

国民健康保険

届出

加入・脱退（75歳到達による後期高齢者医療制度への移行を除く）・変更の際は、届出が必要です。世帯主は、14日以内に国民健康保険課または最寄りの市民窓口事務所で手続きをしてください。

国民健康保険の給付

国民健康保険は、被保険者の皆さんに次のような給付をしています。

①療養の給付…病気やけがのとき、医療機関等でかかった費用の一部（未就学児は2割、就学後から70歳未満は3割、70歳以上75歳未満（後期高齢者医療制度該当者は除く）は2割（現役並所得者は3割）を支払うことにより、診察などの医療を受けられます。

②療養費…急病で国民健康保険の資格を確認できる書類等を持たずに受診したときの医療費や、補装具などの費用の一部 ※海外療養費…海外で受診したとき（指定用紙がありますので事前にお問い合わせください）。

③高額療養費…1カ月間（同じ月内）の医療費の自己負担額が高額になり、一定の額を超えた場合、その超えた額（ただし室料差額、入院時食事代などは含みません）が申請によりあとから支給されます。

また、あらかじめ国民健康保険課で「限度額適用認定証」の交付を受け、医療機関に提示すると、窓口での負担が自己負担限度額までとなります。

ただし、保険料の滞納があると原則交付できません。

④高額介護合算療養費…医療費・介護費それぞれの自己負担限度額を適用した後、両方を合計した1年間の自己負担が高額となる場合に、定められた年間の自己負担限度額を超えた分が申請によりあとから支給されます。

⑤出産育児一時金…被保険者が出産したとき

※「出産育児一時金の医療機関等への直接支払制度」により、出産育児一時金を国保から医療機関等へ直接支払うため、出産時の支払いが出産費用と出産育児一時金の差額で済みます。医療機関等で手続きをしてください。

⑥葬祭費…被保険者が死亡したとき

⑦特定健康診査・特定保健指導…生活習慣病の予防のため、40～74歳の人を対象に特定健康診査・特定保健指導を行っています（後期高齢者医療制度に加入されている人は同制度の健康診査を受けられます）。

国民健康保険課（給付係） ☎055-934-4725

国民健康保険の保険料

被保険者全員にかかる医療分及び後期高齢者支援金分の保険料と、40～64歳の被保険者のみにかかる介護分の保険料を合計した金額が、加入世帯の保険料となります。

医療分の保険料は、加入している被保険者の所得に応じてかかる所得割と加入しているすべての人にかかる均等割及び世帯にかかる平等割を合計した金額で、後期高齢者支援金分の保険料は、加入している被保険者の所得に応じてかかる所得割と加入しているすべての人にかかる均等割を合計した金額です。また、介護分の保険料は、40～64歳の被保険者の所得に応じてかかる所得割とその被保険者にかかる均等割を合計した金額です。

国民健康保険課（賦課係） ☎055-934-4726



後期高齢者医療制度

対象となる人

- ①75歳以上の人
- ②一定の障がいがあると認定を受けた65歳以上75歳未満の人

保険料

被保険者全員が等しく負担する「均等割額」と被保険者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されます。

保険料の納付方法は原則として年金から徴収（天引き）されますが、申し出により口座振替に変更できます。※年度の途中で75歳になられたときや、他市町村から転入された場合などは、しばらくの間は納付書での納付となります。



後期高齢者医療制度の給付

- ①療養の給付…外来・入院ともにかかった費用の1割～3割(割合は世帯の所得による)を負担することにより、医療を受けられます。
- ②療養費…補装具やマッサージ等の費用の一部が支給されます。
- ③葬祭費…被保険者が死亡したとき、葬祭執行者に支給されます。
- ④高額療養費…1カ月間(同じ月内)の医療費の自己負担額が高額になったときは、一定の額を超えた額が支給されます。
- ⑤高額介護合算療養費…1年間(毎年8月から翌年7月末まで)の医療費と介護費の自己負担額の合計が高額になったときは、申請により一定の額を超えた額が支給されます。

☎国民健康保険課(高齢者医療係) ☎055-934-4728



国民年金

加入者の種類

- ①第1号被保険者：学生・自営業者・無職の人など
 - ②第2号被保険者：厚生年金・共済年金の加入者
 - ③第3号被保険者：②に扶養されている配偶者
- また、次の人は、希望により加入することができます。
- 外国に住む20歳以上65歳未満の日本人
 - 受給資格期間が不足したり、満額の年金額に達しない65歳までの人(65歳まで加入しても、なお期間が不足し、年金を受けることができない場合は、70歳まで加入することができます。昭和40年3月以前生まれに限る)。

こんなときは市民課または市民窓口事務所に届出を

- 就職したとき、退職したとき
- 第3号被保険者が扶養をはずれたとき、または離婚したとき

こんなときは、会社等を通じて年金の手続きを

- 厚生年金保険や共済組合などの加入者の配偶者として扶養されたとき(第3号被保険者該当届)
- 第2号・第3号被保険者が住所変更、氏名変更をしたとき

こんな年金が受けられます

- 老齢基礎年金 / 保険料を10年以上納めた人が65歳から受けられます。
- 障害基礎年金 / 加入中の病気やけがで1・2級程度の障がいの状態になったとき一定の条件で受けられます。20歳前に初診日があり、1・2級程度の障がいの状態である人も障害基礎年金が支給されます。この場合、本人に一定以上の所得があると支給停止されることがあります。
- 遺族基礎年金 / 加入者が亡くなったとき、一定の条件で18歳未満の子のある配偶者または子に支給されます。このほか、寡婦年金、死亡一時金などがあり、条件に応じて支給されます。

☎市民課(国民年金係) ☎055-934-4724

☎沼津年金事務所 ☎055-921-2201

保 健

乳幼児から高齢者まで、各種健康診査や健康教育、健康相談、家庭訪問、栄養相談、予防接種などを行っています。詳細は、保健センター、市民課で配布している「沼津市保健ガイド【子ども】」「沼津市保健ガイド【成人】」、市ホームページをご覧ください。

☎保健センター(健康づくり課) ☎055-951-3480 ☎保健センター戸田分館 ☎0558-94-3970

各種健康診査

| 健診の種類 | 対象者※1 | 検査項目・注意事項 | 健診会場 | 健診料※2 | |
|--------|---------------------------------|--|--------------------------------------|-----------------------|-----------------------|
| 特定健康診査 | 40歳以上の国民健康保険加入者 | 問診、身体測定、血圧・腹囲測定、尿検査、血液検査(血糖・脂質・肝機能等)、心電図、眼底検査等 | 個別：実施医療機関 集団：各健診会場 | 800円 今年度75歳になる人は無料 | |
| 健康診査 | 後期高齢者医療制度加入者等 | | | 無料 | |
| がん等の検診 | 肝炎ウイルス検診 | 過去に受診していない40歳以上の人 | 問診、血液検査 | 1,400円 | |
| | 前立腺がん検診 | 50歳以上の男性 | 問診、血液検査 | 1,000円 | |
| | 大腸がん検診 | 40歳以上の人 | 問診、検便(免疫学的便潜血反応検査) | 500円 | |
| | 胃がん検診 | 35歳以上の人 | 問診、バリウム服用後の胃部レントゲン検査 | 個別：実施医療機関 集団：各健診会場 | 1,400円 800円 |
| | | 昨年度内視鏡検査を受診していない50歳以上の人 | 問診、胃部内視鏡検査・バリウム検査のいずれか | 個別：実施医療機関 | 内視鏡：2,000円 |
| | 乳がん検診 | 昨年度受診していない40歳以上の女性 | 問診、マンモグラフィ検査 | 個別：実施医療機関 集団：各健診会場 | 2,000円 |
| | 子宮頸がん検診 | 20歳以上の女性 | 問診、内診、細胞診 ●体部は医師が必要と認めた場合のみ実施できます | 個別：実施医療機関 | 頸部：1,000円 |
| | | | | 集団：各健診会場 | 頸体部：1,700円 頸部：800円 |
| 肺がん検診 | 40歳以上の人(喀痰検査：50歳以上・喫煙指数600以上の人) | 問診、胸部レントゲン撮影、(喀痰検査) ●結核検診を受けた人は受診できません | 個別：実施医療機関 集団：各健診会場 | 800円 喀痰あり1,000円 | |
| 結核検診 | 65歳以上の人 | 胸部レントゲン撮影 ●事業所・医療機関等で受診する人、肺がん検診を受けた人は受診できません | 集団：各健診会場 | 無料 | |
| 歯周病検診 | 20歳以上の人 | 歯周ポケットの測定、むし歯の有無等、ブラッシング指導 | 集団：各健診会場 | 無料 | |

※1) 対象者の年齢は、令和8年3月31日時点です。

※2) がん等の検診については、70歳以上の方は無料です(胃がんの内視鏡検査を除く)。

※健診日時、会場、予約の有無等の詳細は、広報ぬまづ6月1日号と同時配布の「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。

生活習慣病予防等保健事業

| 事業名等 | 内容 | 対象 | 実施会場 | 申込 | 開催日 |
|-----------|---|---|------------------------|---|--|
| 健康度測定 | 骨密度、体組成（体脂肪率・内臓脂肪レベル・筋肉量・基礎代謝量等）の測定と結果説明を行います。 ※骨粗しょう症の治療中の人は主治医へご相談ください。 | 20歳以上の人 | 保健センター | 要予約 | 月～金 8時30分～17時15分 （祝日は除く） ※開催除外日がありますので、お問い合わせください |
| 生活習慣病栄養相談 | 来所及び電話による生活習慣病予防に関する栄養相談を行います。 対象：糖尿病・脂質異常症・高血圧症・肥満等の心配があり、食事改善を希望する人 | 20歳以上の人 | 保健センター | <ul style="list-style-type: none"> 来所による相談は、要予約 電話による相談は、随時受付 | |
| 健康相談 | 来所及び電話による健康（体とこころ）、禁煙、健診結果等に関する相談を行います。 | 20歳以上の人 | 保健センター及び戸田分館 | | |
| 健康づくり出張講座 | 保健師等が出張し、生活習慣病予防や女性の健康など、健康づくりに関する講話や運動等を行います。詳細は、お問い合わせください。 | 概ね20～64歳の10人以上のグループ・団体 | 市内公民館等 | 開催希望日の1カ月前までにお申し込みください | 申込者が希望する日時 |
| 特定保健指導 | 特定健康診査の結果、腹囲またはBMIと脂質、血糖、血圧が基準値を超えた方に生活習慣改善のための保健指導を行います（脂質、血糖、血圧の服薬者は除く）。対象者には通知を送ります。 | 40歳以上の国民健康保険加入者で、特定健康診査の結果「動機付け支援」「積極的支援」の該当者 | 保健センター（家庭訪問での指導も実施します） | 要予約 | 通知に記載 ※その他日程はお問い合わせください |

高齢者の予防接種

| 定期予防接種 | 対象者 | 接種券発送時期 |
|------------------------|----------|---------------------------------|
| インフルエンザ及び新型コロナ（一部公費負担） | 満65歳以上の人 | 9月末または満65歳の誕生日の数日前 |
| 高齢者肺炎球菌（一部公費負担） | 満65歳の人 | 対象者に随時発送（過去に接種が済んでいる人には送付されません） |

※予防接種対象者には、接種券を個別に郵送します。

※60～64歳の人で国が認める人も対象者になります。接種を希望する人は保健センターにご連絡ください。

※インフルエンザ及び新型コロナの予防接種については、広報ぬまづ9月15日号と同時配布の「インフルエンザ・新型コロナ予防接種のお知らせ」をご覧ください。

福 祉



社会福祉

生活保護の相談や、配偶者等の暴力による被害の相談に応じます。詳細は、P18各種相談の相談一覧をご覧ください。

☎社会福祉課

(生活保護 1・2・3 係) ☎055-934-4822・4823

(生活支援係) ☎055-934-4825・4863

障がい者福祉

身体障害者手帳、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳の申請を受け付けています。受けられるサービスや手当については、障がい福祉課で配布している「福祉サービスのしおり」をご覧ください。市ホームページでもご覧になれます。

☎障がい福祉課 ☎055-934-4829



高齢者福祉

生きがいづくりや介護予防等の事業を実施しています。高齢者やその家族等が抱える様々な心配事、悩み事の相談にも応じます。詳細は、P18各種相談の相談一覧をご覧ください。



☎長寿福祉課 ☎055-934-4834

介護保険

要介護認定の申請を受け付けています。申請の仕方、利用できるサービスについては、介護保険課で配布している「ぬまづの介護保険利用ガイドブック」をご覧ください。市ホームページでもご覧になれます。

☎介護保険課 ☎055-934-4836



沼津市

