ご存じですか？

セルフメディケーション

セルフメディケーションとは、軽度の体調不良などに対して、自分自身で上手にOTC医薬品（市販薬）を使うなどして積極的に健康を管理することです。

※OTCとは「Over The Counter（オーバー・ザ・カウンター）」の略で、カウンター越しに販売される市販薬。

OTC医薬品の種類

要指導医薬品		医療用医薬品から一般用医薬品に移行して間もなくリスクが確定していないため、取扱いに「十分注意を要する」薬です。薬剤師の書面による情報提供が義務となっています。
一般用医薬品	第1類医薬品	副作用、相互作用などで安全性上「特に注意を要する」薬です。薬剤師の書面による情報提供が義務となっています。
一般用医薬品	第2類・第3類医薬品	第2類医薬品は、副作用、相互作用などで安全性上「注意を要する」薬です。薬剤師や登録販売者による情報提供が努力義務となっています。 上記以外の一般用医薬品が、第3類医薬品です。

●「要指導医薬品」以外はインターネット・郵便等を通じて薬局などから購入することもできます。

OTC医薬品によるセルフメディケーションのメリット

- 身近な販売店で薬を入手できる。
- 薬を入手する方法や時間帯が増える。
- 薬剤師の助言が無料で受けられる。
- 医療機関を受診する手間が省ける。
- 医療にかかる費用が抑えられる。
- 自己責任の健康管理の習慣がつく。
- セルフメディケーション税制により、確定申告にて、OTC医薬品購入費用の所得控除を受けることができる。

確定申告において医療費控除を受ける人へ

確定申告等において医療費控除を受けるためには「医療費控除の明細書」の添付が必要となります。富津市国民健康保険が送付する医療費通知（1月～5月受診分は8月末に、6月～10月受診分は1月末に発送）の原本を添付することによりこの医療費控除の明細書中の医療費の明細欄の記入が省略できますが、11月受診分及び12月受診分の医療費通知は3月末の発送となるため、11月受診分及び12月受診分については医療費の領収証により医療費控除の明細書中の医療費の明細欄の記入が必要となります。

また、医療保険から給付される高額療養費は、医療費控除を受ける際の「生命保険や社会保険などで補てんされる金額」に該当します。高額療養費の支給申請の案内は、医療機関からの診療報酬明細書を集計し該当世帯に通知するまでに2か月程度かかり、例えば、12月診療分は2月末頃の発送となります。

他の健康保険に加入した人　国民健康保険脱退の手続きはお済みですか？

協会けんぽや会社の保険組合などの健康保険に加入した場合は、国民健康保険を脱退する手続きが必要となります。この脱退の手続きをしないと国民健康保険税は課税されたままとなります。また、国民健康保険の被保険者証で医療機関にかかった場合には、国民健康保険が負担した医療費を返還していただきます。

勤務先では国民健康保険脱退の手続きはしませんので、右記必要書類を持参して手続きをしてください。

また、世帯主の人は、家族の人が勤務先の健康保険と国民健康保険の資格が重複していないか確認してください。

国民健康保険脱退に必要な書類

- 勤務先から新しく交付された被保険者証
- 国民健康保険の被保険者証
- 本人及び世帯主のマイナンバーのわかる書類
- マイナンバーカード等の本人確認書類

リサイクル適性Ⓐ
この印刷物は、印刷用の紙へリサイクルできます。
VEGETABLE OIL INK

禁無断転載©東京法規出版

国保だより

発　行　富津市役所 市民部 国民健康保険課　電話 0439-80-1271・1254
国保加入状況［令和6年9月1日現在］　6,076世帯／8,866人

第176号
令和6年10月10日発行

令和5年度
国民健康保険事業特別会計

国民健康保険の財政状況をお知らせします

富津市国民健康保険では、糖尿病等の生活習慣病予防のためのメタボリックシンドロームに着目した特定健康診査や、その結果に基づく市の保健師等による特定保健指導等を実施し、生活習慣病の早期発見、早期治療に取り組んでいます。また、国保だよりの発行やホームページによる国保制度の周知、短期人間ドックの費用助成、後発医薬品の利用促進を図るなど、増加し続ける医療費の適正化対策に努めています。

令和5年度の詳しい決算状況は次ページでお知らせしています。

マイナンバーカードが保険証として利用できます

令和6年12月2日以降、保険証の新規発行および再発行が終了します。

医療機関窓口やマイナポータル等で保険証利用登録を行うことで、マイナンバーカードを保険証として利用（マイナ保険証）することが可能です。すでに多くの医療機関で運用が始まっています。

☆現行の保険証は、12月2日以降も有効期限（令和7年7月31日 ※最長）まで引き続き医療機関を受診できます。

※有効期限到達後は、マイナ保険証をお持ちでない方には保険証に代わる「資格確認書」が送付されますので、現行の保険証と同じ御利用方法で引き続き医療機関を受診できます。

☆健康保険の脱退・加入等の手続きは従来どおり必要です。

メリット　マイナ保険証を利用すると

薬剤情報等の提供に同意すると、おくすり手帳を見せなくても過去に処方されたお薬や特定健診などの情報を初診でも医師・薬剤師にスムーズに共有できます。

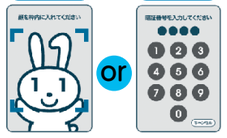
限度額適用認定証がなくても、高額療養費の限度額を超える医療費の支払いが免除されます。

就職や転職により加入している健康保険が変わってもマイナ保険証を提示することで、従来の保険証の交付を待つことなく、医療機関を受診できます。

マイナンバーカードを保険証として利用するためには

利用登録が必要です。利用登録は、
❶マイナポータル　❷セブン銀行ATM
❸カードリーダーが設置されている医療機関・薬局の受付
❹市役所窓口
から行うことができます。

顔認証 or 暗証番号



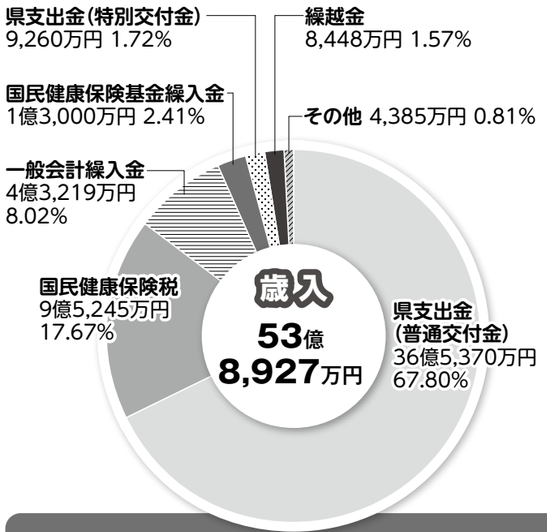
※利用登録には暗証番号が必要です。暗証番号を忘れた場合には再設定が必要ですので、市役所の市民課窓口までお越しください。
※❸カードリーダーが設置されている医療機関・薬局では暗証番号または顔認証により利用登録が可能です。

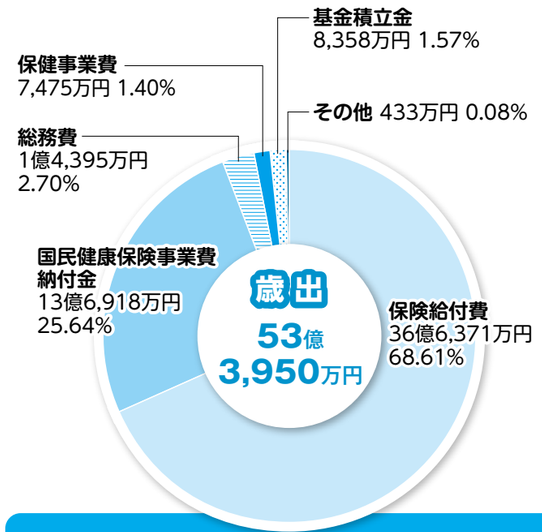
令和5年度 富津市国民健康保険事業特別会計歳入歳出決算の状況

令和5年度は、国民健康保険事業における医療費適正化に向けた取組みが良好であると国から評価され、特別交付金（保険者努力支援分）3,432万円を獲得したことや、みなさまの医療費適正化のご協力もあり、令和5年度の国民健康保険事業特別会計の決算は、歳入総額53億8,927万4,847円、歳出総額53億3,949万9,732円、差引き4,977万5,115円の剰余金が生じました。この剰余金は、令和5年度において超過交付となった国（県）交付金の返還金や、今後の国民健康保険事業運営のための貴重な財源とします。

なお、歳入決算額には前年度繰越金や基金繰入金が、歳出決算額には基金積立金が含まれており、単年度実質収支では8,112万5,376円の赤字となりました。

国民健康保険の加入状況は、令和5年度末で世帯数6,141世帯、被保険者数8,995人で、富津市全体に占める割合は、世帯の34.88%、人口の22.65%となっています。





歳入の項目説明

◉国民健康保険税

▶基礎分（医療分）

医療機関で治療を受けた際に被保険者が自己負担額を支払った残りの医療費に対する保険給付を行うための費用、特定健診等の費用、国民健康保険事業費納付金等を賄うために全被保険者に賦課するものです。

▶後期高齢者支援金分

後期高齢者医療制度を支援するために全被保険者に賦課するものです。

▶介護納付金分

介護保険制度を支援するために40歳以上65歳未満の被保険者に賦課するものです。

◉県支出金

▶普通交付金

保険給付費に係る費用に対して交付されるものです。

▶特別交付金

医療費の適正化に向けた取組に対する交付金や、保険者間の財政力の不均衡を調整するための交付金、市が行う特定健康診査等に要する費用に対して交付されるものです。

◉繰入金

▶一般会計繰入金

国民健康保険を運営するための事務経費、低所得者の保険税軽減費用、出産育児一時金費用額の3分の2などに対する一般会計からの繰入金です。

▶国民健康保険基金繰入金

高額な医療費の発生に対する支出や、歳入不足を補てんするための基金からの繰入金です。

◉繰越金

前年度に発生した剰余金です。

◉その他の収入

督促手数料、国民健康保険税の延滞金、第三者行為や不当利得等による保険給付費の返納金などです。

歳出の項目説明

◉総務費

国民健康保険を運営するための事務経費及び国民健康保険の事務を行う職員の人件費です。概ね一般会計からの繰入金で賄われます。

◉保険給付費

病気やケガ、または出産及び死亡した場合に定められた各種の給付金を支給します。

▶療養諸費

医療機関等の窓口で支払った3割又は2割の自己負担額の残りの7割又は8割の額の保険給付費や、柔整療養費、鍼、灸、あんま及びマッサージに係る療養費、補装具に係る療養費など申請に基づき支給するものです。

▶高額療養諸費

医療機関等の窓口で支払った3割又は2割の1か月の自己負担額が被保険者の所得に応じて定められる限度額を超えた場合、その超えた部分を申請に基づき支給する高額療養費や、1年間の介護サービス費と医療費それぞれの自己負担額を合算した額が限度額を超えた場合に申請に基づき支給する高額介護合算療養費をいいます。

▶その他の保険給付費

被保険者が分娩したときに支給する出産育児一時金や、被保険者が死亡しその死亡した被保険者の葬祭を行った人に支給する葬祭費などです。

◉国民健康保険事業費納付金

国保制度を維持するための、県に支払う納付金です。保険税はこの納付金と市単独事業を賄うために賦課徴収します。

◉保健事業費

特定健康診査、短期人間ドック費用助成など被保険者の健康維持増進のための事業や、医療給付費の適正化のための事業などを行う経費です。

◉国民健康保険基金積立金

高額な医療費の発生など歳入不足を補てんするための基金への積立金です。

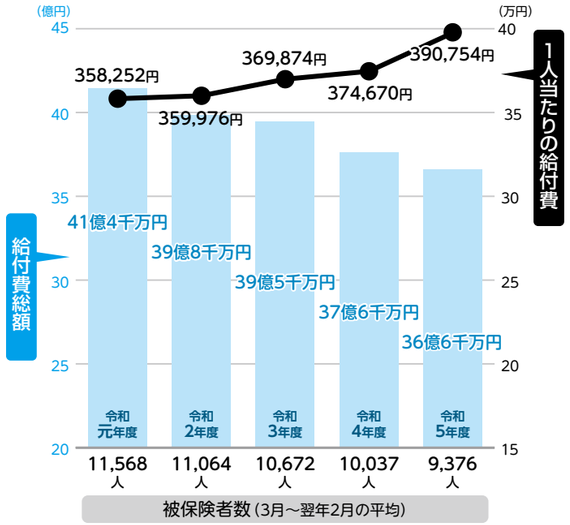
◉その他の支出

過年度収納分保険税の還付金、前年度以前に超過交付を受けた国及び県の交付金の返還金などです。

富津市国民健康保険の給付費の推移

富津市国民健康保険の給付費の推移をみると、被保険者1人当たりの給付費は年々増加しており、5年間で3万2,502円（約9.1%）増加しています。

給付費全体でみると、被保険者の減少により、5年間で約4億8千万円減少しています。



富津市国保　令和5年度の高額な医療費一覧

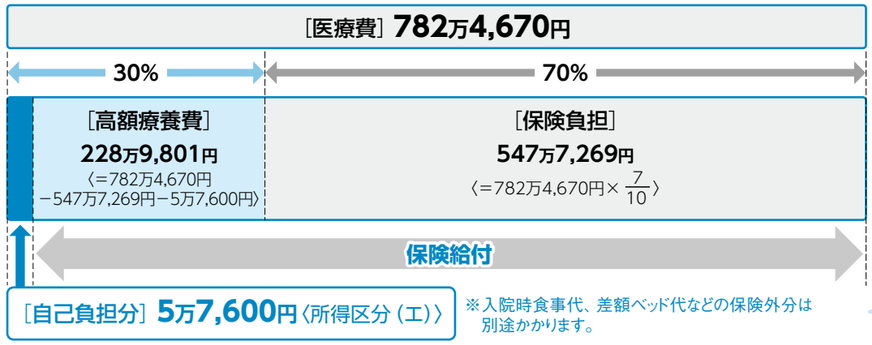
（令和5年4月～令和6年3月審査分）

No.	疾　病　名	医療費
1	TTR家族性アミロイドポリニューロパチー	782万4,670円
2	IC-PC動脈瘤破裂によるくも膜下出血	762万　500円
3	十二指腸乳頭部癌	659万1,310円
4	胸腹部大動脈瘤	648万9,490円
5	亜急性感染性心内膜炎	645万6,350円
6	びまん性大細胞型B細胞性リンパ腫	643万2,150円
7	急性大動脈解離StanfordA	632万2,810円
8	大動脈弁狭窄症	605万8,890円
9	急性骨髄性白血病	539万7,890円
10	骨髄異形成症候群、急性骨髄性白血病、便秘症、血栓塞栓症	510万2,610円
11	大動脈弁狭窄症兼閉鎖不全症	470万3,300円
12	僧帽弁閉鎖不全症	436万5,930円
13	敗血症性ショック	418万　260円
14	くも膜下出血	393万9,700円
15	大腿軟部腫瘍、高カリウム血症	371万4,230円

令和5年度の富津市国民健康保険で、1か月間にかかった医療費が高額となった疾病は、上記の表のとおりです。

最高額の医療費における保険給付の具体例

〈1か月の医療費782万4,670円・被保険者3割負担・区分（エ）〉



※入院時食事代、差額ベッド代などの保険外分は別途かかります。

1か月の医療費が782万4,670円の場合、その3割の234万7,401円が自己負担額となりますが、自己負担限度額を超えた部分（228万9,801円）が高額療養費として保険給付されますので、結果的に5万7,600円の自己負担となります。

※「限度額適用認定証」を提示している場合の高額療養費は、富津市国民健康保険から医療機関に直接支払われます。

このように医療費が高額となったときでも、安心して医療が受けられるように国民健康保険制度があります。富津市国民健康保険では健康診査や人間ドックの費用助成を行っていますのでこれらを積極的に利用し、疾病の早期発見、早期治療に役立て、医療費の削減にご協力ください。

令和6年度 特定健診のラストチャンスです！

問合せ　健康づくり課　☎0439-80-1265

～健康管理のため特定健診は毎年受診しましょう～

健診を受けてからだの状態を知り、生活習慣病を予防していきましょう。治療中の方もみなさん対象です。

健診方法

健診期間	受診料	受診方法
令和6年10月6日(日)　市役所 令和6年10月30日(水)　市民会館 令和6年11月5日(火)　市役所	500円 ※70歳以上の方、市県民税課税者がいない世帯に属する方は無料	予約直通電話　0439-80-1269［平日8:30～17:00］ Web予約 二次元コードもしくは市のホームページからご予約ください 24時間予約可能です ※予約には、受診券が必要となります。受診券がお手元にない場合は健康づくり課にお問い合わせください。

※特定健診受診の際は、引き続き被保険者証を持参していただくようお願いいたします。