



国保だより

令和6年7月発行

第90号

受けてるかな？

忘れてないかな？

静岡県の
国保の皆さん！

年に一度の
健康チェック
していますか？



静岡県国民健康保険キャラクター
ヨークンくん

年に一度の健康チェック

特定健診

主なお知らせ

- P4 国民健康保険のお知らせ
- P6 後期高齢者医療制度のお知らせ
- P8 特定健診を受けましょう

沼津市国民健康保険のメール配信サービス
「ぬまづ国保メール」をご利用ください。
登録は市ホームページまたはこちらから▶



国民健康保険のお知らせ



給付係
055-934-4725

8月1日から保険証が変わります

令和6年6月末時点で国民健康保険被保険者証（保険証）をお持ちの人に、7月中旬から下旬にかけて、有効期限を更新した保険証を郵送します。

【新しい保険証について】

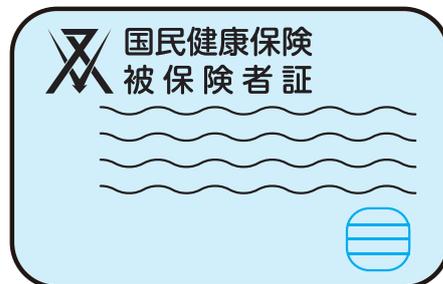
○有効期限は令和7年7月31日までです。

※令和7年7月31日までに75歳になる人や70歳になる人は有効期限が異なります。

○色は藤色です

現在お持ちの保険証（有効期限が令和6年7月31日までのもの）は、ハサミ等で切って破棄するか、国民健康保険課または各市民窓口事務所まで持参してください。

なお、70歳以上の国民健康保険被保険者の人には「被保険者証兼高齢受給者証」が交付されます。ご自身の負担割合が券面上に記載されていますので、確認してください。



給付係
055-934-4725

保険証の廃止について

令和6年12月2日以降、現行の保険証は発行されなくなり、原則、マイナンバーカードを保険証として利用登録し（マイナ保険証）、ご利用いただくこととなります。これから登録をされる人は、下記の登録方法を確認の上、ぜひ登録をお願いします。

【マイナ保険証の登録方法】

	方法	必要なもの
①	医療機関・薬局の受付で行う	マイナンバーカード、4桁の暗証番号（または顔認証）
②	「マイナポータル」から行う	マイナンバーカード、4桁の暗証番号、マイナンバーカードの読み取り対応スマートフォン（または、パソコン+カードリーダー）
③	セブン銀行ATMから行う	マイナンバーカード、4桁の暗証番号

●12月2日以降の保険証の利用について

保険証に記載の有効期限（令和7年7月31日※一部の人を除く）まで使うことができます。

ただし、沼津市外へ転出・社保加入した場合など、保険者が変わる場合はその時点で使えなくなります。

現行の保険証の更新は、今回で最後となります。令和7年8月1日の更新では、マイナ保険証の有無により、下記のいずれかをお送りする予定です。

マイナ保険証をお持ちの人

⇒資格情報のお知らせ（自身の被保険者資格を確認できる書類）

マイナ保険証をお持ちでない人（※）

⇒資格確認書（現在の保険証の代わりとなるもの。提示することで医療機関の受診が可能。）

（※）マイナンバーカードをお持ちでない人や、マイナンバーカードを保険証として利用登録していない人



限度額適用認定証の更新について

限度額適用認定証の有効期限は7月31日までです。

8月以降も引き続き認定証をお使いになる場合は、更新手続きをする必要がありますので、市役所1階国民健康保険課までお手続きにお越しくください。

【手続きに必要なもの】

- 保険証
- 現在お持ちの限度額認定証
- 世帯主及び対象者のマイナンバーが確認できる書類



なお、マイナ保険証（保険証として利用登録済みのマイナンバーカード）をお持ちの人は、マイナ保険証で限度額区分を確認できますので、更新手続きは必要ありません。

※国民健康保険料に未納がある場合、認定証の交付ができません（70歳以上の人を除く）。

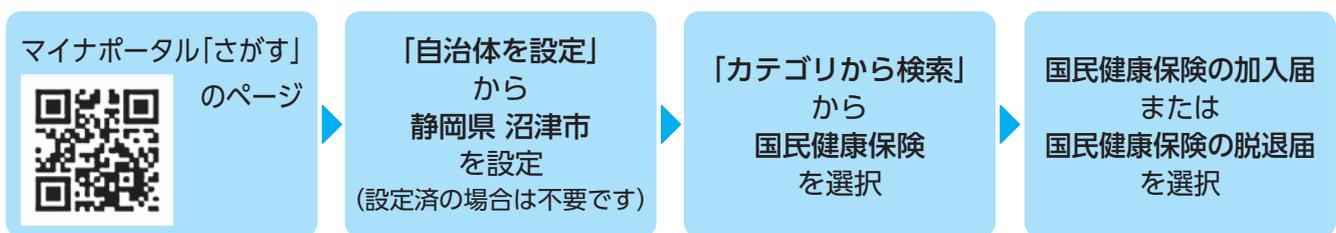
まずは、保険料の納付についてご相談ください。

※世帯主および国保加入者に所得の未申告者がいる場合（給与所得者の被扶養者、年金収入のみの方は除く）、正しい所得区分の判定ができないため、収入の有無にかかわらず市民税の申告をしてください。

加入・脱退手続きが電子申請で行えます

職場等の健康保険に加入したときや、その健康保険を脱退したときは、その事実を証明する書類（保険証、脱退証明書など）をご用意の上、市役所または市民窓口事務所で国民健康保険の手続きをする必要があります。マイナンバーカードを読み取りできるスマートフォンやパソコンがあれば、ぴったりサービス（マイナポータル）から電子申請できますので、窓口で手続きをすることが難しい場合は、こちらをご活用ください。

電子申請にはマイナンバーカードと、数字4桁のパスワード（利用者証明用）、英数字6文字以上16文字以下のパスワード（署名用）の入力が必要です。



その他電子申請が可能な手続き

手続き	担当係	問い合わせ先
産前産後期間の国民健康保険料の軽減措置	賦課係	055-934-4726
非自発的失業者の国民健康保険料の軽減申請	賦課係	055-934-4726
保険料納付済額確認票交付	賦課係	055-934-4726
脳ドック受診費助成の申し込み	給付係	055-934-4725

※電子申請可能な手続きは、順次拡大していく予定です。

令和6年度の国民健康保険料が決まりました

保険料は、次の計算をもとに決めています。(A)+(B)+(C)=年間の保険料となります。

(A) 基礎賦課額 ①+②+③(最高限度額65万円)

医療給付費分の負担額で、国民健康保険に加入する人すべてに賦課されます。

①所得割 前年中の基礎控除(43万円)後の 総所得金額等 ×7.00%	+	②均等割 被保険者1人につき ×25,600円	+	③平等割 1世帯につき16,800円
---	---	--------------------------------------	---	------------------------------

(B) 後期高齢者支援金等賦課額 ④+⑤(最高限度額22万円)

「後期高齢者医療制度」を、世代を超え支援するため、国民健康保険に加入する人すべてに賦課されます。

④所得割 前年中の基礎控除(43万円)後の 総所得金額等 ×2.68%	+	⑤均等割 被保険者1人につき ×12,700円
---	---	--------------------------------------

(C) 介護納付金賦課額 ⑥+⑦(最高限度額17万円)

介護を社会全体で支えるため、国民健康保険に加入する40歳から64歳(※)までの人に賦課されます。

⑥所得割 前年中の基礎控除(43万円)後の 総所得金額等 ×2.27%	+	⑦均等割 被保険者1人につき ×14,200円
---	---	--------------------------------------

※40歳になる月(1日が誕生日の場合はその前月)から65歳になる月の前月(1日が誕生日の場合はその前々月)まで

国民健康保険料の決定通知書を送付します

今年度の国民健康保険料の決定通知書を7月中旬に郵送します。

沼津市の国民健康保険料の普通徴収の納付については、口座振替による納付が原則です。

まだ口座振替の登録をされていない人は、次の方法により口座振替の登録をすることができます。利用可能な金融機関については、お問い合わせください。

① Pay-easy(ペイジー)による申込み

ペイジーは、専用端末に金融機関のキャッシュカードをスキャンし、暗証番号を入力するだけで口座振替登録ができるサービスです。

持ち物：来庁者本人名義の金融機関のキャッシュカード・来庁者の本人確認ができるもの(顔写真付きのもの)・保険証

場所：市役所1階国民健康保険課の窓口

② Web 口座振替サービスによる申込み

パソコンやスマートフォン等からインターネットを利用して口座振替登録ができるサービスです。保険証と口座情報が分かるもの(通帳等)を用意して、操作してください。



←Web口座振替サービスはこちら

③ 金融機関での申込み

持ち物：保険証・通帳・届出印

④ 口座振替申込書(ハガキ)による申込み

国民健康保険料決定(変更)通知書等に同封された口座振替申込書に必要事項をご記入いただき、目隠しシールを貼って、郵便ポストにご投函ください。

保険料の軽減判定の基準を変更しました

1年間の所得が基準額以下の世帯は、国民健康保険料の均等割額と平等割額が減額されます。

世帯主・加入者・特定同一世帯所属者(※1)の令和5年中の所得の合計額	均等割平等割
43万円+(給与所得者等の数(※2)-1)×10万円 以下	7割軽減
43万円+(給与所得者等の数(※2)-1)×10万円+29.5万円 ×被保険者数※3 以下	5割軽減
43万円+(給与所得者等の数(※2)-1)×10万円+54.5万円 ×被保険者数※3 以下	2割軽減

軽減判定所得の計算方法の詳細については、お問い合わせください。

※1 国保から後期高齢者医療制度に移行された人で、移行後も継続して同一の世帯に属している人。

※2 一定の給与所得者と公的年金等の支給を受ける人。

※3 特定同一世帯所属者を含む。

産前産後期間の保険料軽減について

出産する国民健康保険被保険者の産前産後期間の保険料(所得割額・均等割額)が軽減されます。

※令和5年11月以降に出産した人が対象です。

対象者	妊娠85日以降に出産、出産予定の人(死産、流産、早産及び人工妊娠中絶を含む)	
免除期間	単胎妊娠：出産予定月(出産月)の前月から出産予定月の翌々月までの4ヶ月 多胎妊娠：出産予定月の3ヶ月前から出産予定月の翌々月までの6ヶ月	
届出方法・期間	窓口(国民健康保険課・市民窓口事務所)、郵送または電子申請にて、出産予定日の6ヶ月前から出産後	
必要書類	①出産日または出産予定日と出産する人の名前が確認できる書類(母子手帳等)※多胎妊娠の場合には人数分必要です。 ②届出者の本人確認書類(運転免許証等)	 ↑ 郵送先・電子申請について
注意事項	<ul style="list-style-type: none"> ・当該年度における最初の保険料の納期から起算して2年過ぎると軽減できない期間が発生する場合があります。 ・届出できるのは本人又は同じ世帯の方のみです。 	

保険料は期限内に納付してください

- ① 期限に遅れた場合、督促手数料や延滞金が発生することがあります。
- ② 期限に遅れた分割納付を希望する場合、収納係に納付相談の上、納付誓約書を提出してください。
- ③ 期限内に支払えないことを確認するため、分割納付中の人に対しても財産調査を行うことがあります。
- ④ 財産調査の結果、取立可能な財産が発見された場合には、差押等の滞納処分を予告なく執行します。
- ⑤ 期限内に納付がない場合、被保険者証の返還を求め、代わりに「被保険者資格証明書」を交付します。医療機関等への支払は全額自己負担となり、あとで保険給付分を特別療養費として申請できますが、滞納保険料等を控除することがあります。

保険料納期限(口座振替日は保険料納期限と同日です。)

第1期	7月31日	第2期	9月2日	第3期	9月30日	第4期	10月31日
第5期	12月2日	第6期	1月6日	第7期	1月31日	第8期	2月28日

後期高齢者医療制度のお知らせ

75歳以上の人と、一定の障がいがあると認定された65歳以上の人へ

8月1日から後期高齢者医療被保険者証(保険証)が変わります

◇新しい保険証は、7月末までに被保険者へ郵送します。

高齢者医療係
055-934-4728

- 新しい保険証の色は【緑色】です。
- 現在使用されている保険証(藤色)は、8月以降は使用できなくなります。
- 新しい保険証が届いたら、**住所、氏名、生年月日、性別、一部負担金の割合**(1割・2割・3割)を確認してください。
- 一部負担金(医療機関にかかるときの自己負担)の割合は、令和5年1月から12月の所得金額で判定されるので前回と割合が違う場合があります。

保険証の廃止について

令和6年12月2日以降、現行の保険証は発行されなくなり、原則、マイナンバーカードを保険証として利用登録し(マイナ保険証)、ご利用いただくこととなります。

※【マイナ保険証の登録方法】は、2ページを参照ください。

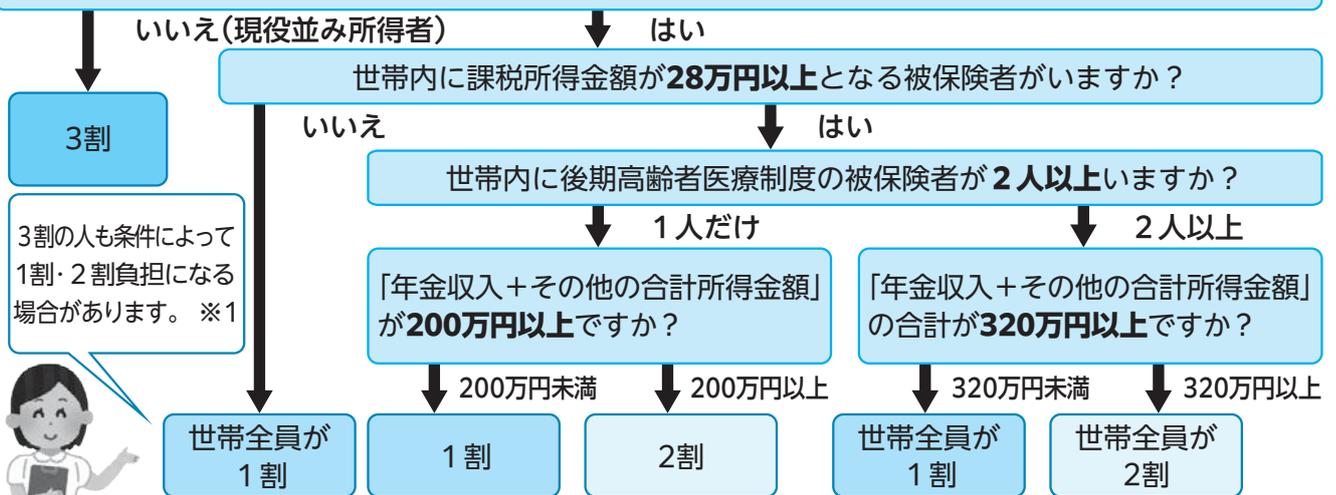
- 今回送付する保険証は令和7年7月31日まで使用できます。
- 現行の保険証の更新は今回の緑色の保険証が最後です。令和7年8月1日の更新では、マイナ保険証の有無により、下記のいずれかをお送りする予定です。

マイナ保険証をお持ちの人：資格情報のお知らせ(自身の被保険者資格を確認できる書類)

マイナ保険証をお持ちでない人：資格確認書(保険証の代わりとして受診できる書類)

一部負担金の割合の判定方法(医療費の自己負担額…1割・2割・3割)

あなたや同じ世帯にいる被保険者の令和6年度住民税の課税所得金額(各種所得控除後の所得金額)がいずれも**145万円未満**ですか？



※1 3割の方で、下表のいずれかに該当する場合は、負担割合は「1割」または「2割」に変更されます。

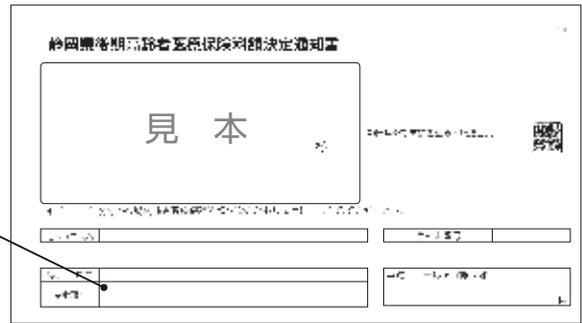
後期高齢者医療制度の被保険者数	3割(現役並み所得者)の対象外となる判定基準
世帯に1人	収入額が383万円未満である
世帯に1人	同じ世帯に70歳～74歳の世帯員がいる場合、その人と本人の収入合計額が520万円未満である
世帯に2人以上	収入合計額が520万円未満である

決定通知書・納付書を8月中旬に郵送します



年金天引き
または口座振替で保険料を納める人

納付書等で保険料を納める人



令和5年の1月から12月までの所得金額に基づいて令和6年度の保険料を決定し、8月中旬に決定通知書を郵送します。既に仮徴収で年金天引きにより保険料を納めている人は、決定した令和6年度保険料全体からこれまでに納めた額(4月・6月・8月の天引き分)を差し引いた額を、10月・12月・2月に年金天引きで納めていただきます。

保険料の決め方

保険料は、被保険者全員が負担する「均等割額」と、個人の所得に応じて負担する「所得割額」を合計して、個人単位で計算します。令和6年度の保険料率等(静岡県内は一律)は、2年に1度の改定の年となり右記のとおりです。

所得割率	9.49% (※1)
均等割額	47,000円

【計算方法】所得割額 + 均等割額 = 年間保険料(賦課限度額73万円(※2))

☆「所得割額」 = (令和5年の総所得金額等 - 43万円) × 9.49%

(※1) (令和5年の総所得金額等 - 43万円)の額が58万円以下の人は軽減用所得割率8.80%を適用。

(※2) 令和7年度は80万円になります。また昭和24年4月1日以降に生まれた人も80万円です。

◇均等割額の軽減内容が変わります

世帯主及びすべての被保険者の総所得金額等の合計	軽減の割合 (参考均等割額)
① 43万円 + (給与所得者等の数 - 1) × 10万円以下のとき	7割 (14,100円)
② 43万円 + (給与所得者等の数 - 1) × 10万円 + (29.5万円 × 世帯の被保険者の数) 以下のとき	5割 (23,500円)
③ 43万円 + (給与所得者等の数 - 1) × 10万円 + (54.5万円 × 世帯の被保険者の数) 以下のとき	2割 (37,600円)
①・②・③ 以外	軽減なし (47,000円)

後期高齢者の健康診査は無料で受けられます

後期高齢者の健康診査は、国民健康保険の特定健診と同じ内容です。健診期間は10月31日までです。詳細は8ページをご覧ください。

また、健康診査を受診し、血糖値や血圧値等において医療機関の早期受診が必要な人には、保健師や看護師等の専門職が家庭訪問をして結果をお渡しします。

特定健診を受けましょう

特定健診は、生活習慣病（糖尿病・高血圧・脂質異常症等）を予防・早期発見するための基本的な健康診査で、自分の健康を知るための大切なバロメーターです。この機会に受診しましょう。

対象

40歳～74歳の沼津市の国民健康保険加入者

沼津市国保以外の方は、加入している健康保険組合等にお問い合わせください。

健診内容	健診料	持ち物
問診、身体計測、血圧・腹囲測定、尿検査（糖・たんぱく・潜血）、血液検査（糖・脂質・肝機能・腎機能等）、心電図、眼底検査等	800円	・令和6年度沼津市健康診査受診券 ・国民健康保険被保険者証（保険証） ※受診券は6月上旬発送済み。 届いていない場合は、保健センターにお問い合わせください。

健診期間：令和6年6月10日(月)～10月31日(木)

健診会場：実施医療機関または集団健診会場

※詳細は6/1号広報ぬまづと同時配布の『特定健診・がん検診のご案内』または市ホームページをご覧ください。

健診のご案内は
こちらから▼



集団健診の申込
はこちらから▼



健診を受けて健康特典を手に入れよう！

①国民健康保険に加入している人へ【特定健診を受診した600名様限定！（先着）】

今年度特定健診を受けた結果や受診券を保健センターに持参すると、ジョイランドグループの『天然温泉ざぶ～ん入浴割引券』をプレゼント。

②20歳以上の人へ（加入している健康保険は問いません）今年度健診（特定健診・がん検診等）を受けた結果や受診券を雄大グループ各店舗に持参すると、『雄大グループで使用できるお食事券』（500円相当）をプレゼント。

給付係

055-934-4725

人間ドックの受診費用を助成します

助成を受けるには次の条件があり、該当者には7月下旬に案内はがきを郵送します。

- 令和5年4月1日以前から受診日まで継続して沼津市の国民健康保険の資格があること
- 令和5年度までの国民健康保険料を完納していること

3万円の助成

令和6年4月1日現在で年齢が30歳以上で令和5年度に1度も病院を受診していない人

2万5千円の助成

令和6年4月2日から令和7年4月1日までの間に、満40・45・50・55・60・65歳になる人

※助成後の検査料は、約1万円です（実施医療機関により異なります）。

受診期間：令和6年8月1日(木)～令和7年3月31日(月)

実施医療機関：案内はがきに掲載しています

脳ドックの受診費用の助成も行っています（申込制）。詳しくは市ホームページでご確認ください。 [沼津市脳ドック](#) 検索