



東大和市 国保だより

国保加入者数と世帯数（令和6年3月31日現在）
国保加入者数 16,063人（市内人口84,995人）
国保加入世帯数 11,032世帯（市内世帯40,913世帯）

令和6年7月発行
編集／発行 東大和市保険年金課
〒207-8585 東大和市中央3丁目930番地
電話 代表 042-563-2111
内線 1023,1024,1029,1030

日本では、皆様が安心して医療を受けられるように、全ての人がいずれかの公的医療保険（健康保険等）に加入することとなっています（国民皆保険制度）。その中で、国民健康保険（国保）は、他の健康保険等に参加されていない全ての住民が被保険者（加入者）となります。また、国保以外の健康保険等に参加されている方であっても、会社の退職等により国保に加入する場合があります。皆様に関わりが深い大切な制度となりますので、「国保だより」で制度内容や注目情報等について、お伝えしていきます。

注 目 情 報

**12月2日で
健康保険証が廃止
になります！**
2面

**加入者情報等
（個人番号4桁等）
を通知します！**
2面

**～早期発見・早期治療が大切です～
定期的に
がん検診を受けましょう！**
3面

令和6年度国民健康保険税の所得割と均等割は、据え置きとなりました。

- 令和6年度国民健康保険税（保険税）の税率等は以下のとおりです。
- ・所得割：前年1年間の所得金額を基に算定します。
 - ・均等割：国保加入者の人数に応じて、均等に負担いただく金額です。
 - ・課税限度額：条例で定められた保険税の限度額です（年間で納めていただく最高額）。

課税区分		該当年齢	令和5年度	令和6年度	前年度比	※東大和市の標準保険料率
医療分	所得割	0歳以上 75歳未満の方	7.42%	7.42%	0%	7.36%
	均等割		37,200円	37,200円	0円	44,369円
	課税限度額		650,000円	650,000円	0円	－
後期高齢者 支援金分	所得割	0歳以上 75歳未満の方	2.50%	2.50%	0%	2.83%
	均等割		12,300円	12,300円	0円	16,614円
	課税限度額		220,000円	240,000円	20,000円	－
介護納付金分	所得割	40歳以上 65歳未満の方	2.45%	2.45%	0%	2.29%
	均等割		14,100円	14,100円	0円	16,623円
	課税限度額		170,000円	170,000円	0円	－

※「東大和市の標準保険料率」

平成30年度から都道府県が財政運営の責任主体となり、東京都が国保の運営の中心的な役割を担うこととなりました。東京都は、財政運営の責任主体として、医療費水準や所得水準などを基に、市区町村ごとに必要とされる保険料率（税率）である「標準保険料率」を算出し、「見える化」を図っています。市区町村は、この数値を参考に保険料率（税率）を決定します。東京都が示した令和6年度の東大和市の標準保険料率は、上記の表（右欄）のとおりです。

6年間の取組により、一般会計からの赤字補てん繰入は解消しました

市では、国保財政健全化計画に基づき、国保加入者の皆様のご理解とご協力をいただきながら、一般会計からの赤字補てん繰入の解消に6年間取り組み、その結果、令和5年度決算において赤字補てん繰入が解消され、令和6年度においても赤字補てん繰入が生じない見込みです。今後も安定的な財政運営を続けるため、市では、国や東京都に対して引き続き財政支援の拡充等を求めるとともに、将来的な保険税の負担抑制につながる取組として、糖尿病等重症化予防、ジェネリック医薬品の利用推進等の保健事業による医療費の適正化に資する取組を推進していきます。【※詳細は3面参照】

出産費資金貸付制度・市独自の多子世帯軽減制度等は終了となりました

次の制度は、令和5年度で終了しましたので、お知らせします。

	制 度	終了理由
①	出産費資金貸付制度	出産育児一時金の支給額の引き上げや、医療機関等に直接支払う受取代理制度や直接支払制度が導入され、貸付実績がないため。
②	市独自の多子世帯軽減制度	・未就学児の均等割額が半額となる軽減措置があり、また、多子世帯軽減については、一般会計からの繰入金を経費とした場合、国は赤字補てん繰入の対象としているため。 ・令和6年10月1日から、市独自の子育て支援施策として、「義務教育就学児医療費助成事業（マル子医療証）」及び「高校生等医療費助成事業（マル青医療証）」の所得制限と保険診療分の窓口自己負担を撤廃し、子育て世帯の経済的負担の軽減を図る医療費の完全無償化を実施するため。【※詳細は2面参照】
③	新型コロナウイルス感染症の影響により収入が減少した被保険者等に係る保険税の減免制度（コロナ減免制度）	新型コロナウイルス感染症の感染症法上の位置づけが、5類感染症に移行したため等。

令和6年10月1日から子どもの医療費を完全無償化

市独自の子育て支援施策として、乳幼児から高校生等までの全ての子育て世帯の経済的負担の軽減を図るため、令和6年10月1日から「義務教育就学児医療費助成事業（マル子医療証）」及び「高校生等医療費助成事業（マル青医療証）」の所得制限と保険診療分の窓口自己負担を撤廃（完全無償化）します。

【変更前】				【変更後】	
医療証種別	対象年齢	保険診療分の自己負担	所得制限	保険診療分の自己負担	所得制限
マル乳医療証	小学校入学前の乳幼児（6歳の年度末まで）	なし	なし	撤 廃	なし
マル子医療証	小・中学生（15歳の年度末まで）	通院（医科・歯科）1回につき上限200円 ※調剤・入院・補装具・訪問看護等は自己負担なし	あり		
マル青医療証	高校生等（18歳の年度末まで）				

詳細は市公式ホームページをご覧ください。
(子育て支援課)



令和6年12月2日よりマイナンバーカードと健康保険証が一体化されます!

令和6年12月2日以降、現行の健康保険証の発行は終了し、健康保険証の利用登録を行ったマイナンバーカード（マイナ保険証）を健康保険証として利用することを基本とする仕組に移行となります。

ポイント①	マイナ保険証として利用するためには、事前にマイナンバーカードの取得及びマイナンバーカードに健康保険証の利用登録をする必要があります。
ポイント②	令和6年12月2日以降、マイナンバーカードを紛失・更新中の方や未取得の方、マイナンバーカードに健康保険証の利用登録を行っていない方には、国保加入者の資格情報を記載した「 <u>資格確認書（カード型）</u> 」を交付します。
ポイント③	令和6年12月2日以降、マイナ保険証をお持ちの方は、自身の加入者資格等を簡易に把握できるよう、国保加入者の資格情報を記載した「 <u>資格情報のお知らせ（A4型）</u> 」を交付します。
ポイント④	令和6年12月2日以降であっても、有効期限が令和7年9月30日となっている現在お持ちの国保被保険者証（保険証）は、その保険証の有効期限まで医療機関等の窓口で使用できます。 ※有効期限が令和7年9月30日より前の保険証をお持ちの場合は、その有効期限まで使用できます。
ポイント⑤	令和6年12月2日以降、紛失等による保険証の再交付はできません。また、転居・世帯主変更等により、保険証の記載内容に変更が生じた場合も、その保険証の有効期限にかかわらず、新たな交付はできません。このような場合は、「 <u>資格確認書（カード型）</u> 」または「 <u>資格情報のお知らせ（A4型）</u> 」を交付します。

※国の方針等により、取扱いが変更となる場合があります。

国保の加入者情報等（個人番号下4桁等）の通知を送付します!

東大和市では、国の方針に基づき、マイナンバーカードと健康保険証の一体化に伴い、国保加入者を対象として、令和6年9月上旬頃に加入者情報等（個人番号下4桁等）の通知を世帯主宛に送付する予定です。

なお、この加入者情報等（個人番号下4桁等）の通知は、1回限りの送付として、今年度実施するものです。

●通知の目的

国や各医療保険者等においては、加入者情報に誤った個人番号が登録されることを防ぐため、加入者情報等の登録データの確認作業等を行ってきたところです。この取組を踏まえ、医療保険者等が把握している加入者情報等（個人番号下4桁等）の通知を送付することで、情報の正確性を担保し、全ての方に安心してマイナ保険証を利用していただけるようにすることを目的としています。

●加入者情報等の通知イメージ

令和6年9月9日

〇〇市 〇〇区

〒119-0999 〇〇市〇〇区〇〇丁目〇〇番〇〇 〇〇市役所国保課 電話 999-999-9999

国保加入者情報等のデータベースに登録されている個人番号の通知

趣 旨 説 明

氏 名	生 年 月 日	国保加入者情報等に記録されている個人番号
〇〇市役所国保課	〇〇年〇〇月〇〇日	1234

個人番号下4桁

(注) 上記の個人番号（マイナンバー）は、個人情報保護法の観点から、個人番号（マイナンバー）の下4桁のみを通知します。

加入者情報等の通知Q & A

Q1. 加入者情報等（個人番号下4桁等）の通知は、送付された後に何か手続きをする必要があるの？

A1. 加入者情報等（個人番号下4桁等）の通知は、国の方針に基づき、医療保険者等が保有するデータの正確性を担保するために行うもので、国保加入者の方に、特別な手続きをお願いするものではありません。
ただし、万が一、加入者情報等の通知に記載された個人番号下4桁が異なっている場合には、東大和市役所保険年金課にご連絡ください。

Q2. 個人番号下4桁等の個人情報を通知することについて、法的な根拠はあるの？

A2. 個人情報の保護に関する法律（平成15年法律第57号）第22条及び第65条において、個人情報取扱事業者・行政機関の長等は、個人データ・保有個人情報の正確性の確保等に努めなければならないこととされています。
なお、個人番号下4桁については、この4桁の数字のみをもって12桁の個人番号（マイナンバー）そのものに該当するものではありません。

全国的なシステム標準化に伴う納付済額確認書の送付終了について

市では、令和6年10月に実施を予定している全国的なシステム標準化に伴い、令和6年度以降の運用を見直し、保険税の納付済額確認書（令和6年1月1日から12月31日までの間に実際に納めた納付済額を記載した、はがきサイズのお知らせ）の送付を終了することになりました。詳しくは、令和6年度保険税納税通知書（令和6年7月発送）の同封物や次号の国保だより（令和6年11月発行予定）等でご確認ください。

健やかな毎日を送ることができるように、保健事業をご利用ください

国保加入者の方を対象に、診療報酬明細書（レセプト）データ及び特定健康診査の結果を活用した保健事業を実施しています。そのうちのいくつかをご紹介します。

糖尿病等重症化を予防

生活習慣を起因とした糖尿病が発生し重症化すると、人工透析へ移行することになります。

人工透析は週に2回から3回程度通院し、数時間の措置が必要になります。また、糖尿病が重症化すると合併症発生のリスクが増加し、生活の質の低下を招きます。

【市の取り組み】

- 国保加入者で、生活習慣を起因とした糖尿病等の治療をしている方の中から、対象の方に糖尿病等重症化予防プログラムの案内を送付しています。
- プログラムでは、生活習慣改善のための計画を作成し、保健師等が食事や運動などの支援を行います。
- プログラム参加者は、電話やICTのモニターによって、保健師等と接触せずに支援を受けることができます。

糖尿病等重症化予防プログラムにご参加ください！



人工透析への移行を防ぐことにつながり、通院にかかる負担が軽減されて、健やかな生活を送ることができます。さらに、1人当たり年間約500万円と言われている人工透析の費用がかからなくなるので、医療費の適正化にもつながります。

ジェネリック医薬品の利用でお薬代を節約

【ジェネリック医薬品（後発医薬品）とは】

- 先発医薬品（新薬）と同一成分（同一効能、効果）
- 開発コストが少ないので、新薬よりも安価

利用することでお薬代が節約できます

【市の取り組み】

- 国保加入者で、ジェネリック医薬品に切り替えることで自己負担額の削減が見込まれる方に通知を送付しています。
- 保険証の交付時に「ジェネリック医薬品希望シール」を交付しています。
- 令和5年4月からの令和6年2月までの薬剤費で約4,600万円の削減効果があったと推計しています。

調剤薬局で残薬パックを配布しています

お手元にお薬が残っていたら、残薬バックに入れて、お薬手帳と一緒に薬局へ持っていきましょう。

持参された残薬のうち、服薬できるものは引き続き利用できるの、医療費の適正化につながります。

※東大和市薬剤師会の会員となっている調剤薬局で配布しています。数に限りがあります。



低栄養防止等フレイル対策

【フレイルとは】

筋力や認知機能などの身体機能の低下が見られ、要介護状態となるリスクが高い状態のことです。フレイルの状態に至り、その状態を放置していると、食欲の低下による低栄養や筋力低下による身体機能の低下が続いていき、要介護状態となるリスクが高まります。フレイルは早く対応することで、健康な状態を取り戻すことも可能です。

【市の取り組み】

- 低栄養による疾患の治療を中断している国保加入者に、低栄養やフレイルの危険性をお知らせする通知を送付し、治療の再開や栄養指導の提供によってフレイルを防止することを促しています。

慢性閉塞性肺疾患（COPD）対策

【COPD とは】

主に長期の喫煙によってもたらされる肺の炎症性疾患です。咳、痰、息切れ等の症状があり、ゆっくりと呼吸の障害が進行する疾患です。あまり知られていないので、医療機関にかからないまま重症化することがあります。

【市の取り組み】

- 喫煙習慣のある国保加入者に、この疾患の存在や健康に及ぼすリスクをお知らせする通知を送付し、喫煙習慣の見直しを促しています。

～早期発見・早期治療が大切です～ 定期的ながん検診を受けましょう！

健康はあなた自身によって守られるもの。特定健康診査はその基盤であり、あなたの健康を見守る大切な機会です。しかし、それだけでは見落とす可能性のある恐怖の存在、それが「がん」です。毎年多くの方が発症し、それによって大切な命が失われています。

早期発見、早期治療の重要性が語られることが多いのは、がんは、早く見つかるほど治療が有効であり、予後も良くなることが報告されているからです。そのためには、定期的ながん検診が欠かせません。

がん検診は、がんを早期に見つけるための検診です。胃がん、肺がん、大腸がん、乳がん、子宮がんなど多くの種類のがんに幅広く対応する各種がん検診があります。自覚症状がない段階でも検出可能なため、早期発見・早期治療に繋がります。

年齢や性別によって受診できるがん検診は異なりますので、適切な検診を受けることが大切です。あなたの大切な健康を守るために、がん検診を受診しませんか？ 皆さんの日常を守るための一歩かもしれません。健康第一、皆さんの明るい未来のために。

がん検診の費用は無料です

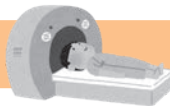


令和6(2024)年度 東大和市健康づくりカレンダー											
1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
胃がん検診 ◆問診・バリウムによるエックス線検査 35歳以上 (平成2(1990)年4月1日以前に生まれた方)	肺がん検診 ◆問診・胸部エックス線撮影・喀痰細胞診 ※喀痰細胞診は質問が必要と判断された方のみ 40歳以上 (昭和60(1985)年4月1日以前に生まれた方) ※希望者は大腸がん検診も同時に受けられます。	子宮頸がん検診(隔年検診) ◆問診・子宮頸部の細胞検査 女性のみ 2年に1回 20歳以上の女性 (平成17(2005)年4月1日以前に生まれた方) ※昨年度(令和5年4月1日～令和6年3月31日)に受診した方は申込みできません。	乳がん検診(隔年検診) ◆問診・乳房エックス線撮影(マンモグラフィ) 女性のみ 2年に1回 40歳以上の女性 (昭和60(1985)年4月1日以前に生まれた方) ※昨年度(令和5年4月1日～令和6年3月31日)に受診した方は申込みできません。	大腸がん検診【単独】 ◆問診・便潜血検査(2日分の採便) 40歳以上 (昭和60(1985)年4月1日以前に生まれた方)	前立腺がん検診【単独】 ◆問診・PSA(血液)検査 男性のみ 50歳以上の男性 (昭和50(1975)年4月1日以前に生まれた方)	胃がん検診 ◆問診・バリウムによるエックス線検査 35歳以上 (平成2(1990)年4月1日以前に生まれた方)	肺がん検診 ◆問診・胸部エックス線撮影・喀痰細胞診 ※喀痰細胞診は質問が必要と判断された方のみ 40歳以上 (昭和60(1985)年4月1日以前に生まれた方) ※希望者は大腸がん検診も同時に受けられます。	子宮頸がん検診(隔年検診) ◆問診・子宮頸部の細胞検査 女性のみ 2年に1回 20歳以上の女性 (平成17(2005)年4月1日以前に生まれた方) ※昨年度(令和5年4月1日～令和6年3月31日)に受診した方は申込みできません。	乳がん検診(隔年検診) ◆問診・乳房エックス線撮影(マンモグラフィ) 女性のみ 2年に1回 40歳以上の女性 (昭和60(1985)年4月1日以前に生まれた方) ※昨年度(令和5年4月1日～令和6年3月31日)に受診した方は申込みできません。	大腸がん検診【単独】 ◆問診・便潜血検査(2日分の採便) 40歳以上 (昭和60(1985)年4月1日以前に生まれた方)	前立腺がん検診【単独】 ◆問診・PSA(血液)検査 男性のみ 50歳以上の男性 (昭和50(1975)年4月1日以前に生まれた方)

毎年4月に配布される東大和市健康づくりカレンダーに各種がん検診の申込み方法や日程が掲載されています。ぜひご活用ください！

【がん検診・東大和市健康づくりカレンダーについてのお問合せ先】
東大和市立保健センター 042-565-5211

人間ドック・脳ドックの受診料が助成されます



人間ドック又は脳ドックを受診すると、受診料の一部（最大23,000円）が助成されます。助成を受けられる回数は、人間ドックと脳ドックを合わせて、年度1回までです。

【対象者】

- ・受診日に40歳以上の国保加入者

【該当要件】

- ・国民健康保険税の滞納がないこと
- ・申請が受診後1年以内であること 等

【申請に必要なもの】

- ・人間ドック又は脳ドックが明記してある領収書（写し）
 - ・国民健康保険被保険者証（※）
 - ・印鑑（自動浸透印不可）
 - ・振込先のわかるもの（世帯主名義の金融機関口座。ゆうちょ銀行は振込専用の口座番号が必要）
 - ・人間ドック又は脳ドックの受診結果（写し）
 - ・特定健康診査に伴う日常生活に関する質問票兼受診結果提供についての同意書
- （※）令和6年12月2日以降は「資格確認書」も可。



▲東大和市役所ホームページ

人間ドック等の受診料助成申請について（Q&A）

- Q** 提出した人間ドック等の結果をどのように活用するの？
- A** 特定健康診査と同じく、受診結果を分析し、より多くの方に特定保健指導、健診結果の異常値放置者への受診勧奨事業などの保健事業を提供する機会を増やします。
- Q** 受診結果等を含めた個人情報はどうに保護するの？
- A** 受診結果は、部外者立ち入り禁止の鍵のかかる場所に保管します。
- Q** 人間ドック等の結果を提出したくない場合、提出を任意とすることはできないの？
- A** 市では、広くデータを収集し、国保加入者の皆様へ、疾病の早期発見や予防に役立つ保健事業を実施するために活用させていただきますので、結果の提出をお願いします。

なお、人間ドック等の検査の数値のうち、特定健康診査の検査項目の部分（特定健康診査及び特定保健指導の実施に関する基準）を「人間ドック等の受診結果のうち、保健事業の活用のため収集する項目（特定健康診査項目）」に転記して、人間ドック等の結果提出の代替とすることが可能です。

受けておけばよかった…と
ならないように

特定健康診査でセルフチェックを！！

特定健康診査は、糖尿病や高血圧症、脂質異常症といった生活習慣病の兆しを早期に発見する検査です。

多くの生活習慣病は、気付かないうちに進行し、自覚症状が出たときには重症化してしまいます。重症化すると、今までどおりの生活が送れなくなることもあります。

自分のため、家族のためにも毎年の特定健康診査で、生活習慣病のリスクをチェックし、早期発見・早期治療を行いましょう。

特定健康診査の対象者には、順次、受診券を送付しています！
受診の方法・実施医療機関は、同封のご案内をご確認ください。

※国保以外の健康保険等に加入されている方は、加入されている保険者からの案内に従って受診してください。
※小平市内の医療機関での受診は、10月末で終了します。

対 象	40歳から74歳までの東大和市国保加入者	
受診券 送付時期	4～7月生まれの方、 10月～3月の間に75歳に到達する方 8～11月生まれの方 12～3月生まれの方	6月中 7月中 8月中
主な 健診項目	○質問票による審査（服薬歴・喫煙歴など） ○身体測定（身長・体重・BMI・腹囲） ○血圧測定 ○血液検査（脂質・血糖・肝機能・腎機能） ○尿検査（糖、たん白）	
費 用	無料 ただし、健診項目にない検査等を受けた場合は別途費用がかかります。	



東大和市 Rond みんなの体育館無料体験

運動習慣のきっかけづくりに、東大和市 Rond みんなの体育館のトレーニング室の利用や、健康体操等の当日参加型教室を無料で体験できます。
※体育館の空調工事の進捗によっては、再び臨時休館になる場合があります。

【対象者】

- 令和6年度中に特定健康診査や人間ドック・脳ドックを受診された、または特定保健指導を利用された国保加入者
- ※一緒に来られたご友人やご家族も1名様に限り無料で体験利用ができます。

【期 限】令和7年3月31日

◎運動は苦手という方は

上記の無料体験利用に代えて、「お薬カレンダー」を選ぶこともできます。

詳細は、特定健康診査の受診券等に同封しているチラシや市のホームページをご確認ください。



▲東大和市役所ホームページ

納税課からのご案内

国民健康保険税の納付は「口座振替」が便利！

- ・1度のお申込みで、毎年継続して引き落としができます！
- ・納め忘れによる延滞金リスクが軽減できます！

【お手続き方法】

口座振替依頼書に必要事項を記載のうえ、郵送してください。（納付書払いとなっている方には、7月に送付する国民健康保険税の納税通知書に同封しています。）
また、納税課ではキャッシュカードのみで簡単に口座振替のお手続きができる端末を用意しています（銀行印不要）。
※カードによっては、ご利用できない場合があります。
※キャッシュカードの暗証番号が必要になります。

- ◎口座振替と併せて、納期限を携帯電話のSMS（ショートメール）でお知らせする「納税お知らせサービス」をご利用ください。



▲納税お知らせサービス登録

納税課では、国民健康保険税等の市税等の納付に悩んでいる方に、納税相談を行っております。
納付についてお困りの場合、滞納額が増加する前に、早めにご相談ください。

お問合せ先：東大和市役所 納税課
電話 042-563-2111（内線1091）