

## マイナンバーカードが健康保険証として利用できます。

医療機関や薬局の受付\*1で、  
マイナンバーカードをカードリーダーにかざします。



マイナンバーカードのICチップにある電子証明書  
により医療保険の資格をオンラインで確認します。

- マイナンバーカードを健康保険証として利用することにより、6つのメリットがあります。  
詳しくは厚生労働省ホームページ([https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage\\_08277.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_08277.html))をご参照ください。
- 利用には事前に登録が必要です。  
登録の申込は、マイナポータル\*2、セブン銀行ATMからできます。
- マイナンバー(12桁の数字)は使いません。  
マイナンバーカードのICチップにある電子証明書を使うため、マイナンバー(12桁の数字)は使われません。  
医療機関や薬局の受付窓口でマイナンバーを取り扱うこともなく、ご自身の診療情報がマイナンバーと紐づけられることもありません。

\*1:対象医療機関や薬局については徐々に拡大していく予定です。詳しくは厚生労働省ホームページをご参照ください。  
\*2:マイナポータル:子育てや介護をはじめとする行政手続の検索やオンライン申請がワンストップでできたり、行政からのお知らせを受け取ることができる自分専用のサイトです。

## 特定健康診査のご案内

### 特定保健指導とは

特定保健指導は、皆様の健康を守り、より良い生活を送っていただくために、法律で定められている事業です。

健康診査の結果(腹囲、BMI、血糖、脂質、血圧、喫煙歴)から生活習慣病の発症リスクが高く、生活習慣病の予防効果が多く期待できる方に対して専門スタッフ(医師、保健師、管理栄養士、看護師など)が生活習慣を見直すサポートを行います。

◎**対象者** 40歳以上の中央区国民健康保険加入者

◎**受診券について** 区から受診券を送付しますので、区内実施医療機関で受診してください。

対象	発送時期	受診期間
4月～7月生まれの方	5月上旬	5月～9月
8月～11月生まれの方	6月下旬	7月～11月
12月～3月生まれの方	8月下旬	9月～1月

※8月生まれ以降の方で早目の受診を希望される場合はご連絡ください。

◎**健診内容** 身長・体重・腹囲・血圧測定、  
血液・尿検査、心電図、がん検診など

◎**実施機関** 区内実施医療機関

### 特定保健指導のご案内

中央区国民健康保険に加入されている方で、特定健康診査の受診結果により、生活習慣の改善が必要と判定された方に、特定保健指導を行っています。

- ※服薬中の方は対象になりません。
- ※75歳以上の方は対象ではありません。

#### 特定保健指導の開始方法は次の2通りです。

- ①健診結果説明と同時に特定保健指導の初回面接を開始する方法  
\*健診の結果説明の当日から概ね1か月までの間となります。  
\*医療機関の診療状況等により、健診結果説明と同時にできないことがあります。
- ②健診受診後、概ね3か月後に区から対象の方にお送りする利用券を使用する方法

### 人間ドックや事業者による健診を受ける方へ

～検査データを活用して専門医から健康になるためのアドバイスが受けられます～

中央区国民健康保険に加入する方で、人間ドックやお勤め先での健診を受けている方は、概ね3か月以内の検査結果を医療機関へ持参し、検査済みの項目を省略して健康相談などを受けることができます。また、検査済み項目を再検査することもできます。

## 問い合わせ先

管理課保健係 ☎(3546)5397

# ちゅうおう 国保だより

国保の加入者 (令和5年4月30日現在)  
世帯数 20,733 世帯  
被保険者数 26,985 人  
令和5年6月発行  
中央区福祉保健部保険年金課  
〒104-8404 中央区築地1-1-1  
☎(3543)0211 (代表)



## 国民健康保険料決定のお知らせ



### 5年度の保険料について

令和5年度の国民健康保険料が下記のとおり改定されました。  
国保加入者の医療費等は保険料でまかなわれています。

#### ◎基礎分保険料 (加入者全員の方が納める保険料です)

均等割額	所得割額	限度額は世帯で
一人あたり 45,000円 × 加入者数	+	加入者全員の賦課の もととなる所得 × 0.0717
		<b>65万円</b>

#### ◎後期高齢者支援金分保険料 (加入者全員の方が納める保険料です)

均等割額	所得割額	限度額は世帯で
一人あたり 15,100円 × 加入者数	+	加入者全員の賦課の もととなる所得 × 0.0242
		<b>22万円</b>

#### ◎介護分保険料 (40歳から64歳までの方が納める保険料です)

均等割額	所得割額	限度額は世帯で
一人あたり 16,200円 × 第2号 被保険者数*	+	第2号被保険者全員の 賦課のもととなる所得 × 0.0207
		<b>17万円</b>

※第2号被保険者は40歳～64歳の方。なお65歳以上の方の介護保険料は、国民健康保険料とは別に納めていただきます。  
※賦課のもととなる所得とは、前年の総所得及び山林所得金額並びに株式・長期(短期)譲渡所得金額等の合計から住民税基礎控除を控除した額です(雑損失の繰越控除は適用しません)。  
※保険料均等割額には、軽減制度があります。詳細は、下記問い合わせ先にご相談ください。

## 問い合わせ先

資格係

☎(3546)5362

### 還付金詐欺 振り込め詐欺にご注意ください!

令和5年3月現在、還付金詐欺の電話が区内で多発しています。実際にお金をだまし取られる被害にあわれた方もいます。  
区役所から区民等の皆様に「保険料の還付」「医療費の払いすぎ」などの理由でATM操作をお願いすることや、口座番号などの個人情報について聞き出すような電話をすることはありません。  
不審に思ったら、区役所または警察にご相談ください。



☆防災危機管理課窓口で、65歳以上の区民が居住する世帯を対象に、還付金詐欺などの電話撃退に効果のある「自動通話録音機」を無料で貸し出しています。

保険年金課	保険料の還付など…収納係	(3546)5365
	医療費・高額療養費など…給付係	(3546)5360
防災危機管理課	自動通話録音機の貸し出し	(3546)5087

令和4年の区内特殊詐欺被害

認知件数 **40** 件  
被害総額 **約7,000** 万円以上

依然として、  
多数の方が被害に  
あっています!

中央警察署	(5651)0110	築地警察署	(3543)0110
久松警察署	(3661)0110	月島警察署	(3534)0110



## 勤め先の健康保険に加入した場合は国保をやめる届出が必要です

### 必要なもの…国保をやめる方全員分の中央区の国民健康保険証と職場の健康保険証、対象となる方と世帯主のマイナンバーが確認できる書類、本人確認書類

※郵送でのお届けも可能です。国保をやめる方全員分の中央区の国民健康保険証(現物)と職場の健康保険証のコピー(余白に国民健康保険をやめる旨、連絡先電話番号を記入)、対象となる方と世帯主のマイナンバーが確認できる書類のコピー、本人確認書類のコピーを郵送してください。

(あて先〒104-8404 中央区築地1-1-1 中央区役所福祉保健部保険年金課資格係)

次のようなときも国民健康保険をやめる手続きが必要です。

- ほかの区市町村へ転出するとき
- 生活保護を受け始めたとき
- 死亡したとき

※中央区の国民健康保険の資格がなくなった後に、中央区の国民健康保険証を使用した場合、中央区が負担した額を返していただくことになります。

## 賦課決定の期間制限

国民健康保険料は原則として、その年度の最初の納期の翌日から起算して2年を経過した日以後は、賦課の決定・変更ができません。国保をやめる届出や過年度分の所得の申告などが遅れると、納付した保険料をお返しできない場合がありますのでご注意ください。

## 日曜日に窓口を開設しています

日曜日\*に国民健康保険等の取扱窓口を開設していますので、ご利用ください。

### ○取扱業務

国民健康保険の加入・喪失届の受付  
後期高齢者医療制度に関する資格の届出の受付

### ○開設場所・時間

区役所本庁舎1階・9時から17時まで

※ただし、年末年始(12月29日~1月3日)は除きます。

## 令和5年度の住民税の申告はお済みですか

申告された内容は次の基礎資料となります。

- ①国民健康保険料の所得割額の算定
- ②国民健康保険料の軽減の判定
- ③高齢受給者証の自己負担割合の判定
- ④入院時食事代の標準負担額の判定
- ⑤高額医療費の自己負担額の判定

前年の所得が少なかった方、または無かった方も保険料軽減等の判定資料となりますので、住民税の申告をしてください。

## 倒産・解雇、雇い止め等により退職された方に対する軽減

○以下の条件全てに該当する場合、保険料が軽減されます(別途申請が必要です)。

- ①倒産・解雇、雇い止め等により、退職された方
- ②退職時に65歳未満の方
- ③退職時に雇用保険受給資格者証の交付を受け、離職理由番号が「11・12・21・22・23・31・32・33・34」のいずれかの方(ただし、特例受給資格者および高齢受給資格者は除きます)

### ○軽減内容

軽減に該当された方は、前年の給与所得を100分の30に減額して保険料を算出します。  
※軽減後の保険料が限度額の場合や軽減前の給与所得が一定額以下の場合など、給与所得を100分の30に減額しても、保険料が変わらない場合があります。

### ○申請方法

申請書に雇用保険受給資格者証または雇用保険受給資格者通知の写しを添えて保険年金課資格係まで提出してください  
(申請書は区役所保険年金課資格係、日本橋・月島特別出張所で配布しています)。

## 未就学児の均等割額軽減

令和4年度から国保に加入している未就学児の保険料の均等割額について2分の1が減額されます。所得に応じた保険料均等割額の軽減が適用される場合は、軽減適用後の金額について2分の1に減額されます。ただし、未就学児の均等割額軽減後の保険料額が賦課限度額を超えている場合は、賦課限度額が保険料額となります。

## 産前産後期間の保険料の免除(予定)

令和6年1月から、出産する被保険者に係る産前産後期間相当分(4か月間)の均等割保険料及び所得割保険料を免除することを予定しております。詳細が決まりましたら、区ホームページ等でお知らせいたしますので、ご確認ください。

## 保険料の特別徴収(年金からの天引き)

世帯全員が前期高齢者(65歳~74歳)で世帯主が年間18万円以上の年金を受給し、国民健康保険料と介護保険料との合算額が年金受給額の1/2以下の場合は、国民健康保険料が特別徴収(年金からの天引き)となります。  
なお、特別徴収に該当する方も、申請により口座振替に変更することができます。

## 保険料のお支払い

1年間の保険料を6月から翌年3月までの10回割で納めていただきます。  
各月の末日が納期限となります。

世帯全体の1年分の保険料

4月 お休み    5月 お休み    6月~3月 各月末日納期の10回払い

※お休みとなる4、5月分の保険料は、6月から翌年の3月までの保険料に振り分けて上乗せされます。

## 問い合わせ先

資格係 ☎(3546)5362

## 保険料の払込は

原則、口座振替でのお支払いをお願いしています。

(年金から保険料が差し引かれている方を除く)

口座登録がまだの方は、同封の口座振替依頼書に必要事項を記入のうえ郵送してください。(金融機関に届出の印鑑を間違えずに捺してください。)

また、区役所保険年金課・特別出張所の窓口で、キャッシュカードによる口座振替受付サービスを行っています。口座名義人本人が、本人確認できる書類(運転免許証、健康保険証など)を持参した場合に限り手続きができます。

なお、キャッシュカードによる受付ができない金融機関があります。また、利用可能なカードは、普通預貯金の磁気付きカードに限られます。

◎下記の事情で口座振替ができない場合は、納付書でのお支払いをお願いします。

- ・納期限を過ぎた保険料を納付するとき
- ・預金口座を保有していないとき
- ・口座振替の開始手続きが完了する以前の納期分の保険料を納付するとき

令和4年4月以降に賦課された保険料を納期限後に納付した場合は、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、納付していただくこととなりますのでご注意ください。

## 問い合わせ先

収納係 ☎(3546)5365

## 保険料は納期限までに納めましょう

保険料の納付が困難な場合は、そのままにせず、早めにご相談ください。長期間滞納すると、法律に基づいて財産(預貯金、生命保険、不動産、給与など)の差押えなどの滞納処分をすることがあります。保険料の納付相談は、下記問い合わせ先にご相談ください。

## 問い合わせ先

収納推進担当 ☎(3546)5368