

よくわかります!

かんたん国保



マイナ保険証について

病気やけがなどで医療機関にかかるときに、国民健康保険（国保）ではマイナンバーカード（個人番号カード）が保険証として利用できます（裏表紙参照。マイナ保険証と言います）。マイナ保険証を利用できない医療機関では、マイナ保険証と資格情報のお知らせを提示してください。

マイナ保険証での受診が困難な方は、申請により資格確認書の交付を受けることができます。医療機関にかかるときには、マイナ保険証を利用するか、資格確認書を提示してください。

また、資格確認書・マイナンバーカードには臓器提供に関する意思表示欄が設けられています。意思表示欄への記入にご協力ください。

益田市国民健康保険
（益田市保険課）

TEL 0856-31-0212 FAX 0856-24-0180

医療機関にかかるとき

医療機関の窓口でマイナ保険証を利用するか資格確認書を提示すれば、年齢などに応じた負担割合（下記参照）分を支払うだけで、医療を受けることができます。



自己負担割合

年齢などによって自己負担割合が異なります。紹介状なしで大病院の外来で受診する場合、別途負担があります。

小学校入学前

2割

小学校入学後
70歳未満

3割

70歳以上75歳未満

2割 現役並み
所得者 3割

70歳以上75歳未満の人は
自己負担割合などが変わります

国民健康保険加入中に70歳の誕生日を迎える方には、誕生月の月末（1日生まれの方は誕生月の前月末）までに、マイナ保険証（健康保険証としての利用登録をしたマイナンバーカード）の保有状況等により、負担割合が記載された「資格情報のお知らせ」または「資格確認書」が交付されます。

また、医療機関で受診する際の自己負担割合や自己負担限度額が変更されます。（所得により変更とならない場合もあります。）

国保が使えないとき

病気とみなされないもの

健康診断・人間ドック、予防接種、正常な妊娠・出産、軽度のわきが・しみ、美容整形、経済上の理由による妊娠中絶 など



ほかの保険が使えるとき

仕事上の病気やけが（労災保険の対象になります）



国保の給付が制限されるとき

故意の犯罪行為や故意の事故、けんかや泥酔による病気やけが、医師や保険者の指示に従わなかったとき



保険税納付にご協力を

保険税は国保を運営するための大切な財源です。必ず納期内に納めましょう。保険税を納める義務は世帯主にあります。

保険税の納め方 保険税の納め方は年齢により異なります。

40歳未満の人

医療保険分+後期高齢者支援金分
+子ども・子育て支援金分

40歳以上65歳未満の人
介護保険の第2号被保険者

医療保険分+後期高齢者支援金分
+子ども・子育て支援金分+介護保険分

65歳以上75歳未満の人
介護保険の第1号被保険者

医療保険分+後期高齢者支援金分
+子ども・子育て支援金分

国保被保険者全員が65歳以上75歳未満の世帯の保険税は、原則として世帯主の年金から天引き（特別徴収）になります。介護保険料は別に納めます。

保険税の納付は口座振替にしましょう

保険税の納付を口座振替にすれば、納め忘れの心配がなくなります。一度手続きをすれば翌年度からの分も自動的に更新されて便利です。

保険税を滞納すると

保険税を滞納すると、高額療養費の限度額の適用認定が受けられない場合があります。また、次のような措置がとられます。

督促

納期限を過ぎると督促が行われ、延滞金などを徴収される場合があります。

それでも滞納が続くと

特別療養費

医療費がいったん全額自己負担することになる「特別療養費」の対象となります。保険課で申請することにより、あとから保険給付分が払い戻される場合があります。対象となる場合は事前に通知されます。

それでも滞納が続くと

給付の差し止め

国保の給付が全部、または一部差し止めになる場合があります。

※そのほかに財産の差し押さえなどの処分を受ける場合もあります。また、40歳以上65歳未満の国保被保険者がいる場合は、介護保険の給付も制限される場合があります。

どうしても納付が困難なときは

特別な事情により、保険税の納付が困難なときは、申請により分割納付などもできますので、お早めにご相談ください。



医療費が高額になったとき

医療費の自己負担が高額になったとき、限度額を超えた分が高額療養費として支給されます。外来・入院とも、個人単位で一医療機関の窓口での支払いが限度額（赤字は令和8年8月改正）までとなります。



- 同じ都道府県内の市区町村間で住所を異動（同じ世帯が継続する場合）した月は、異動前と異動後の限度額がそれぞれ2分の1になります。また、異動前の高額療養費の支給も通算して支給回数に含めます。

限度額適用認定証※ について

限度額は所得区分に応じて異なるため、マイナ保険証を利用するか、利用しない場合は「限度額適用認定証」を医療機関の窓口で提示することで限度額までとなります。

- 保険税を滞納していると、支払いが限度額までとならない場合があります。
- 70歳以上75歳未満の現役並み所得者Ⅲ・一般の人は資格確認書または資格情報のお知らせで所得区分が確認できるため、認定証の交付申請は不要です。

※住民税非課税世帯、低所得者Ⅰ・Ⅱの人は「限度額適用・標準負担額減額認定証」。

70歳未満の人の自己負担限度額（月額）

所得区分	3回目まで	4回目以降★	年間上限
ア 所得901万円超	252,600円 [270,300円] + (総医療費－842,000円 [901,000円]) × 1%	140,100円	168万円
イ 所得600万円超 901万円以下	167,400円 [179,100円] + (総医療費－558,000円 [597,000円]) × 1%	93,000円	111万円
ウ 所得210万円超 600万円以下	80,100円 [85,800円] + (総医療費－267,000円 [286,000円]) × 1%	44,400円	53万円
エ 所得210万円以下	57,600円 [61,500円]	44,400円	53万円※
オ 住民税非課税世帯	35,400円 [36,900円]	24,600円	29万円

※一部41万円（償還払い）。

- 所得とは「基礎控除後の総所得金額等」のことです。所得の申告がない場合は、所得区分アとみなされます。

★過去12か月以内に限度額を超えた支給が4回以上あった場合の4回目以降の限度額。

多剤服用に注意しましょう

多剤服用の中でも、副作用や薬物有害事象など害をなすものを「ポリファーマシー」と呼び、問題になっています。服用する薬の種類が多い場合は、薬剤師に相談してみましょう。また、そのチェックができるようにするためにも「お薬手帳」は1人1冊にまとめましょう。

70歳以上75歳未満の人の自己負担限度額（月額）

一般、低所得者Ⅰ・Ⅱの人は、外来（個人単位）の限度額を適用後に外来＋入院（世帯単位）の限度額を適用します。

所得区分	外来（個人単位）	外来＋入院 （世帯単位）	年間上限
現役並み所得者Ⅲ （課税所得690万円以上）	252,600円 [270,300円] + (総医療費－842,000円 [901,000円]) × 1% < 4回目以降140,100円 >		168万円
現役並み所得者Ⅱ （課税所得380万円以上）	167,400円 [179,100円] + (総医療費－558,000円 [597,000円]) × 1% < 4回目以降93,000円 >		111万円
現役並み所得者Ⅰ （課税所得145万円以上）	80,100円 [85,800円] + (総医療費－267,000円 [286,000円]) × 1% < 4回目以降44,400円 >		53万円
一般 （課税所得145万円未満等）	18,000円 [22,000円] 外来年間上限144,000円 外来年間上限 [216,000円]	57,600円 [61,500円] < 4回目以降 44,400円 >	53万円※
低所得者Ⅱ	8,000円 [11,000円] 外来年間上限は 96,000円	24,600円 [25,700円] < 4回目以降 24,600円 >	29万円
低所得者Ⅰ	8,000円	15,000円 [15,700円]	18万円

※一部41万円（償還払い）。

- 4回目以降とは、過去12か月以内に限度額を超えた支給が4回以上あった場合の4回目以降の限度額。
- 75歳到達月は、国保と後期高齢者医療制度の限度額がそれぞれ2分の1になります。

特定疾病で長期間高額な治療が続くとき

厚生労働大臣が指定する先天性血液凝固因子障害の一部・人工透析が必要な慢性腎不全・血液凝固因子製剤の投与に起因するHIV感染症の人は、「特定疾病療養受療証」（申請により交付）を医療機関の窓口で提示（マイナ保険証の場合、申請は必要ですが提示は不要）すれば、自己負担は1か月1万円（慢性腎不全で人工透析を要する70歳未満の所得区分ア・イの人は2万円）までとなります。

医療費が高額になった世帯に介護保険受給者がいるとき

医療費が高額になった世帯に介護保険受給者がいる場合、国保と介護保険の限度額をそれぞれ適用後に、自己負担の年額を合算して限度額を超えたときには、申請によりその超えた分が支給されます。

入院したときの食事代

入院したときの食事代は、下記の標準負担額(赤字は令和8年6月1日改正)を自己負担します。

入院したときの食事代の標準負担額(1食当たり)

住民税課税世帯 (下記以外の人)	550円 (一部330円の場合あり)
住民税非課税世帯 低所得者Ⅱ	過去12か月で 90日までの入院 270円 90日を超える入院 220円
低所得者Ⅰ	130円

- マイナ保険証を利用しない場合、住民税非課税世帯、低所得者Ⅰ・Ⅱの人は限度額適用・標準負担額減額認定証が必要となります。ない場合は保険課に交付申請をしてください。90日を超える入院の場合は改めて申請が必要(マイナ保険証の場合も必要)です。
- 65歳以上の方が療養病床に入院したときは、食費1食当たり550円(一部医療機関では510円)・居住費1日当たり430円を自己負担します。所得や疾病などにより、負担が軽減される場合があります。

交通事故などにあつたとき

交通事故など、第三者から傷病を受けた場合でも、国保で医療機関にかかることができます。その際には必ず国保に連絡し、「第三者行為による傷病届」を提出してください。加害者から治療費を受け取ったり、示談を済ませたりすると国保が使えなくなる場合があります。

示談の前に必ず国保にご相談ください。

次の場合も 第三者行為による事故 となります

他人の飼い犬にかまれた

他人の落下物に当たった

飲食店などで
食中毒にあつた

傷害事件に巻き込まれた

セルフメディケーション を心がけましょう

セルフメディケーションとは、「自分自身の健康に責任を持ち、軽度な身体の不調は自分で手当てすること」です。健康管理には十分に注意し、軽度な体調不良のときには自分で上手にOTC医薬品(市販薬)を使うなどして対処しましょう。



いったん全額自己負担したとき

次のような場合は、いったん全額自己負担しますが、保険課へ申請し、審査で決定すれば、自己負担分を除いた額が払い戻されます。

不慮の事故や旅先で急病になり
マイナ保険証や資格確認書を持
たずに診療を受けたとき

手術などで輸血に用いた生血代
がかかったとき(医師が必要と
認めた場合)

医師が治療上必要と認めたコル
セットなどの補装具代がかっ
たとき

国保を扱っていない施設所で、
はり・きゅう、マッサージなどの
施術を受けたとき(医師の同意
が必要)

骨折やねんざなどで国保を扱っ
ていない柔道整復師の施術を受
けたとき

海外渡航中に診療を受けたとき
(治療目的の渡航は除く)

こんなときにも支給があります

出産育児一時金の支給

被保険者が出産したとき支給されます。妊娠12週(85日)以降であれば死産・流産でも支給されます。原則として、国保から医療機関などに直接支払われます(直接支払制度)。

※直接支払制度を利用しない場合や、出産費用が出産育児一時金の支給額に満たない場合は、申請が必要となります。



葬祭費の支給

被保険者が亡くなったとき、申請により葬祭を行った人に支給されます。



移送費の支給

医師の指示により、緊急やむを得ず重病者の入院や転院などの移送に費用がかかったとき、申請して国保が必要と認めた場合に支給されます。



特定健診 を受けましょう

40歳以上75歳未満の人を対象に、メタボリックシンドロームの予防・改善を目的とした特定健診が行われます。特定健診の結果から、必要に応じて保健指導を行い、生活習慣の改善を支援します。対象者は必ず受診するようにしましょう。

こんなときは必ず **14日以内** に届け出を

- 届け出にはマイナンバーカード、またはマイナンバーが確認できる書類と本人確認書類もお持ちください。
- 別世帯の方が代理で届け出をする場合は委任状が必要です。

こんなとき

届け出に必要なもの

国保に加入するとき

ほかの市町村から転入してきたとき	※市民課での届け出後保険課にお越しください。
職場の健康保険をやめたとき	職場の健康保険をやめた証明書
職場の健康保険の被扶養者からはずれたとき	被扶養者をはずれた証明書
こどもが生まれたとき	資格確認書または資格情報のお知らせ、母子健康手帳※市民課での届け出後保険課にお越しください。
生活保護を受けなくなったとき	保護廃止決定通知書
外国籍の人が加入するとき	在留カード

国保をやめるとき

ほかの市町村に転出するとき	資格確認書または資格情報のお知らせ※市民課での届け出後保険課にお越しください。
職場の健康保険に加入したとき	資格確認書または資格情報のお知らせ、職場の健康保険の資格確認書または資格情報のお知らせ(未交付の場合は加入したことを証明するもの)
職場の健康保険の被扶養者になったとき	資格確認書または資格情報のお知らせ、死亡を証明するもの※市民課での届け出後保険課にお越しください。
国保被保険者が亡くなったとき	資格確認書または資格情報のお知らせ、死亡を証明するもの※市民課での届け出後保険課にお越しください。
生活保護を受けるようになったとき(届け出不要の場合があります)	資格確認書または資格情報のお知らせ、保護開始決定通知書
外国籍の人がやめるとき	資格確認書または資格情報のお知らせ、在留カード

その他

世帯主や氏名が変わったとき	資格確認書または資格情報のお知らせ※市民課での届け出後保険課にお越しください。
世帯が分かれたり、一緒になったりしたとき	資格確認書または資格情報のお知らせ、在学証明書、入所証明書
修学や施設入所のため、別に住所を定めるとき	資格確認書または資格情報のお知らせをなくしたとき(あるいは汚れて使えなくなったとき)
	(使えなくなった資格確認書または資格情報のお知らせなど)

- 島根県内の市町村間で住所を異動した場合、島根県国保の資格は継続しますが、保険課への届け出は必要です。

マイナンバーカードの保険証利用について



マイナ保険証利用のメリット等については、詳しくは厚生労働省のwebサイトでご確認いただけます。



マイナンバーカード 保険証利用

検索

制度の見直しにより、今後内容が変更される場合があります。