

国保だより

－1月・7月の年2回発行－

●「国保だより」のバックナンバーを市のHPに掲載していますのでご覧ください。

福島市 国保だより 検索

福島市国保だより 116号

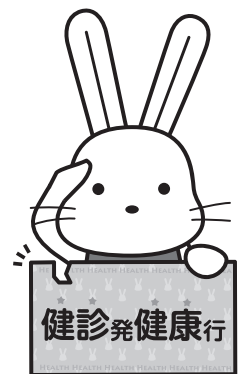
編集・発行
福島市市民・文化スポーツ部
国保年金課

国民健康保険についての
問い合わせは
福島市役所国保年金課へ

TEL 525－3735

TEL 525－3773

国保特定健診



**国保特定健診は、40歳から74歳まで
毎年1回、受けることができます！**

Q. 「特定健診」ってなに？

A. **メタボリックシンドローム**に目を向けた健診です。
生活習慣病やさまざまな病気の**予防、早期発見**につながります。

Q. どんな内容？

A. 問診、身体測定(身長・体重・腹囲)、診察、尿検査、血圧測定、
血液検査(脂質・糖・肝機能、血清クレアチニン、血清尿酸)など
※貧血、心電図、眼底検査は条件に当てはまる方のみ

👉 約1万円の検査が**自己負担なく**受けることができます。

令和8年度

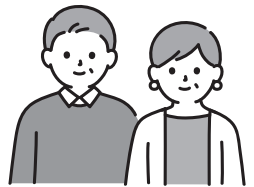
市民検診は10月31日まで！

※乳がん検診・子宮頸がん検診は12月31日まで
(医療機関によって終了日が異なります)

がん検診等各種検診

生涯でがんになる確率(※)

男性
63.3%



女性
50.8%

日本人の2人に1人が一生の間になんかになり、
がんによって男性は**4人に1人**、女性は**6人に1人**が亡くなっています(※)。

がんは、**自覚症状がない早期**に発見し、治療を受けることが重要です！

(※)国立がん研究センターより

👉 対象年齢になったら、
どなたでも受けることができます。

👉 職場等でがん検診を受ける機会がない
方は、市民検診をご利用ください。

詳しくはこちら
「福島市 市民検診」



慢性腎臓病(CKD)を予防しましょう

CKDを予防するポイント

1. 健診を受け、自分の腎臓の値を知る
健診の結果、尿蛋白(+)以上、eGFR60未満の場合は、
医療機関を受診しましょう。
2. 生活習慣を見直す
CKDのリスクを高める要因は、高血圧、糖尿病、肥満、
喫煙、睡眠不足や過労などの身体的ストレス、加齢などです。
3. 適切な治療を受ける
高血圧や糖尿病は腎臓の機能を低下させます。
きちんと治療し、腎臓への負担を減らしましょう。

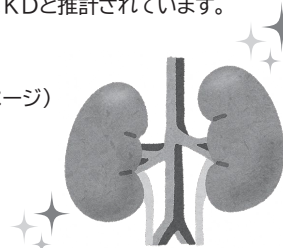
慢性腎臓病(CKD)は、腎臓の働きが徐々に低下していく病気
です。症状が進むと、人工透析や腎移植が必要となります。
日本では成人の約5人に1人はCKDと推計されています。



CKDについて
(福島市ホームページ)



国保栄養相談



【お問い合わせ】健康づくり推進課 検診予防係 TEL 525－7680

使ってみませんか？マイナ保険証

マイナンバーカードを健康保険証として利用することで、毎日の通院やもしもの時がもっと便利になります！
※利用する場合は、情報提供への同意が必要です。

自身のデータに基づいた医療を受けられる*

過去に処方されたお薬や特定健診などの
情報を医師・薬剤師に共有したうえで適切
な医療が受けられます。

よく覚えていないお薬が
あるときに助かるね



高額療養費の限度額を超えた分の支払いが不要に*

「限度額認定証」がなくても限度額を超える
分を支払う必要がありません。

負担が減って助かるわ



医療費控除の申告手続きが簡単に

マイナポータルからe-taxに連携することで
年間の医療費通知情報が取得でき、申告に
必要な情報も自動入力できます。

手続きがとっても楽になったわ



救急時でも安心*

救急隊員が受診歴、処方されたお薬や特定
健診などの情報を閲覧することで、円滑な
搬送先の選定や処置などに活用できます。

いざという時に備えられて安心



『マイナンバーカードの健康保険証利用のメリット』(厚生労働省)より



◀ 詳しくはこちら



【お問い合わせ】国保年金課 国保資格係
TEL 525－3735

地方税統一QRコード(e L-QR)を利用した 国民健康保険税の納付が便利です

納付書に印字された地方税統一QRコード(e L-QR)を利用して、全国の「共通納税」対応金融機関窓口、
スマートフォン決済アプリ、クレジットカードやインターネットバンキングなどで納付することができます。
ご自身に合った納付方法が選べて大変便利です。

※納付書下部に「e L 番号」と「e L-QRコード」が印字された納付書が対象です。

「共通納税」対応金融機関

福島市の全ての金融機関窓口及
び全国の共通納税対応金融機関
窓口で納付することができます。

対応金融機関はこちら



スマートフォン決済アプリ、 クレジットカード、インターネットバンキングなど

スマートフォンでQRコードを読み込み、各種スマートフォン決済アプリ
やクレジットカード、インターネットバンキングなどで納付することがで
きます。
多様な納付手段が利用できますので、
ご自身のライフスタイルに合わせて
ご納付いただけます。

詳しくは地方税お支払サイト



○従来のコンビニ納付・口座振替も引き続き利用できます。

～～国民健康保険税の納付は便利で確実な口座振替で～～

- | | |
|----------|--|
| 1 取扱金融機関 | 東邦銀行、福島信用金庫、みずほ銀行、秋田銀行、荘内銀行、七十七銀行、常陽銀行、
きらやか銀行、北日本銀行、福島銀行、大東銀行、福島県商工信用組合、東北労働金庫、
ふくしま未来農業協同組合、ゆうちょ銀行 |
| 2 申込方法 | 口座振替を希望する金融機関の窓口へ口座振替依頼書を提出
(市内金融機関に備え付けてあります。) |
| 3 必要なもの | ①通帳 ②届出印 ③納税通知書 |

【お問い合わせ】納税課 納税管理係 TEL 525－3717

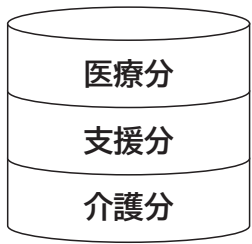
子ども・子育て支援金制度の導入に伴い 令和8年度から国保税の内訳が変わります

■子ども・子育て支援金制度とは

令和8年度から、子どもや子育て世帯への支援を一層充実させるため、社会全体で支え合う新しい仕組みが始まります。これに伴い、国民健康保険においても、保険税とあわせて「子ども・子育て支援金」を納めていただくことになります。

■国保税の内訳

<令和7年度まで>

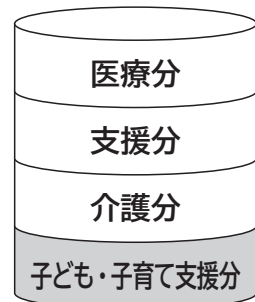


… 国保に加入している方の医療費に充てる費用

… 後期高齢者医療制度を支えるための費用

… 介護保険制度を支えるための費用
(40～64歳の方)

<令和8年度から>



【制度に関するお問い合わせ】

子ども・子育て支援金制度の詳細については、こども家庭庁のホームページをご確認いただくか、コールセンターをご利用ください。



■こども家庭庁コールセンター

◀こども家庭庁HP

0120-303-272

(受付時間：平日9時～18時)

【お問い合わせ】国保年金課 国保資格係

TEL 525-3735

高額療養費制度の自己負担限度額が変わります

令和8年8月診療分より、医療費の自己負担限度額が変わる予定です。

<参考>70歳未満の方

所得区分 【総所得金額等】	過去12か月以内に 1回目から3回目	4回目以降 【年間上限】
ア 上位所得Ⅱ 【901万円超】	270,300円 + (医療費-901,000円)×0.01	140,100円 【1,680,000円】
イ 上位所得Ⅰ 【600万円超 901万円以下】	179,100円 + (医療費-597,000円)×0.01	93,000円 【1,110,000円】
ウ 一般Ⅱ 【210万円超 600万円以下】	85,800円 + (医療費-286,000円)×0.01	44,400円 【530,000円】
エ 一般Ⅰ 【210万円以下】	61,500円	44,400円 【530,000円】
オ 市民税非課税 世帯の方	36,900円	24,600円 【290,000円】

<参考>70歳以上の方

所得区分	外来 (個人ごとに計算)	入院および 世帯ごとの 限度額	4回目以降 【年間上限】
現役並み所得者 【課税所得】	Ⅲ 【690万円以上】	270,300円 + (医療費-901,000円)×0.01	140,100円 【1,680,000円】
	Ⅱ 【380万円以上 690万円未満】	179,100円 + (医療費-597,000円)×0.01	93,000円 【1,110,000円】
	Ⅰ 【145万円以上 380万円未満】	85,800円 + (医療費-286,000円)×0.01	44,400円 【530,000円】
一般世帯	22,000円 (年間21.6万円)	61,500円	44,400円 【530,000円】
低所得者Ⅱ	11,000円 (年間9.6万円)	25,700円	24,600円 【290,000円】
低所得者Ⅰ	8,000円	15,700円	— 【180,000円】

【ご注意ください】

・年間上限額：毎年8月から翌年7月までの累計額に適用されます。

・70歳以上の方：入院時の1か月の支払いは、世帯ごとの限度額までとなります。

※制度の詳細は、窓口や市ホームページで随時更新いたします。最新の内容をご確認ください。

詳しくはこちら▶



【お問い合わせ】国保年金課 総務給付係 TEL 525-3773

高齢受給者証と資格確認書が 一体化されます

令和8年8月1日から、70歳以上の方に交付していた「高齢受給者証」が「資格確認書」と一体化されます。今後は資格確認書に「負担割合」が記載されるため、医療機関の受診はこれ1枚で済むようになります。

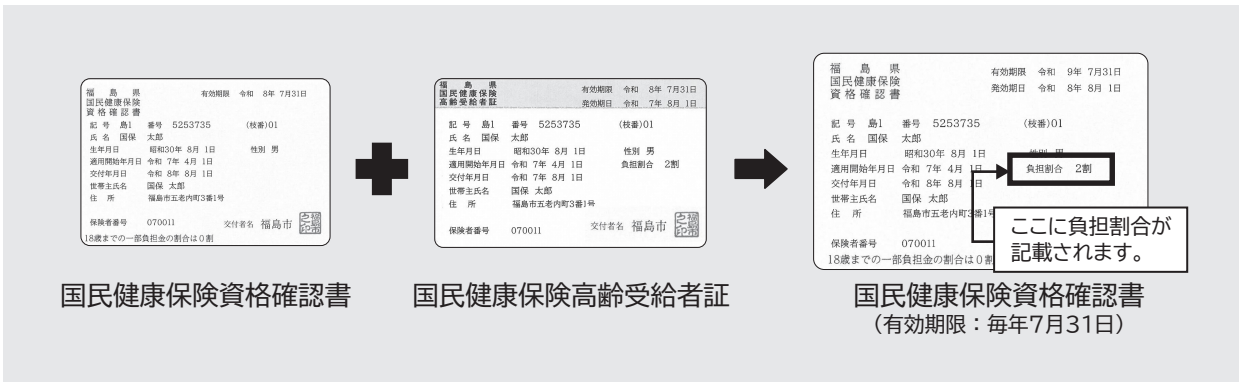
●マイナ保険証をお持ちでない方

新しい有効期限の「資格確認書」を7月下旬に送付します。

●マイナ保険証をお持ちの方(70歳～74歳)

新しい資格確認書の送付(更新)はありません。引き続きマイナ保険証をご利用ください。

なお、ご自身の負担割合などを確認できる「資格情報のお知らせ」を7月下旬に送付します。



国民健康保険資格確認書

国民健康保険高齢受給者証

国民健康保険資格確認書
(有効期限：毎年7月31日)

【お問い合わせ】国保年金課 国保資格係 TEL 525-3735

国民健康保険の加入・脱退は オンライン申請が便利です！

スマートフォン(マイナポータルアプリ対応)やパソコンから、24時間いつでも国民健康保険の加入・脱退の手続きが可能です。

●オンライン申請に必要なもの

※いずれもマイナンバーカードと対応
機器(スマホ・PC)が必要です。

【加入するとき】

健康保険の「資格喪失証明書」

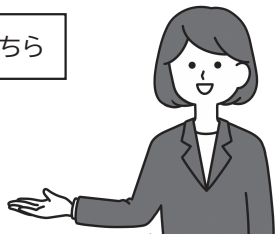
【脱退するとき】

新しい職場の「資格情報のお知らせ」または「資格確認書」

【ご注意ください！】

お勤め先の健康保険に加入した際など、国民健康保険を脱退する時は必ず届出が必要です。自動的に脱退にならず、そのままでは保険税の請求が続いてしまいます。便利なオンライン申請、または窓口での早めの届出をお願いします。

詳しい申請方法はこちら



【お問い合わせ】国保年金課 国保資格係 TEL 525-3735