



国民健康保険だより

発行／大和郡山市保険年金課 平成30年12月15日

国民健康保険加入の
40歳から74歳
のみなさま！

今年、まだ受けていない方は・・・

特定健診を受けましょう！

特定健診とは、内臓脂肪の蓄積に起因する高血圧症や糖尿病などの生活習慣病の早期発見に役立つ、大切な健診です。年に1回受診して、生活習慣病の予防に努めましょう。

自己負担額は **1,000円**！

健診は **半日程度**で可能！

① まずは予約

受診する医療機関を決め、予約しましょう。



② 受診

生活習慣病の危険性を早期に発見するための検査が行われます。

持ち物

- ・国民健康保険の保険証
- ・受診券 ・質問票
- ・自己負担額 1,000円



③ 結果を確認



受診から 2～3 ヶ月後に、市役所から結果が届きます。
生活習慣病になりやすいとされた人には、合わせて無料で使える「特定保健指導利用券」をお送りします。

健診項目

- 問診
- 身体計測（身長、体重、BMI、腹囲）
- 理学的検査（診察）
- 血圧測定
- 尿検査（尿糖、尿蛋白）
- 血液検査
 - ・肝機能
GOT (AST)、GPT (ALT)、 γ -GTP (γ -GT)
 - ・脂質
中性脂肪、HDL コレステロール
LDL コレステロール
 - ・糖代謝
ヘモグロビン A1c
空腹時血糖（随時血糖）
 - ・腎機能
血清クレアチニン、尿酸、eGFR
- 貧血検査
- 心電図検査
- 眼底検査（前年の特定健診の結果から基準に該当する人のうち、医師が必要と判断した場合のみ実施）

受診できるのは平成31年1月31日までです。お早めに！

※75歳になる人は、誕生日の前日までです。受診券の有効期限を確認してください。

受診券を紛失した場合は再交付します。

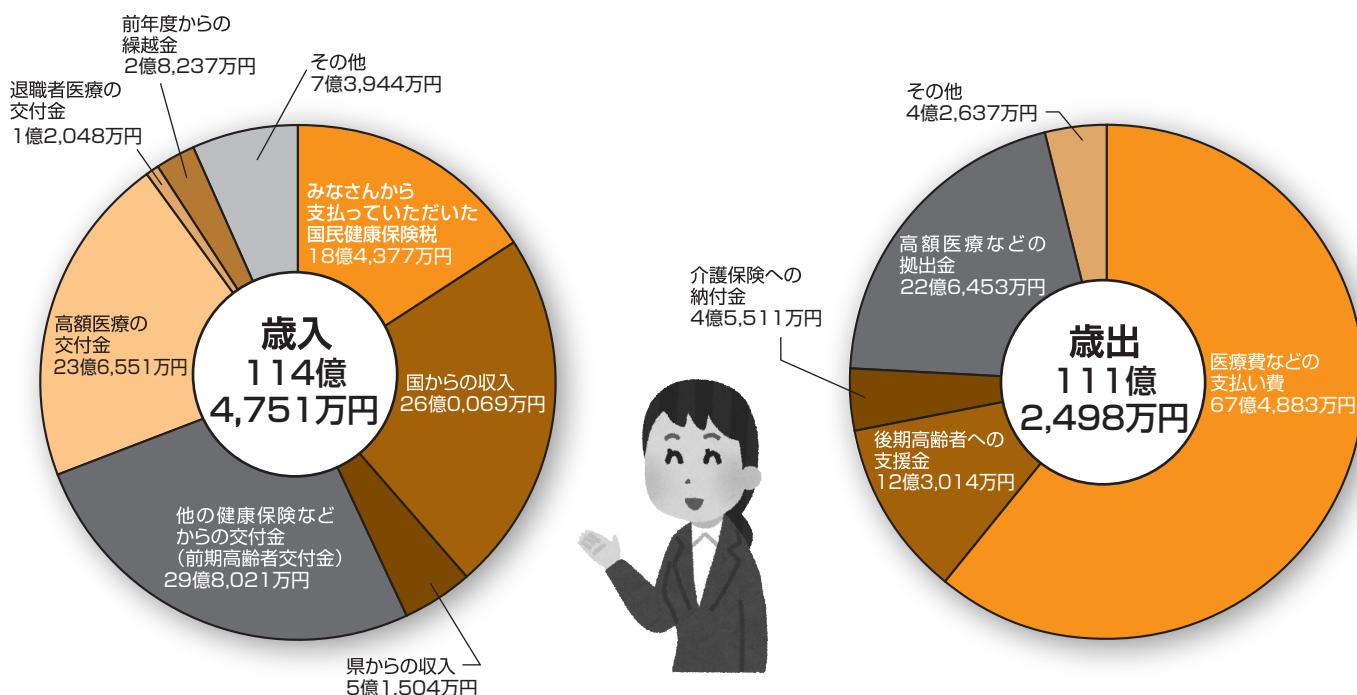
市役所保険年金課（☎53-1151 内線322,323,341）までご連絡ください。

- 大和郡山市国民健康保険以外の保険証をお持ちの方は、ご加入の健康保険組合などにお問い合わせください。
- 後期高齢者医療被保険者証をお持ちの方は、保健センター「さんて郡山」（電話58-3333）へお問い合わせください。

大和郡山市国民健康保険の 財政状況をお知らせします

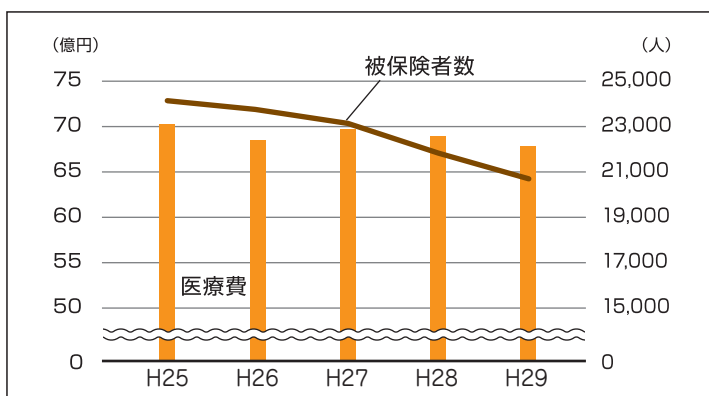
平成29年度
決算報告

大和郡山市国民健康保険の平成29年度決算は、歳入（収入）の合計が114億4,751万円、歳出（支出）の合計が111億2,498万円で、実質収支は3億2,253万円の黒字となりました。また、歳入歳出差引額から前年度分の繰越金を調整した単年度収支は、4,016万円の黒字となっています。



過去5年間の医療費と被保険者数

被保険者は過去5年減少を続けていますが、一方で医療費は横ばいの状態で推移しており、一人あたりの医療費は増加傾向にあります。今後も厳しい保険財政の運営となることが予想されることから、引き続き医療費適正化への取組に、ご理解とご協力をお願いいたします。



平成30年度から

国民健康保険県域化に伴い、新しく始まりました!

○糖尿病等治療勧奨（レッドカード）事業

・・・糖尿病などの生活習慣病は、早期に治療を始めることで重症化を予防できる可能性が高まります。本事業は、特定健診の結果などから、生活習慣病のリスクが高い人に対し、医療機関への受診を郵送等で促すものです。

○糖尿病性腎症重症化予防プログラム

・・・糖尿病が重症化するリスクの高い人について、医療機関への受診を促し、かかりつけ医との連携により必要な保健指導を実施するものです。





知っていますか？ ポリファーマシー

必要以上の医薬品を使用していませんか？

ポリファーマシーは、「poly（複数）」＋「pharmacy（調剤）」からなる言葉ですが、単純に複数の医薬品を使用している状態を指す言葉ではありません。

たとえ使用している医薬品が少なくても、

- ・ 医薬品同士の相互作用が疑われる場合
- ・ 同じ成分の医薬品が重複している場合

などは、ポリファーマシーの可能性が
あります。

つまり、ポリファーマシーとは、
様々な要因によって「必要以上の
医薬品を使用している状態」を
指します。



解決にはみなさんの協力が必要です！

ポリファーマシーは、単純に医薬品を減らせば解決できるという問題ではありません。医師、看護師、薬剤師などの医療スタッフは、それぞれの立場から得られた患者さんの情報を共有し、医薬品の適正使用を心がけています。

患者さん自身においても、「お薬手帳」や「かかりつけ薬剤師」を活用し、使用している医薬品について積極的に医療スタッフに相談することがポリファーマシーの解決につながります。



持って健康、お薬手帳！ 頼って安心、かかりつけ薬剤師！

お薬手帳はお近くの薬局で配布しています。ご活用ください。

医療費のお知らせ をご確認ください。

大和郡山市国民健康保険を使って治療を受けた医療費について確認していただき、日ごろの健康づくりの大切さと膨らむ医療費についてご理解をいただくため、医療機関を受診した世帯に対して、医療費のお知らせをお送りしています。

お知らせが届いたら、医療機関が発行した領収書と照らし合わせてください。金額が大きく合わないときは、医療機関に確認してみましょう。

※「医療費のお知らせ」には、医療費の金額と患者負担額が記載されています。医療費の金額は総医療費（10割分）が記載されており、患者負担額は総医療費のうち3割分（年齢や所得によっては2割または1割）が記載されています。

※医療機関で支払う金額は、10円未満を端数処理しています。そのため領収書の金額と「医療費のお知らせ」の患者負担額には若干の差異があります。

たとえば・・・

ケース1

整形外科で鎮痛剤が処方された際に、胃への負担を軽減するために一緒に胃薬も処方されました。しかし、同時期に他の科で胃薬が処方されていました。



どちらかの胃薬は減らすことができたかも・・・

ケース2

医師から処方された薬を正しく使用せずに残していました。

医師は、症状が改善しないのは薬が効いていないからと判断し、さらに薬を処方してしまいました。



薬を正しく使用することで、本来必要のない薬を減らすことができたかも・・・

どちらのケースも、医師や薬剤師への相談や、お薬手帳の活用で防ぐことができたかも・・・

柔道整復施術等について アンケート調査に ご協力をお願いします。

接骨院や整骨院等で保険証が使える状況は限定されています。大和郡山市では、保険給付の適正化を図るため、施術を受けられた被保険者の方へのアンケート調査を実施しています。

調査は、施術を受けられた方の中から対象者を抽出し、受診内容などについてお尋ねするものです。お手数をおかけしますが、調査票が届きましたらご協力をお願いいたします。



非自発的失業者を対象とした国民健康保険税の軽減措置について

倒産・解雇等の事業主都合による離職(雇用保険の特定受給資格者)や雇い止めなどにより離職(雇用保険の特定理由離職者)したため職場の健康保険を脱退し、国民健康保険に加入された人を対象に国民健康保険税の軽減申請を受付しています。

対象となる人

次のすべての条件を満たす人が対象です。

- ①大和郡山市の国民健康保険に加入していること
- ②離職時点で65歳未満であること
- ③平成25年3月31日以後の離職により、雇用保険受給資格者証を持っていること
- ④雇用保険受給資格者証の離職理由コードが右記のいずれかであること

離職者区分	離職理由コード
特定受給資格者	11, 12, 21, 22, 31, 32
特定理由離職者	23, 33, 34

※特定受給資格者または特定理由離職者であるかは、雇用保険受給資格者証の第1面「離職理由」欄に記載の番号で確認します(ただし、高年齢受給資格者および特例受給資格者の方は対象となりません)。

軽減内容

保険税の所得割を算定する際、失業した日の翌日からその翌年度末までの間、対象者の**給与所得を30/100**として算定します。

軽減期間

軽減措置の適用期間は、次の表のとおりです。

〈国民健康保険税に適用される期間〉

失業した日	保険税の軽減期間
平成25年3月31日～平成26年3月30日	平成27年3月まで(26年度分)
平成26年3月31日～平成27年3月30日	平成28年3月まで(26, 27年度分)
平成27年3月31日～平成28年3月30日	平成29年3月まで(27, 28年度分)
平成28年3月31日～平成29年3月30日	平成30年3月まで(28, 29年度分)
平成29年3月31日～平成30年3月30日	平成31年3月まで(29, 30年度分)
平成30年3月31日～平成31年3月30日	平成32年3月まで(30, 31年度分)

※平成31年5月1日改元予定ですが新元号未定のため「平成」で表記しています

申請方法

保険証、雇用保険受給資格者証および印鑑を持参し、軽減適用申請書を保険年金課へ提出してください。その際、雇用保険受給資格者証の写しをいただきます。

※雇用保険受給資格者証がないと申請できませんので、紛失しないようにしてください。紛失した場合の再発行はハローワークにお問い合わせください。

※この軽減制度に該当されない場合でも、大和郡山市の条例による減免制度の対象となる場合もあります。

国民健康保険税の還付をかたった詐欺にご注意を!

「国民健康保険税を払いすぎているので還付通知を送付したがまだ手続きをしていただいていない。」と口座番号等を聞き出し、ATMで手続きを誘導するような詐欺があります。

市役所では、ATMで還付金を受け取っていただくような事は行っておりません。心あたりのない還付金についての電話があれば、市役所へ確認をしてください。

