10月号

国民健康保険だより

発行／大和郡山市保険年金課 令和８年10月１日

国民健康保険税の特別徴収（年金からの天引き）のお知らせ

特別徴収に今年度から該当する世帯は、これまでは納付書や口座振替でお支払いしていただいていた国民健康保険税を10月より年金から直接お支払いいただくことになります。対象の世帯には、すでに送付しています「国民健康保険税納税通知書」の各徴収月欄にあらかじめ年金から差し引かれる税額を記載していますので、ご確認ください。

特別徴収とは

「特別徴収」とは、国民健康保険税を世帯主が受給している年金からあらかじめ納める方法（天引き）のことです。国民健康保険税を納付書で納付もしくは口座振替で納付する方法を「普通徴収」といいます。

特別徴収に該当する世帯とは

世帯主が国民健康保険に加入している世帯で、次の①～③をすべて満たす世帯が、特別徴収の対象世帯になります。

① 世帯主をはじめ、世帯の国民健康保険加入者全員が、６５歳以上７５歳未満であること
② 世帯主が年額１８万円以上の年金を受給していること
③ 国民健康保険税と介護保険料の合計額が、特別徴収の対象となる年金額の２分の１以下の金額であること

※世帯主以外の人の年金からは、特別徴収は行いません。
※世帯主が年度内に７５歳に到達する場合は、特別徴収対象外です。
※年度途中で税額変更があった場合など、特別徴収に加えて普通徴収でも納付いただく場合があります。
※特別徴収の対象となる年金の種類には優先順位が定められています。

２つ以上の種類の年金をお受給されている場合、その合計額が③の条件を満たしていても、１つの年金だけでみれば③の条件を満たさない場合は、特別徴収に該当しません。

保険税の納付が困難な時は、お早めにご相談ください。



やむを得ない事情により保険税の納付が困難な場合には、分割納付などの相談をお受けします。
滞納のままにせず、お早めに担当窓口までお越しください。
また、滞納をしたままご相談がない場合は、財産の差押等の滞納処分を受ける場合があります。

〈お問い合わせ先〉保険年金課　保険税係　５３－１６４６



大和郡山病院からのお知らせ

健康フェア2026 in 大和郡山病院

10/31（土）

9時～13時

場所：大和郡山病院 1階フロア

入場無料、予約不要！！

ミニ講演 9：30～

- メタボの話（保健師）
- 更年期からの尿トラブル（産婦人科医師）
- 骨盤底筋体操（理学療法士）

計測や相談コーナーもあり

～Special Guest～

奈良県立郡山高等学校合唱部



～ハロウィンイベント～

お菓子つかみ取り

＊お問合せ先＊
大和郡山病院
健康管理センター（看護部）
TEL（0743）53-1111

対象となる節目の年齢の人へ

口腔健診のご案内



対象となる人には、
10月下旬に受診券を送付します。

対象者 令和8年4月1日時点で
40歳、45歳、50歳、55歳、60歳、65歳、70歳の
大和郡山市国民健康保険の被保険者の人

費　用 無料

期　間 令和8年11月1日～令和9年2月28日

場　所 市内各実施歯科医療機関※

※受診できる医療機関は限られます。詳細は10月下旬に届く受診券に同封の案内をご確認ください。

特定保健指導を受けましょう



● 特定保健指導とは ●

特定健診の結果、メタボリックシンドローム又はその予備軍と判定された方を対象に行われる、生活習慣改善のための保健指導です。
自分の健康状態を把握しながら、これまでの習慣を見直す意識と行動が、病気にならないための第一歩です。保健師・栄養士等と一緒にメタボ改善を目指しましょう。

対象者 大和郡山市国民健康保険に加入している方で、
特定健診を受けた結果が、特定保健指導の対象となった方

特定健診を受けると抽選でQUOカードが当たります！

抽選の対象になるには今年度の特定健診を**11月末までに**受診している必要があります。
対象者には条件があります。
詳細は大和郡山市ホームページ（右のQRコード）をご覧ください。

国保加入者限定の健康管理アプリ「kencom」がスタートします！

アプリ内で「大和郡山市国保ポイント」を貯めると、商品券に交換できます！
今なら 新規登録 & 本人確認 で 900 ポイント贈呈！！

1000 ポイント毎に商品券 1000 円分に交換できます。

＼ポイントを貯める方法はとても簡単／

1日の歩数や食事などの記録、健診・保健指導を利用するなどの健康行動で貯めることができます。
項目とポイント数はホームページから！

他にもウォーキングイベントや将来の病気リスクの予測分析をはじめ、他にもいろいろな機能がたくさんあります。



ホームページはこちら →

〈お問い合わせ〉保険年金課 給付係　☎53－1643