

お知らせ



国保

国民健康保険の加入・脱退の届出はお早めに

春は卒業や入学・就職など、異動の多い季節です。職場の健康保険に加入したり、または退職された場合は、国民健康保険への届出が必要です。届出は、14日以内に行いましょう。

◆国民健康保険に加入する場合

こんなとき	届出に必要なもの
職場の健康保険の資格がなくなった	職場の健康保険の資格喪失証明書、印鑑、本人確認ができるもの
他の市区町村からの転入（職場の健康保険に加入していない場合）	転出証明書、印鑑、本人確認ができるもの

◆国民健康保険を脱退する場合

こんなとき	届出に必要なもの
職場の健康保険に加入	国保保険証、社会保険証、印鑑
他の市区町村へ転出（職場の健康保険に加入していない場合）	国保保険証、印鑑

◆その他

こんなとき	届出に必要なもの
住所、世帯主などが変わった	国保保険証、印鑑
学生が修学のため市外へ転出	国保保険証、学生証（在学証明書）、印鑑
上記、学生が卒業または退学	国保保険証、退学通知等、印鑑
保険証の紛失、汚れて使用不可（再発行）	本人確認ができるもの、印鑑

※「本人確認ができるもの」とは、パスポートや運転免許証などの官公署が発行した顔写真付きの証明書または住民基本台帳カードなどを指します。（顔写真がない物の場合は2種類以上必要です。）
※本人確認が出来ない場合には、窓口で被保険者証の即時交付は出来ません。後日郵送となります。



70歳から74歳までの自己負担割合の軽減措置が継続されます！

70歳から74歳までの国民健康保険加入者が、病院などで診療を受けたときの自己負担割合は、本来は2割ですが軽減措置がとられ現在1割です。（一定以上の所得がある人を除きます。）
今回、この軽減措置が延長され、4月から来年3月31日までの間、1割の自己負担割合が継続されます。（ただし、8月に前年の所得をもとに変更される場合があります）

対象者には新しい被保険者証を3月中に順次郵送する予定です。
なお、一定以上の所得がある人（注）3割負担の人）は、自己負担割合および被保険者証の変更はありません。

◆対象者

70歳から74歳までの国民健康保険加入者で、被保険者証の自己負担割合欄に「2割（平成25年3月

31日までは1割」と記載されている人
（注）本人および同一世帯に住民税の課税所得が145万円以上の70歳から74歳の国民健康保険被保険者がいる人

市民課国民健康保険係

☎(80)1143

医療費通知を確認しましょう

市では、医療機関で受診した国民健康保険の被保険者に医療費通知を年4回送付しています。今月中旬頃、送付を予定していますのでご確認ください。

医療費通知は、健康管理や適正な保険診療の目安として送付されています。また、受診している皆様にとって、医療費の抑制効果や、医療費の不正請求などの心理的な抑制効果があり、財政の健全化に役立ちます。

◆医療費通知の記載内容

診療を受けた医療機関名、診療日数（回数）、医療費の総額や窓口での自己負担額などを記載しています。（自由診療や差額ベッド代、その他保険外診療は含まれていません。）



国保ミニミニ話⑧

整骨院・接骨院にかかるときは

皆さんの周りに整骨院や接骨院はありますか。整骨院・接骨院の先生は、柔道整復師といって、骨折、脱臼、ねん挫、打撲や肉離れなどの痛みに対し施術を行う専門家です。したがって、手術や薬の処方、レントゲン検査などは行えません。

整骨院や接骨院で国民健康保険を使って施術を受けるには、一定の条件があることをご存知ですか。国保の保険証が使える場合は、外傷性のねん挫・打撲や医師の同意のある場合の骨折・脱臼、応急処置で行う骨折・脱臼の施術（応急手当後の施術は医師の同意が必要）です。

では、使えない場合は、医師の同意書のない骨折・脱臼の施術、日常生活による疲労・肩こり・腰痛・体調不良、スポーツによる筋肉疲労・筋肉痛、病気からくる痛みやこり、脳疾患後遺症などの慢性的な症状などです。

これらは全額自己負担になってしまいますので、施術を受ける前にきちんと確認して、正しく施術を受けるようにしましょう。

◆内容に覚えがない場合

不明な点がありましたら、領収書等をご覧になり記載されている医療機関に確認してください。

※医療費通知は、確定申告における医療費控除の証明書として使用できません。領収書は大切に保管しましょう。

※窓口負担額欄は、1円単位で記載されていますが、実際に支払われた額は10円未満を四捨五入した額になります。

問 市民課国民健康保険係

☎(80)1143



年金

年金相談

◆電話でのお問合せ

ねんきんダイヤル

☎0570(05)1165
☎03(6700)1165 (IP電話等)

受付時間

月～金曜日 午前8時

半～午後5時15分

(月曜日は午後7時まで)
第2土曜日 午前9時半～午後4時

※電話の際には、基礎年金番号、年金証書番号をお伝えください。

◆窓口での相談

千葉年金事務所（千葉市中央区中央港1-17-1）
代表番号

☎043(242)6320

※予約制による相談（相談希望日1か月前から）
受付予約申込電話番号

☎043(242)6324

平日 午前9時～午後4時半

休日 午前9時半～午後5時半
(原則第2土曜日)

※ご相談の際には、年金証書・振込通知書・年金手帳など、ご本人を確認できるものを持参し、本人以外の方が相談される場合は委任状が必要となります。

問 日本年金機構

HP <http://www.nenkin.go.jp/>



福祉

保護司は民間のボランティアです

保護司は、法務大臣から委嘱された地域で更生保護活動を担う民間のボランティアです。刑務所や少年院から出て「保護観察」を受

けることになった人などを指導、援助するほか、社会を明るくする運動など地域社会における犯罪予防活動を展開するなど、安全・安心な地域社会作りに関わる様々な活動をしています。

保護司やその任務の詳しい内容について関心をお持ちの方は、お問い合わせください。

問 千葉保護観察所企画調整課庶務係

☎043(204)7791

「さんむ市共通お買物券」期限内にご使用ください

平成24年度に発行した山武市敬老祝品「さんむ市共通お買物券」使用期限は、3月16日(土)までです。



問 山武市商工会

☎0479(86)5147

高齢者福祉課高齢者福祉係

☎(80)2642