(e L-QR)を利用した国民健康保険税の納付が便利です

納付書に印字された地方税統一QRコード(e L-QR)を利用して、全国の「共通納税」対応金融機関窓口、スマートフォン決済アプリ、クレジットカードやインターネットバンキングなどで納付することができます。ご自身に合った納付方法が選べて大変便利です。

※納付書下部に「e L 番号」と「e L-QRコード」が印字された納付書が対象です。

「共通納税」対応金融機関

福島市の全ての金融機関窓口及び全国の共通納税対応金融機関窓口で納付することができます。

対応金融機関はこちら



スマートフォン決済アプリ、クレジットカード、インターネットバンキングなど

スマートフォンでQRコードを読み込み、各種スマートフォン決済アプリやクレジットカード、インターネットバンキングなどで納付することができます。

多様な納付手段が利用できますので、ご自身のライフスタイルに合わせてご納付いただけます。

詳しくは地方税お支払サイト



○従来のコンビニ納付・口座振替も引き続き利用できます。

国民健康保険税の納付は便利で確実な口座振替で

- 1 取扱金融機関 東邦銀行、福島信用金庫、みずほ銀行、秋田銀行、荘内銀行、七十七銀行、常陽銀行、きらやか銀行、北日本銀行、福島銀行、大東銀行、福島県商工信用組合、東北労働金庫、ふくしま未来農業協同組合、ゆうちょ銀行
- 2 申込方法 口座振替を希望する金融機関の窓口にて口座振替依頼書を提出(市内金融機関に備え付けてあります。)
- 3 必要なもの ①通帳 ②届出印 ③納税通知書

【お問い合わせ】 納税課 納税管理係 TEL 525-3717