



# よなごの国保



## 国民健康保険料を納めましょう！

国民健康保険加入者の皆さんの医療費の約半分は、保険料により賄われています。  
保険料の納期限内納付をお願いします。うっかり忘れることをなくすため、便利で確実な「口座振替」をご利用ください。

一度手続きをされますと、翌年度以降も自動的に継続されます。

手続きは簡単です。次のものをご希望の金融機関、郵便局の窓口にお持ちください。保険年金課でも手続きが出来ます。

- ・ 保険証または納入通知書
- ・ 預金通帳または貯金通帳
- ・ 通帳の届出印

## ● 保険料の納付が困難な方は、保険年金課の窓口でご相談ください ●

病気、失業、事業の廃止等で保険料の納付が困難な場合は減免制度があります。納期分の一括納付が困難な場合は分割納付、納付のために出かけることが困難な場合は訪問徴収も可能です。  
詳しい要件については窓口でご相談ください。

### ◆ もし保険料を納めないでいると..... ◆

納期限を過ぎると

**督促、催告等が行われます** 督促手数料、延滞金がかかってくる場合があります。



**「短期保険証」が交付されます** 有効期限が短くなり、頻りに更新手続きが必要となります。



1年以上滞納すると

**保険証は返還となり「資格証明書」が交付されます** 医療費は全額負担することになります。

特別な事情もなく、納付できない弁明もない場合がこれに当たります。ただし、公費負担医療の対象者及び高校生世代以下の被保険者は除きます。

資格証明書とは、国民健康保険の資格を証明するだけのものです。この場合、全額支払った医療費は、申請されると、後日、本来の自己負担分を除いた額の払い戻しを受けられます。



更に滞納が続いた場合は

**保険給付の一部もしくは全部が差し止めになります。**  
**法律に基づく滞納処分として、預貯金、給与などの「差押」を行う場合があります。**

米子市保険年金課 Tel (0859) 23-5121 (保険証、高額療養費) 23-5124 (納付相談)  
23-5122 (後期高齢者医療、人間ドック) 23-5123 (特別医療)

平成25年9月1日

## 柔道整復師（整骨院・接骨院）のかかり方

療養費の支給はいったんかかった費用の全額を自己負担し、申請して認められた場合に、あとから自己負担分を除いた額が支払われますが、柔道整復療養費の場合は、患者は窓口で自己負担分を支払い、残りの費用は患者に代わって柔道整復師が国民健康保険に請求できる「受領委任」が認められています。ただし、保険適用となるには条件があります。

### 国民健康保険が使える場合

急性又は亜急性の外傷性の打撲・捻挫・挫傷（肉離れなど）・骨折・脱臼  
※骨折・脱臼については医師の同意が必要です。  
（応急手当の場合は、手当て後に医師の同意が必要です。）



### 国民健康保険が使えない場合

日常生活からくる疲労・肩こり・腰痛・体調不良  
スポーツによる筋肉疲労・筋肉痛  
病気（神経痛・リウマチ・五十肩・関節炎・ヘルニアなど）からくる痛み・こり  
脳疾患後遺症などの慢性病  
過去の交通事故等による後遺症  
慰安目的のあん摩・マッサージ代替りの利用



## 柔道整復師にかかる場合の注意

### 負傷の原因を正しく伝えましょう

何が原因で負傷したのかをきちんと話しましょう。外傷性の負傷でない場合や、負傷原因が労働災害に該当する場合又は通勤途上におきた負傷は国民健康保険は使えません。

### 病院との重複受診は国民健康保険扱いきません

同一の負傷について、同じ期間に医師の治療と柔道整復師の治療を重複して受けた場合、原則として柔道整復師の治療費は全額自己負担になります。ただし、負傷の状態の確認のために医師の検査を受ける場合や、投薬のために病院に行くことは可能ですので、このような場合は医師の指示を得てその旨を柔道整復師に申し出てください。

### 療養費支給申請書の内容をよく確認し、必ず自分で署名または捺印しましょう

療養費支給申請書は、受療者が柔道整復師に委任をし、本人に代わって治療費を国民健康保険に請求し支払を受けるために必要な書類です。委任欄に署名する場合は傷病名・日数・金額をよく確認し、署名しましょう。

### 領収書をもらいましょう

領収書は必ずもらいましょう。金額などに相違があれば、保険年金課までご連絡ください。なお、領収書は、医療費控除を受ける際にも必要になりますので大事に保管してください。

### 治療が長引く場合は一度医師の診断を受けましょう

長期間治療を受けても快方に向かわない場合は、内科的要因も考えられますので、一度医師の診断を受けましょう。

# 鍼灸・マッサージ師のかかり方

鍼灸・マッサージ等の施術を国民健康保険で受ける場合は、医師の同意書又は診断書を提出する必要があります。

## ◆鍼灸の施術を受けられる方へ

### 国民健康保険が使える場合

- ・主として神経痛、リウマチ、頸腕症候群、五十肩、腰痛症および頸椎捻挫後遺症等の慢性的な疼痛を主症とする疾患の治療を受けたときに保険の対象となります。

### 治療を受ける場合の注意

- ・保険医療機関（病院、診療所など）で同じ対象疾患の治療を受けている間は、はり・きゅう施術を受けても保険の対象にはなりませんので、ご注意ください。

## ◆マッサージの施術を受けられる方へ

### 国民健康保険が使える場合

- ・筋麻痺や関節拘縮等であって、医療上マッサージを必要とする症例については施術を受けたときに保険の対象となります。

### 治療を受ける場合の注意

- ・単に疲労回復や慰安を目的としたものや、疾病予防のためのマッサージなどは保険の対象ではありませんので、ご注意ください。

### 柔道整復師、鍼灸・マッサージ師の治療内容についてお尋ねすることがあります。

施術日や施術内容について保険年金課より照会させていただく場合があります。受診の記録（負傷部位・治療日・治療内容など）、領収書の保管をしていただき、照会がありましたらご自身で回答書に記入されるようご協力をお願いいたします。

# 健康保険の切替手続

## ①退職等で健康保険がなくなった方の手続き

	手 続 き 等
国民健康保険	国民健康保険の資格は、直前の健康保険が喪失した日まで（最長で2年）さかのぼって資格取得となり、保険料についても、取得日までさかのぼってかかることとなります。 ●届出に必要なもの 健康保険資格喪失証明書、申請者の本人確認ができるもの
健康保険任意継続 職場で加入していた健康保険を申請により2年間に限って継続する方法	●申請できる方 職場の健康保険に2か月以上加入していた方 ●申請期限 退職してから20日以内 ●手 続 き 協会けんぽの健康保険は全国健康保険協会鳥取支部（0857-25-0050）へ、健康保険組合等は各保険者へ。
家族加入の健康保険の被扶養者（協会けんぽの場合）	所得制限等の要件あり。 手続きは、家族加入の健康保険の各保険者へ。

## ②別の健康保険ができた方の手続き

国民健康保険に加入している方が、職場の健康保険に加入したり、家族の健康保険の被扶養者になられたときは、国民健康保険の資格喪失の手続きが必要です。次のものを用意して、保険年金課の窓口で手続きをお願いします。

- 新たに加入した健康保険証(全員分の)
- 国民健康保険証
- 申請者の本人確認ができるもの

# 米子市人工透析患者通院費助成制度のお知らせ

米子市では、次のとおり、人工透析のため通院に要する費用を、申請により助成しています。

## ●対象となる方

米子市に住所があり、前年度の市県民税所得割が非課税世帯の方

## ●対象となる通院費

鉄道・バスなど交通機関の運賃等で、外来の通院費のみとなります。  
(自家用車・タクシーを利用の場合は、路線バスの運賃に相当する額)

## ●助成額

月額 2,000円 (通院費が月額2,000円に満たない場合はその額)

## ●申請の時期

4月～9月分の通院費については9月末までに、10月～翌年3月分の通院費については3月末までに、それぞれ申請してください。

## ●申請に必要なもの

- ・ 特定疾病療養受療証
- ・ 健康保険証
- ・ 印章 (ゴム、スタンプ印は不可)
- ・ 申請者の預金通帳など金融機関等がわかるもの

## ●申請及びお問い合わせは

市役所保険年金課医療給付係 (本庁舎1階6番窓口) TEL 23-5123  
又は 淀江支所 地域生活課

**ご注意ください**

## 不審な電話や還付金詐欺事件が多発しています！

全国各地で市区町村、社会保険事務所(年金事務所)の職員を装い、医療費の還付があるなどと言ってATMを操作させて、お金を振り込ませる事例が多数発生しています。

- ❗ 還付金の支払をATM(現金自動預け払い機)で行うことはありません。
- ❗ 不審な電話がありましたら、表紙に記載している電話番号で保険年金課にご確認ください。