

国保 健康だより

INFORMATION

- 国民健康保険「資格情報のお知らせ」「資格確認書」を7月中旬に郵送します 1・2 ページ
- 「資格情報のお知らせ」「資格確認書」の郵送 ご注意ください/マイナンバーカードの有効期限切れにご注意ください ... 3 ページ
- 「限度額認定証」「限度額適用・標準負担額減額認定証」について/医療機関のかかり方 4 ページ
- 4月1日から、入院時の食事代が変わりました/接骨院・整骨院のかかり方/はり・きゅう・あん摩・マッサージのかかり方 ... 5 ページ
- 交通事故、犬のかみつき等で治療を受ける場合は、必ず届出をしましょう/国民健康保険税は忘れずに納めましょう ... 6 ページ

国民健康保険「資格情報のお知らせ」「資格確認書」を7月中旬に郵送します。

保険証は、8月1日以降、使えなくなります。

8月1日からは、マイナ保険証(+「資格情報のお知らせ」)または、「資格確認書」(ピンク色)をお使いください。(詳しくは2～3ページをご覧ください)

見附市国民健康保険に加入している被保険者に対し、マイナ保険証をお持ちの方には「資格情報のお知らせ」(70歳未満で既に発行済の方を除く)、お持ちでない方には「資格確認書」を、世帯ごとにまとめて世帯主宛に郵送します。

一人一枚となっておりますので、お手元に届きましたら、住所・氏名等をご確認ください。

なお、「資格確認書」の裏面には「臓器提供意思表示欄」を設けています。

後期高齢者医療保険への切替えは自動的に行われますので手続き不要です。

国民健康保険の脱退・加入の手続きは忘れずにしましょう

職場の健康保険に加入したとき、脱退したときは、その都度、国民健康保険の加入や脱退の手続きを、ご自分で行っていただく必要があります(会社は手続きを代行してくれません)。

手続きをしなかったり、遅れたりすると、さかのぼって保険税を納めていただいたり、医療費を返していただいたりすることがあります。

国民健康保険の脱退・加入の手続きは、健康福祉課国民健康保険係(保健福祉センター)、市民税務課市民相談係(市役所)で受付しています。

直接窓口に来ることが難しい方は、郵送受付もできますのでご連絡ください。

脱退の手続きは、オンラインでも手続きが可能です。

右記のQRまたはURLを是非ご利用ください。

(加入の手続きはオンラインではできません)

パソコンや
スマホで

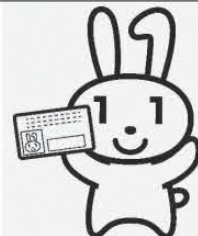


<https://logoform.jp/f/nOxmg>

国民健康保険に

ご加入されている方のお手元の健康保険証の有効期限は
2025年7月31日に満了となります。
届いたお手元の書類をご確認ください。

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！



資格情報のお知らせ

様

(お問い合わせ先)
〒954-0052
見附市学校町2丁目13番30号
見附市保健福祉センター内
健康福祉課 国民健康保険係
☎0258-61-1380

資格情報のお知らせ

交付者名：見附市
保険者番号：150110
有効期限

あなたの加入する国民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	見附	番号	(校番)
氏名			
フリガナ			
負担割合			
発効期日			
適用開始年月日			
交付年月日			

- マイナンバーカードの健康保険証利用登録がお済みの方に、医療保険の資格情報を確認できるよう交付される書類です。大切に保管してください。
- 資格情報のお知らせが届いた方は、マイナ保険証で医療機関等を受診してください。
- 資格情報のお知らせ単体では受診等できませんが、顔認証付きカードリーダーの不具合など、何らかの事情で医療機関等でマイナ保険証を利用できない場合に、マイナ保険証とセットでご提示ください。



マイナ保険証をお持ちでない方には
資格確認書が届きます！

資格確認書

有効期限
発効期日

記号 見附 番号 (校番)

氏名 性別

生年月日 負担割合

適用開始年月日

交付年月日

世帯主氏名

住所

保険者番号 150110

交付者名 見附市

- マイナンバーカードをお持ちでない方、マイナンバーカードの健康保険証利用登録がお済みでない方に、申請によらず交付されます。
- 資格確認書を医療機関等の窓口で提示することで、これまでどおり受診等できます。

「資格情報のお知らせ」「資格確認書」の郵送

ご注意ください

見附市国民健康保険に加入している被保険者について、国から提供されるマイナ保険証の登録状況情報に基づき、「資格情報のお知らせ」または「資格確認書」を郵送します。

- 国からの情報提供の時間差により、「資格情報のお知らせ」「資格確認書」の両方が郵送される場合があります。

マイナ保険証として登録したにも関わらず、「資格確認書」も郵送された場合、「資格情報のお知らせ」をご利用いただき、「資格確認書」は破棄してください。

- 「資格情報のお知らせ」は、70歳未満の方と70歳以上の方で、取り扱いが以下の通り異なりますので、ご注意ください。

70 歳未満の方	・ 基本的に、有効期限はありません。 ・ 郵送は今回のみで、来年度以降は郵送しません。今回お送りした「資格情報のお知らせ」を大切に保管・使用してください。
70 歳以上の方	・ 有効期限は原則 1 年です。 ・ 毎年、郵送します。

※紛失・棄損した場合は、再発行いたします。

- 「資格確認書」用透明カバー（ケース）は、同封しません。

後期高齢者医療制度の方へ

後期高齢者医療資格確認書			
交付年月日		令和 8 年 7 月 3 日 令和 7 年 8 月 1 日	
被保険者番号	1 2 3 4 5 6 7 8		
居住所	新潟市中央区新光町 4 番地 1		
保険氏名	広城 太郎		男
生年月日	○年 ○月 ○日		
資格喪失年月日	○年 ○月 ○日		
異動期間	○割 ○年 ○月 ○日		
異動期間	○日		
長期入院経年	○日		
特定疾病区分	○期		
保険者番号並びに保険者の名称及び印	新潟県後期高齢者医療認定組合 		

後期高齢者医療制度の加入者は、マイナ保険証の登録状況に関わらず「資格確認書」(空色)を郵送します。

※「資格情報のお知らせ」は交付しません。

マイナンバーカードの有効期限切れにご注意ください

マイナンバーカードと、マイナンバーカードに搭載される電子証明書には、有効期限があります。

電子証明書の有効期限が切れても、有効期限満了日が属する月の末日から3カ月間は、マイナ保険証として利用できますが、3カ月以上経過すると利用できなくなりますので、有効期限が切れる前に更新手続きを行ってください。

マイナンバーカード、電子証明書とも、有効期限の3カ月前から更新手続きが可能です（有効期限の3カ月前に、自宅に「有効期限通知書」が届きます）。

受付窓口・問い合わせ

市民税務課 市民窓口係（市役所内） ☎ 0258-62-1700

「限度額適用認定証」「限度額適用・標準負担額減額認定証」 について

入院などでひと月の医療費が高額になる場合に、マイナ保険証を利用すれば、事前の手続きなく、高額療養費制度における自己負担限度額を超える支払いが免除されます。

マイナ保険証をお持ちでない方は、「限度額適用認定証」（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」）を医療機関に提示することで、窓口の支払いが自己負担限度額までに抑えられますので、必要な方は下記の通り申請をしてください。

申請に必要なもの

- ・本人確認ができるもの（窓口に来られる方）
- ・認定証が必要な方の国民健康保険資格確認書（資格確認書をお持ちの方）

受付窓口

健康福祉課国民健康保険係（保健福祉センター）
市民税務課市民相談係（市役所内）

問い合わせ

健康福祉課国民健康保険係（保健福祉センター）☎ 0258-61-1380

※現在お持ちの認定証の有効期限は令和7年7月31日ですのでご注意ください。

※90日を超える長期入院該当の方は、引き続き申請が必要になります。

※県障・県親・単子の受給者証をお持ちの方は、マイナ保険証があっても認定証が必要になる場合があります。

医療機関のかかり方

かかりつけ医、かかりつけ薬局を

もちましよう

日常的な病気の治療や病歴などを把握してくれるので、適切な対応をしてもらえます。

気になる症状があれば、まずはかかりつけのお医者さんに相談しましょう。

平日・日中の受診を心がけましょう

休日や夜間に開いている救急医療機関は、緊急性の高い患者さんのためのもので、医療費が高く、検査も十分にできない場合があります。

緊急時以外は、平日の時間内に受診することを心がけましょう。

重複受診・頻回受診をしていませんか

同じ病気で複数の医療機関を受診したり、同じ医療機関を過度に受診したりしていませんか。

重複・頻回受診は検査等を何度も行うことで体に負担がかかったり、医療費が高額になったりします。

また、医療費が増えることで保険財政が圧迫され、国民健康保険税の税率の引き上げを招くことにもつながりかねません。

今受けている治療に不安などがあるときは、そのことを医師に伝えて話し合ってみましょう。

ジェネリック医薬品を活用しましょう

ジェネリック医薬品は、新薬と同じ効用効果をもつ医薬品で費用が安くすむことがあります。医療機関とご相談の上、ジェネリック医薬品を上手に活用しましょう。7月中旬に送付する新しい被保険者証にジェネリック医薬品希望シールを同封していますので、ご活用ください。

7月中旬に対象となる方へジェネリック医薬品差額通知を郵送します。

令和7年4月1日から入院時の食事代が変わりました

70歳未満の方

対 象 者 の 区 分		食事療養費負担額 (1食当たり)	3月31日 まで
A	B、Cに該当しない方	510円	490円
B	Cに該当しない指定難病患者、小児慢性特定疾病児童等	300円	280円
C	住民税非課税世帯 (区分オ)	過去1年間の入院が90日まで	240円
		過去1年間の入院が91日以上(長期入院該当)	190円

70～74歳の方

対 象 者 の 区 分			食事療養費負担額 (1食当たり)	3月31日 まで
A	B、C、Dに該当しない方		510円	490円
B	C、Dに該当しない指定難病患者		300円	280円
C	住民税 非課税世帯	低所得 Ⅱの方	過去1年間の入院が90日まで	240円
			過去1年間の入院が91日以上(長期入院該当)	190円
D	低所得Ⅰの方		110円	110円

接骨院・整骨院のかかり方

外傷性が明らかなでない負傷では、接骨院や整骨院での施術が保険の対象とならないものもありますので、施術を受ける際は、負傷原因を正確に伝えましょう。

また、交通事故によるケガなどで利用する場合は、健康福祉課国民健康保険係（保健福祉センター）☎0258-61-1380に連絡をしてください。

保険が適用されるもの

- ・外傷性が明らかな場合の捻挫、打撲・挫傷等
- ・医師の同意がある場合の骨折や脱臼
- ・そのほか負傷原因により適用されるものもあります



保険が適用されないもの

- ・単なる肩こりや筋肉疲労
- ・慰安目的のあん摩・マッサージ代わりの利用
- ・仕事や通勤途中で起きた負傷(労災保険の対象です)
- ・症状の改善が見られない長期の施術
- ・脳疾患後遺症などの慢性病や内科的原因による疾患への施術
- ・過去の交通事故等による後遺症(保険適用外の第三者行為に該当します)

はり・きゅう・あん摩・マッサージのかかり方

施術を受けるときは、医師の同意が必要です。施術を受ける際は、施術者から制度などの説明を受けてから利用してください。

はり・きゅうで保険が適用されるもの

神経痛、腰痛症、リウマチ、頸椎ねんざ後遺症、五十肩、頸腕症候群

あん摩・マッサージで保険が適用されるもの

筋麻痺や関節拘縮等で、症状の改善を目的として施術が必要と医師が同意している場合



交通事故、犬のかみつき等で 治療を受ける場合は、必ず届け出をしましょう

交通事故（自転車事故含む）、他人から暴力を受け負傷した、他人が飼育している動物によって負傷したなど、他者の行為によって怪我や病気をした場合でも、国民健康保険を適用して治療を受けることができます。

その場合、保険者（見附市国民健康保険）が一時的に医療費を立て替え、加害者の加入している保険に医療費を請求することになります。加害者がわからないと請求できませんので、必ず、健康福祉課国民健康保険係 ☎ 0258-61-1380 へ届け出をお願いします。

届出書類は、見附市ホームページから印刷できます。

小さな事故でも必ず警察に連絡をしましょう。また、見附市国民健康保険の被保険者の過失が大きくても、国民健康保険を適用していますので、届け出は必要です。

届け出の際の注意点

示談を済ませてしまうと国民健康保険が適用できなくなる場合がありますので、示談する前に健康福祉課国民健康保険係（保健福祉センター）まで連絡をお願いします。

届け出に必要なもの

- ・第三者行為による傷病届
- ・事故発生状況報告書
- ・念書（兼同意書）・交通事故証明書
- ・国民健康保険資格確認書もしくはマイナ保険証
- ・印鑑

国民健康保険税は忘れずに納めましょう

令和7年度の国民健康保険税額通知書を7月中旬に市民税務課から郵送します。

国民健康保険の加入は世帯ごとになりますので、世帯主が納付義務者となります。世帯主が職場の健康保険や後期高齢者医療保険に加入していて、国民健康保険に加入していない場合でも保険税は世帯主に課税されます。

国民健康保険税額は、前年の収入を基準として計算しています。

納付方法は、納付書または口座振替と、年金から天引きの場合がありますので、保険税額通知をご確認ください。

納付書払いの場合

納付期限までに納付書裏面に記載の方法で納付してください。

❗便利な口座振替をご利用ください。見附市指定金融機関等の窓口で簡単に手続きできます。振替手数料はかかりません。

口座振替の場合

納付期限日にご登録口座から引き落としされます。

年金からの天引きの場合

要件に該当する場合は、自動的に年金天引きになります。
ご不明な点は、市民税務課までお問合せください。

特別な事情があり、未納分の一括納付が困難な場合は、滞納のままにせず、見附市市民税務課管理税収係（☎ 0258-62-1700 内線 125・126）に相談してください。