



東大和市 国保だより

国保加入者数と世帯数(令和7年3月31日現在)
 国保加入者数 15,383人(市内人口84,875人)
 国保加入世帯数 10,688世帯(市内世帯41,231世帯)

 令和7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)。国民健康保険(国保)は、他の健康保険等に加入されていない全ての住民が被保険者(加入者)となります(75歳以上の方は後期高齢者医療制度に移行します)。国保以外の健康保険等に加入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

注目!

注目!

注目!

資格確認書等を一齐に
 交付します!(7月末発送)



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

特定健康診査で
 セルフチェックを!!



4面

令和7年度国民健康保険税の所得割と均等割は、 令和6年度から2年連続、据え置きとなりました。

令和7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6年度	令和7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%	6.68%
	均等割		37,200円	37,200円	0円	40,842円
	課税限度額		65万円	66万円	10,000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%	2.82%
	均等割		12,300円	12,300円	0円	16,977円
	課税限度額		24万円	26万円	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	16,653円
	課税限度額		17万円	17万円	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、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7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。

国から強く解消を求められている「一般会計からの赤字補てん繰入」

国保は、加入者の病気や負傷等に対して医療給付等(医療費や出産育児一時金、葬祭費の支払い等)を行いますが、その医療給付等に必要の費用の財源のうち、保険税を財源とすべき費用に対し、**現行の保険税率による保険税だけで当該費用が賅えず赤字となった場合には、一般会計から不足分を繰り入れ、赤字補てんをすることになります。**

国から強く解消を求められている市の一般会計からの赤字補てん繰入については、平成30年度当初において、約5億8,059万円もありました。

赤字補てん繰入の解消、そして未来に向けた取組

これまでの取組の結果、令和6年度決算において、前年度に続き赤字補てん繰入は発生していません。また、令和7年度においても、赤字補てん繰入が生じない見込みとなっています。

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。【※医療費の適正化に資する取組の詳細は3・4ページ参照】

資格確認書等を一齐に交付します！ (7月末発送)

注目!



現在国保に加入されている以下の対象者の方へ、令和7年7月末に、令和7年8月1日から使用できる**資格確認書等**（「**国民健康保険資格確認書(資格確認書)**」又は「**資格情報のお知らせ**」）を一齐に交付します。

マイナ保険証をお持ちの方には、「資格情報のお知らせ」が届きます。医療機関等を受診する際は、「マイナ保険証」又は「資格確認書」をご使用ください。

一齐交付の対象となる方については【表1】を、交付される書類の種別については【表2】をご確認ください。



▲東大和市役所
ホームページ

～資格確認書等の一齐交付の対象となる方～

- ・現在、下表の太枠内のいずれかの書類をお持ちの方は、令和7年8月1日から使用可能な書類が交付されます。
(資格確認書等の一齐交付の対象者は、70歳未満で、「資格情報のお知らせ」を既に交付されている方以外の国保加入者全員となります。)

【表1】

年 齢	新しい書類が交付される方	新しい書類が交付されない方
70歳未満の方	被保険者証(国保保険証)、資格確認書のいずれかをお持ちの方	資格情報のお知らせ(有効期限の記載なし)をお持ちの方 ※交付済みの書類を継続してご使用ください。
70歳以上75歳未満の方	被保険者証(国保保険証)及び高齢受給者証、資格確認書、資格情報のお知らせのいずれかをお持ちの方	

～交付される書類の種別～

【表2】 ▼マイナ保険証の利用登録状況及び国保加入者の年齢に応じて、以下のとおり交付される書類の種別が異なります。

マイナ保険証 利用登録状況	なし		あり	
交付書類	資格確認書(カード型)		資格情報のお知らせ(A4型)	
交付方法	特定記録郵便		普通郵便	
年 齢	70歳未満の方	70歳以上75歳未満の方	70歳未満の方	70歳以上75歳未満の方
有効期限	令和9年7月31日(※1)	令和8年7月31日(※2)	なし	令和8年7月31日(※2)
負担割合	記載なし	2割又は3割の記載あり	記載なし	2割又は3割の記載あり
見 本 (イメージ)	<p>東京都国民健康保険資格確認書 記号 43-01 番号 2345 (枝番) 02 氏名 国保 花子 生年月日 XX年XX月XX日 性別 XX 適用開始年月日 XX年XX月XX日 有効期限 負担割合 交付年月日 令和 7年 8月 1日 世帯主氏名 国保 太郎 住所 東大和市中央3丁目930番地 保険者番号 138438 交付者名 東大和市</p> <p>70歳以上75歳未満の方は、負担割合が記載されます。</p>		<p>令和 7年 8月 1日 資格情報のお知らせ 有効期限 あなたの加入する健康保険の資格情報を下記のとおりお知らせします。 なお、このお知らせのみでは受診できません。 記号 43-01 番号 2345 (枝番) 01 氏名 国保 太郎 フリガナ コノエ タカ 負担割合 〇割 発効期日 年 月 日 適用開始年月日 XX年XX月XX日 交付年月日 令和7年8月1日 有効期限 資格情報のお知らせ 令和7年8月1日発行 交付者：東大和市 保険者番号：138438 有効期限 記号 43-01 番号 2345 (枝番) 01 氏名 国保 太郎 負担割合 〇割 発効期日</p> <p>70歳以上75歳未満の方は、負担割合が記載されます。</p>	
使用方法	<ul style="list-style-type: none"> ・医療機関等を受診する際に、窓口で提示する。 (70歳以上75歳未満の方は、券面に負担割合の記載があるため、70歳未満の方と同様に、資格確認書1枚で受診が可能です。) 		<ul style="list-style-type: none"> ・「資格情報のお知らせ」は、マイナ保険証をお持ちの方がご自身の国保の資格情報を簡易に把握するための書類です。 ・マイナ保険証だけで医療機関等の受診が可能です。ただし、事情(カードリーダーの不具合等)により、医療機関等でマイナ保険証を使用できなかった場合は、「マイナ保険証」と併せて、「資格情報のお知らせ」(又は「マイナポータル」の資格情報画面)の提示により、受診が可能となります。 	

・交付書類の種別については、市が6月末までに把握したマイナ保険証の利用登録状況で判断されます。

(※1) …※1の有効期限までの間に70歳に到達する方は、「70歳到達月の月末(誕生日が1日の方は「70歳到達月の前月末」)」が有効期限です。また、※1の有効期限までの間に在留期限のある外国人の方は、在留期限の翌日が有効期限です。

(※2) …※2の有効期限までに75歳に到達する方は、「75歳の誕生日の前日」が有効期限です。また、※2の有効期限までの間に在留期限のある外国人の方は、在留期限の翌日が有効期限です。

Q & A

Q1. 資格確認書が届きましたが、今持っているクリーム色の被保険者証(有効期限9月30日)と、どちらを使用すればよいのですか。

A1. 今回お送りした「資格確認書」をご使用ください。また、「資格情報のお知らせ」が届いた方は、引き続き「マイナ保険証」をご使用ください。現在お持ちのクリーム色の被保険者証は、裁断等(個人情報特定されない方法)により、ご自身で破棄していただいて差し支えありません。

Q2. マイナンバーカードは持っていますが、マイナ保険証の利用登録をしていたかどうか忘れてしまいました。

A2. マイナ保険証のカードリーダーが設置されている医療機関の窓口、マイナポータル、保険年金課(国保加入者本人のみ可)で確認が可能です。

Q3. 国保加入者の親は、病院で受診する際、介助者による補助が必要です。マイナ保険証では受診が難しいため、資格確認書を交付できますか？

A3. 介助者等の第三者が高齢者又は障がい者である国保加入者本人に同行して本人の資格確認を補助する必要があるなどの理由で、マイナンバーカードでの受診が困難である方については、マイナ保険証をお持ちであっても、資格確認書の交付が可能です(要申請)。ご希望の場合は、保険年金課にご相談ください。

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、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。
- 資格確認書等の交付時に「ジェネリック希望シール」を交付しています。
- 令和6年4月からの令和7年2月までの薬剤費で約3,400万円の削減効果があったと推計しています。

長期収載品の選定療養について

令和6年10月からジェネリック医薬品がある先発医薬品（長期収載品）を希望する場合、通常の自己負担分とは別に選定療養として、薬価の差額の4分の1相当を負担していただく制度が導入されています。



▲厚生労働省ホームページ

※医療上の必要性があると医師が判断した場合や在庫がない場合は、対象外です。

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が可能です。

【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、医療機関にかな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人を失っています。

早期発見、早期治療の重要性は語られることが多いですね。がんは、早く見つければ見つけるほど治療が有効であり、予後が良くなることが知られています。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、多くの種類の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、幅広く対応しています。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けるべき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、今すぐ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。

がん検診の費用は一部を除き無料です



令和7(2025)年度 東大和市健康づくりカレンダー		保存版
2年に1回	胃がん検診(バリウム検査) ◆検診・バリウムによるエックス線検査	35歳以上 (平成3(1991)年4月1日以前に生まれた方)
2年に1回	胃がん検診(内視鏡検査) ◆検診・内視鏡検査 費用:2,500円(自己負担)	50歳～74歳 (昭和26(1951)年4月2日～昭和51(1976)年4月1日生) ※今年度(内視鏡検査を受診された方は来年度申込みができません。)
2年に1回	肺がん検診 ◆胸部レントゲン線撮影・喉頭細胞診 ※喉頭細胞診は質問が必要と判断された方のみ	※大腸がん検診と同時実施希望の方は肺がん検診申込時にお申し出ください。 40歳以上 (昭和61(1986)年4月1日以前に生まれた方) ※肺がん検診と同時実施希望の方は肺がん検診申込時にお申し出ください。
2年に1回	大腸がん検診【単独】 ◆検診・便潜血検査(2日間の採便)	40歳以上 (昭和61(1986)年4月1日以前に生まれた方)
2年に1回	子宮頸がん検診 ◆検診・子宮頸部の細胞検査	20歳以上の女性(平成18(2006)年4月1日以前に生まれた方) ※昨年度(令和6年4月1日～令和7年3月31日)に受診した方は申込みできません。 ※今年度21歳の方には無料クーポン券を送付します。(申込不要)
2年に1回	乳がん検診 ◆検診・乳房エックス線撮影(マンモグラフィ)	40歳以上の女性(昭和61(1986)年4月1日以前に生まれた方) ※昨年度(令和6年4月1日～令和7年3月31日)に受診した方は申込みできません。 ※今年度41歳の方には無料クーポン券を送付します。(申込不要)
2年に1回	前立腺がん検診【単独】 ◆検診・PSA(血液)検査	男性のみ 50歳以上の男性 (昭和51(1976)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！

【お問合せ先】

健康推進課成人保健係（東大和市立保健センター） 042-565-5211

特定健康診査で毎年のセルフチェックを!!

注目!



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・受診期限は、同封の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。

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	6月中
	8～11月生まれの方	7月中
	12～3月生まれの方	8月中
主な健診項目	○質問票による問診(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。	



マイナポータルで健診情報等が確認できます!!

マイナ保険証で医療機関等に受診すると、マイナポータルで自身の健診情報や薬剤情報・医療費の情報が閲覧できます。健康管理に役立てましょう!

人間ドック・脳ドックの受診料の助成

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】

- ・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)
- ・国民健康保険の資格が確認できるもの(資格確認書等)
- ・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



▲東大和市役所ホームページ

東大和 S&D 体育館 (東大和市民体育館) 無料体験

運動習慣のきっかけづくりに、東大和 S&D 体育館(東大和市民体育館)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。

【対象者】

令和7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8年3月31日

◎運動は苦手という方は

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のチラシをご確認ください。

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な事項を記載のうえ、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おります(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)

葬祭費の支給

国保加入者の方が亡くなられた場合は、喪主(葬祭を行った方)に葬祭費として5万円を支給します。

【申請に必要なもの】

- ・葬儀等の領収書(喪主の方及び亡くなられた方の氏名が記載されているもの)
- ・喪主の方の印鑑(自動浸透印不可)
- ・振込先のわかるもの(喪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)
- ・国民健康保険の資格が確認できるもの(資格確認書等)
- ・来庁される方の本人確認書類

【おくやみコーナーのご案内】

身近な方が亡くなられた際のお手続きについて、事前予約を行っております。不安や負担を軽減するため、おくやみコーナーをぜひご利用ください。

- ・必要な手続きを事前に確認し、まとめて受付できます。
- ・書類の記入が省略できます。
- ・専用ブースで安心して手続きできます。



お問合せ先：電話042-563-2111

「おくやみコーナー予約の件」とお伝えください。

▲東大和市役所ホームページ