

よなごの国保

保険料の納付は口座振替で!!

普通徴収の納付方法は、「口座振替」でお願いしています。口座振替は、うっかり納め忘れがなく、納付場所へ行く手間がはぶけ、とても便利です。口座振替の手続きをされていない方は、この機会に口座振替をお願いします。

お申し込みの手続き

キャッシュカードによる手続き（ペイジー口座振替受付サービス）

専用端末機に金融機関のキャッシュカードを通し、暗証番号を入力すれば手続きは完了です。

口座届出印の押印が不要で、口座振替開始までの期間が短縮できます。

【申込場所】 市役所本庁保険課（1階7番窓口）又は淀江支所地域生活課

【手続きに必要なもの】

- ・口座振替を希望される口座のキャッシュカード。ただし、法人カード、代理人カード、生体認証ICキャッシュカード等、一部利用できないカードがあります。
- ・手続きされる方の本人確認書類（保険証、運転免許証等）
- ・納入通知書

【ご注意】

- ・キャッシュカードによる手続きは、口座名義人ご本人が窓口で手続きしていただく必要があります。

口座振替依頼書による手続き

【申込場所】 口座振替を希望される金融機関（口座振替が利用可能な金融機関に限ります。）

【手続きに必要なもの】

- ・口座振替を希望される金融機関の通帳（利用可能な口座種別に限ります。）
- ・通帳お届け印
- ・納入通知書

口座振替が利用可能な金融機関

山陰合同銀行、鳥取銀行、米子信用金庫、島根銀行、中国労働金庫、中国銀行、ゆうちょ銀行、鳥取西部農業協同組合（※）、商工組合中央金庫米子支店、鳥取県信用漁業協同組合連合会（口座振替依頼書による手続きのみ対応の金融機関）

商工組合中央金庫米子支店、鳥取県信用漁業協同組合連合会

※鳥取西部農業協同組合のキャッシュカードによる手続きは、10月以降取扱いができるようになります。

利用可能な口座種別

普通預金、当座預金、通常貯金、普通貯金

米子市保険課 Tel(0859) 23-5121(高額療養費等)

23-5122(保険証、後期高齢者医療等)

23-5407(人間ドック、医療費通知等)

23-5124(納付相談等)

23-5129(口座振替等)

令和元年9月1日

接骨院・整骨院(柔道整復師)のかかり方

医療機関を受診するように、接骨院・整骨院での施術も国民健康保険証を使用することができます。ただし、使用できる場合が限定されていますので、ご注意ください。

国民健康保険が使える場合	打撲・ねんざ・挫傷(肉離れなど) 脱臼・骨折(応急手当を除き、脱臼・骨折の場合は医師の同意が必要)
国民健康保険が使えない場合の例 (全額自己負担)	単なる肩こりや筋肉疲労 スポーツや部活動に伴うからだのケア 脳疾患後遺症、リウマチなどの慢性病 症状の改善がみられない長期の施術 医療機関で同じ負傷等の治療中のもの

施術を受ける時の注意点

- ・ 負傷の原因を正しく伝える
- ・ 請求内容(負傷原因・負傷名・日数・金額など)をよく確認し、必ず自分で療養費支給申請書に署名する
- ・ 領収書をもらう(医療費控除を受ける際に必要です)
- ・ 症状が長引く時は、別の病気かもしれません。医療機関を受診しましょう。

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となりませんので、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》

皆さまの保険料をムダにしないため、医療費の適正化に取り組んでいます。

このため、施術を受けられた方に負傷原因、施術部位や回数などの照会をさせていただくことがあります。照会状が届いたら、施術を受けられた方が記入して、ご回答ください。

国民健康保険医療費についてのお知らせ(医療費通知)について

令和元年7月に平成31年1月から3月受診分の医療費通知をお送りしました。

医療費通知については、医療費に要した費用等を通知して医療費について考えていただくためにお知らせするものです。また医療費通知は、確定申告の医療費控除の資料としてお使いいただく事もできます。しかし医療

費通知を作成するためのデータの都合上、10月から12月受診分の医療費については、確定申告の期間までに医療費通知をお届けすることができません。そのため10月から12月受診分の医療費については診療を受けた医療機関の領収書を元にご申告をお願いいたします。

なお、医療費通知につきましては、再発行をいたしておりませんので、ご容赦下さい。

医療費控除につきましては、医療機関の領収書でご申告いただけますので、大切に保管いただきますようお願いいたします。

※米子市国保医療費のお知らせについては、3ヶ月ごとに送付しております。

会社等を退職したときは健康保険の切り替え手続きが必要です

会社等を退職した場合は、必ず他の健康保険へ加入する手続きを行う必要があります。

国民健康保険へ加入する場合は、下記のものをお持ちになり、忘れずに届出をしましょう。

健康保険は自動的に切り替わることはありませんので、ご注意ください。

- ・職場で加入していた健康保険の資格喪失証明書（原本）
- ・個人番号カード又は通知カード
- ・窓口にお越しいただく方の本人確認書類（運転免許証等）

会社等の健康保険に加入したときも届出が必要です

国民健康保険に加入中の方が、就職などにより職場から健康保険の保険証を受け取った場合は、必ず国民健康保険を脱退する届出が必要です。

職場の健康保険へ加入しても、自動的に国民健康保険を脱退することにはなりません。

国民健康保険を脱退する届出をしていただくことにより、健康保険の切り替えが完了となります。下記のものをお持ちになり、忘れずに届出をしましょう。

- ・職場の健康保険証（保険証が変わった方全員分）
- ・国民健康保険証（保険証が変わった方全員分）
- ・個人番号カード又は通知カード
- ・窓口にお越しいただく方の本人確認書類（運転免許証等）

※脱退の手続きをされないと、職場の健康保険と国民健康保険の両方に加入している状態になり、保険料が二重に請求されることになってしまいます。

交通事故などにあつたとき(第三者行為)

交通事故や暴力行為など、第三者（加害者）の行為による治療に米子市国民健康保険（国保）を使う場合は、保険課への届出が必要です。

第三者の行為の場合、加害者が責任に応じて医療費の全額を負担することが原則ですが、国保を使うことにより加害者が負担すべき医療費を国保が一時的に立て替え、あとで国保が給付した医療費を加害者へ請求（求償行為）いたします。

届出をしないまま加害者から治療費を受け取ったり、示談を済ませてしまうと、国保が支払った医療費を加害者へ請求できなくなることがあります。

その場合、国保が支払った医療費は被害者の方から返還していただくこととなります。

交通事故などで治療を受ける場合は、保険課にご相談・届出をお願いいたします。

後期高齢者医療制度の方も交通事故などの第三者行為が原因で治療を受ける場合は、保険課へ届出をしてください。

保険料を納めましょう

“保険料は国保の大切な財源です!”

保険料は、国保加入者の皆さんが、病気やケガなどで医療機関を受診された医療費に充てられる大切な財源です。健康を守り、医療を保障する国民健康保険を安定的に運営するために、保険料は納期限内に納めてください。

もし保険料を納めずにいると???

納期限を過ぎると?



督促状の送付:保険料とは別に督促手数料が加算されます。
※納期限の翌日から納付日までの期間に応じて延滞金が加算されることがあります。

まだ納付がないと?



催告等の実施:文書、電話、訪問による催告を行うことがあります。
差押(滞納処分):財産(預貯金、給与等)の差押をすることがあります。

さらに納付がないと?



短期被保険者証の交付
通常の保険証より有効期限が短く、更新手続きは窓口となります。

それでも納付がないと?



被保険者資格証明書の交付
保険証を返還していただき、「被保険者資格証明書」を交付します。
※資格証明書で受診された場合、医療機関の窓口で、一旦、医療費の全額(10割)を自己負担していただきます。

最終的には!

保険給付の一部または全部が差し止めになります。

※保険料の納付が困難な方は、納付相談をしてください。

米子市国民健康保険第2期データヘルス計画から

地域の特性やレセプトデータ、特定健康診査データなどから分析した結果で、健康課題を次のとおりまとめました。

【生活習慣病に関して】

生活習慣に起因した疾病の医療費が高く、なかでも循環器系のものが入院、外来ともに上位にあります。生活習慣病予防の推進が必要です。

【健診・保健指導に関して】

健診受診率は国や県の平均よりも低い状況です。潜在的に生活習慣病を発症している可能性もあると考えられるので受診者の拡大に努め、リスクの高い人には早めのアプローチが必要です。

【重症化予防に関して】

透析治療にかかる患者一人当たりの医療費は高額で、医療費増加の要因となっています。糖尿病性腎症の重症化予防の取り組みを推進する必要があります。

今後、特定健康診査や特定保健指導、糖尿病性腎症重症化予防プログラム事業に力を入れ、生活習慣病の発症予防や重症化予防の取り組みに力を入れていきます。

詳しくは米子市ホームページをご覧ください。 <http://www.city.yonago.lg.jp>