

国民健康保険から
のお知らせです

町国保の加入者

(令和6年2月末現在)

世帯数 1,156 世帯

被保険者数 1,853 人

2024年(令和6年)3月 ●発行/宇治田原町国民健康保険

●編集/宇治田原町健康対策課 〒610-0289 宇治田原町大字立川小字坂口18番地の1

みんなで助け合う 国民健康保険制度

国民健康保険(国保)は、加入者のみなさんがそれぞれの収入に応じてお金を出し合い、病気やけがをしたときに安心して医療が受けられるように備える、助け合いの制度です。安定した国保制度の運営のために、一人ひとりのご協力をお願いします。

町国保・医療費の状況

医療費の疾病別割合は、上位10疾病のうち7疾病が生活習慣病(糖尿病、慢性腎臓病、高血圧症、関節疾患、不整脈、大腸がん、脂質異常症)とされるもので、全体の21.6%を占めています。

不健康な生活習慣が続くと、内臓脂肪が蓄積し、メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)の原因となります。さらにその状態を放置しておくと、脳卒中や心臓病(心筋梗塞など)、糖尿病合併症などの生活習慣病を引き起こしかねません。日本人の死因の約4分の1は、心臓病・脳卒中などの循環器系疾患です。これらのほとんどは、食事や運動などの生活習慣が大きく影響しています。

また、年齢を重ねるほど生活習慣病が増えています。若い頃から生活習慣の改善を意識しましょう。

◇年齢別疾病分類件数(令和4年度)

年齢	10%	20%	30%	40%	100%
0~19歳	小児科 693				その他 197
20~39歳	うつ病 57	統合失調症 42	痛風等 27	喘息 22	糖尿病 20
	その他 861				
40~59歳	高血圧症 229	うつ病 161	関節疾患 120	脂質異常症 115	糖尿病 111
	その他 1,684				
60~64歳	高血圧症 176		糖尿病 140	脂質異常症 116	関節疾患 40
	その他 719				
65~69歳	高血圧症 506		脂質異常症 359	糖尿病 313	関節疾患 196
	その他 2,296				
70~74歳	高血圧症 935		糖尿病 694	脂質異常症 573	関節疾患 278
	その他 4,392				

◇医療費の疫病別割合 ※全体の医療費(入院+外来)を100%として計算

1位	糖尿病	5.3%	6位	関節疾患	2.7%
2位	骨折	4.9%	7位	不整脈	2.6%
3位	統合失調症	4.4%	8位	大腸がん	2.2%
4位	慢性腎臓病(透析あり)	3.5%	9位	脂質異常症	2.1%
5位	高血圧症	3.2%	10位	うつ病	1.8%

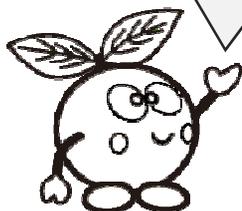
グラフ・表の網かけは、生活習慣病

特定健康診査を受けましょう

☆特定健康診査の詳細は、対象の方に6月末に個別に通知します。

健診を受けていない人の医療費は受けた人の約3倍!

約1万円かかる健診が無料で受けれるよ!!



40歳以上の国保加入者の方が無料で受けることのできる特定健康診査(特定健診)は、生活習慣病の予防、早期発見・治療のため、1年に一度、必ず受診していただきたい健診です。

令和4年度の町国保の特定健診受診率は45.9%でした。生活習慣病は自覚症状がなくても、徐々に異常値に近づいていく可能性があります。毎年健診を受けて、ちょっとした変化に気づくことができれば、少しの努力で改善が期待できます。

健診結果により、メタボリックシンドロームまたはその予備群とされた方は、町保健師による特定保健指導を受けていただくことができます。

特定健診受診者と未受診者の、1人あたりの生活習慣病にかかる医療費を比較すると、未受診の方は平均で22,457円(2.9倍)も高くなっています。忙しいからと健診を受けずに病気になってしまうと、お金も時間もかかりますので、ぜひ毎年、受診をお願いします。

※ 特定健診は、町内だけでなく綴喜医師会管内(八幡市・京田辺市・井手町・宇治田原町)の協力医療機関で受診できます。

届いてますか?国保の保険証

4月以降にお使いいただく新しい被保険者証(あさぎ色)を、3月下旬に簡易書留郵便にて送付しました。

3月中に受け取りがお済みでない方は、4月2日(火)以降に役場健康対策課にてお受け取りください。(※受け取りには、ご本人確認ができる書類が必要です。)

「マイナ保険証」をご利用ください

本年12月2日から、被保険者証はマイナ保険証に切り替わります。(左記の被保険者証も、令和7年12月1日まではお使いになれます。)

マイナンバーカードを保険証として利用するには、申し込みが必要です。(マイナポータルから手続き可)

スマホ等をお持ちでない方は、ご相談ください。



人間ドック等の助成について

町国民健康保険加入者を対象に、人間ドック・脳ドックの助成を行っています。受診を希望される方は必ず期間内にお申し込みください。

申し込み期間	令和6年4月1日(月) から 令和6年4月30日(火) Web申し込みもできます!
受診期間	令和6年5月10日(金) から 令和6年12月31日(火)
対象者 (全てに該当される方)	・町国保に、継続して1年以上加入している方 ・入院又は妊娠していない35歳以上の方 ・保険税の滞納がない世帯の方 ・脳ドックは前年度に助成を受けておられない方
助成金額	人間ドック 25,000 円 脳ドック 20,000 円 人間ドック+脳ドック 40,000 円
申し込み方法	窓口での申し込み、Web申し込み、郵送による申し込み
委託医療機関	京都第一赤十字病院・京都田辺中央病院・京都岡本記念病院・宇治徳洲会病院・武田病院グループ・京都予防医学センター・御池クリニック・四条烏丸クリニック

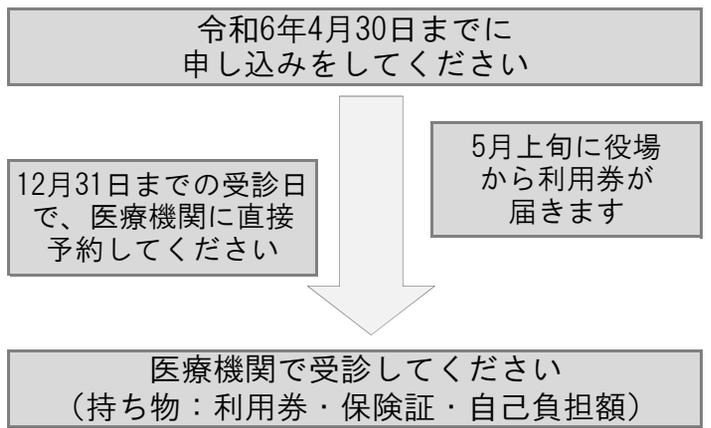
【ご注意事項】

人間ドックの申し込みにあたり、次の①②③に同意いただく必要があります。①ドック健診の結果を特定健診の実施に代えること ②ドック健診の結果を特定保健指導に利用すること ③特定保健指導の対象となった場合には積極的に利用すること

人間ドックの助成を申し込んだ方は、その年度の特定健診を受診することができません。

委託医療機関以外で受診する場合は、一旦全額を医療機関で支払っていただき、後日償還払いの手続きが必要になります。委託外の医療機関で受診する場合でも事前の申し込みは必要になります。詳しくは、健康対策課までお問い合わせください。

☆申し込みから受診までのながれ



Web申し込み

Web申し込みの場合は、右のQRコードを読み取ることで、簡単にアクセスできます。
また、町ホームページからもWeb申し込みへ進むことができます。
※Web申し込みは4月1日以降にご利用いただけます



国保加入・脱退の届出

4月は就職や転入出などで保険の異動が多い時期です。他の健康保険から国保に加入される場合、または国保から他の健康保険などに加入された場合は、必ず役場健康対策課まで届出をしてください。

加入の届出がおけると...

資格を得た月(職場の健康保険をやめた月)までさかのぼって国民健康保険税を納めなくてはなりません。

喪失の届出がおけると...

国民健康保険税と会社の健康保険料を二重に支払ってしまうことがあります。

こんなとき		届出に必要なもの
国保加入	他の健康保険をやめたとき	退職した日付がわかるもの 健康保険資格喪失証明書、離職票など
	他の健康保険の被扶養者から外れたとき	扶養を外れたことがわかるもの 健康保険資格喪失証明書など
国保喪失	他の健康保険に加入したとき	国保の保険証、 新しく加入した健康保険証
	他の健康保険の被扶養者になったとき	
	転出するとき	国保の保険証
その他	世帯主や氏名などが変わったとき	国保の保険証
	就学のため転出するとき	国保の保険証、在学証明書
	保険証を紛失したとき	運転免許証など身分を証明するもの

保険税率の見直しについて

本町をはじめとする市町村の国保税(料)は、京都府が府内全体の医療費などから計算した、各市町村が府に支払う納付金と、そのために必要となる「標準保険料率」を考慮し決定することになっています。

令和6年度分として示された標準保険税率は、町の現行税率より大幅に増加するものであったため、国保運営基金(貯金)の一部を活用し、加入者みなさまの急激な負担増を抑えたいと、右表のとおり見直しを行います。見直しにあたっては、被保険者の所得や年齢、世帯構成別の負担の公平化・平準化に努めております。

町国保の将来にわたっての健全な運営のために、皆さまのご理解をお願いいたします。

		ア 改正前 (現行税率)	イ 改正後	比較 改正税率(イ-ア)	(参考)標準 保険料率
(基礎 医療) 分	所得割(%)	5.41%	6.05%	+0.64%	6.27%
	資産割(%)	10.40%	10.40%	0.00%	13.15%
	均等割(円)	26,300円	27,300円	+1,000円	31,572円
	平等割(円)	20,300円	21,300円	+1,000円	22,774円
後期 高齢者 支援 金分	所得割(%)	2.23%	2.23%	0.00%	2.61%
	資産割(%)	5.36%	5.36%	0.00%	5.39%
	均等割(円)	10,700円	11,700円	+1,000円	12,926円
	平等割(円)	8,200円	8,700円	+500円	9,324円
介護 納付 金分	所得割(%)	2.31%	2.31%	0.00%	2.35%
	資産割(%)	8.01%	8.01%	0.00%	5.66%
	均等割(円)	13,700円	13,700円	0円	13,277円
	平等割(円)	7,300円	7,300円	0円	7,206円

所得の申告はお忘れなく

令和6年度の国民健康保険税額は6月に通知します。国民健康保険税では、所得の額に応じた軽減措置がありますが、申告の必要の人が未申告のときは、軽減措置が適用されません。

- ◎かかりつけ医をもちましょう
- ◎やむを得ない場合を除き時間外や休日の診療はさけましょう
- ◎ジェネリック医薬品を利用しましょう
- ◎お医者さんの指示を守りましょう
- ◎日頃からの健康管理に心がけましょう

みなさんへのお願い

