

こくほだより

巽橋

特定健康診査のご案内	2
特定健康診査を受診された方へ	3
新しい生活スタイル健康ポイント	5
各種検診等のご案内	6
コロナとこころの健康	8

京都市国民健康保険について

・令和3年度国民健康保険事業予算について	9
・令和3年度の保険料について	10
・令和3年度の保険料の特徴	11
・保険料の減額制度について	13
・京都市国保の現状など	16
柔道整復師(整骨院・接骨院)のかかり方等について	17
介護保険からのお知らせ	20

京都市国民健康保険



京都市
CITY OF KYOTO



京都市は持続可能な開発目標(SDGs)を支援しています。

特定健康診査のご案内

ご注意



- 小学校や区役所・支所等で実施する集団健診は実施しません。
- 新型コロナウイルス感染拡大状況により、健診を休止する場合があります。
- 発熱等で体調のすぐれない方は、健診の受診をお控えください。
- 健診の受診時には、マスクの着用をお願いします。

下記の2つの方法から、年度中**1回に限り**受診できます。

1 個別健診 (約800箇所の指定医療機関で受診いただけます。)

受診料金 500円 (65歳以上の方は**無料**)

受診方法 指定医療機関に
直接電話等で予約し、受診してください。

本来、約10,000円
かかる健診を左記の料金で
受診いただけます。

2 人間ドック

受診料金 10,500円～13,830円

受診方法 健診機関に直接電話等で予約し、受診してください。

※健診機関ごとに定員があります。受付は先着順で、定員に達した時点で
予約終了となります。(6/1予約開始)

個別健診の指定医療機関、人間ドックの健診機関一覧は京都市ホームページでもご確認ください。



特定健康診査のご案内(受診券、受診の手引き、受診票)は、4月の下旬にみなさまのご自宅に送付しております。

受診券の再交付について

「受診券」を紛失された方には、申請をしていただくことで、再交付いたします。受診券の再交付の申請は、京都市のホームページから可能です。
※受診券の再交付を申請される場合は、お手元に受診券が無いかどうか再度確認していただきますようお願いいたします。



制度概要に関するお問合せ先

京都いつでもコール

TEL : 075-661-3755 / FAX : 075-661-5855

おかけ間違いのないよう、ご注意ください。

事業担当課

京都市保健福祉局 生活福祉部保険年金課

TEL : 075-213-5862 / FAX : 075-213-5857

特定健康診査を受けただけで満足していませんか？

結果に基づいて、生活習慣を改善したり、医療機関を受診して、あなたの健康を守りましょう！

健診結果をもう一度見直してみましょう

異常なし

これからも
毎年健診を受け、
ご自身の健康状態を
確認しましょう。

要指導

生活習慣の改善を
要する検査項目が
あります。
食習慣・運動習慣等
を見直しましょう。

要医療

健診結果をお持ちの上、
早めに医療機関を
受診しましょう！

※受診は保険診療扱いになります。

要指導・要医療

と書かれており、下記の対象の方は…

特定保健指導を利用しましょう！

対象

腹囲

男性：85cm以上
女性：90cm以上

または

BMI

25以上



血糖・血圧・血中脂質・喫煙の
リスクが重複している

※糖尿病・高血圧症・脂質異常症で服薬中の
場合は対象になりません。

内容

医師・保健師・管理栄養士等が、
あなたの健康状態や生活スタイルに合わせた
生活習慣の改善をサポートします。

5年後、10年後も、より健康であるために
一緒に取り組んでみませんか？

★対象の方は特定健康診査を受けられた診療所・病院で
ぜひご利用ください。（無料です）



ホームページで特定保健指導の
レポートを掲載中♪

京都市 特定保健指導レポート

検索



要医療と書かれている場合は…

医師の診察を受ける 必要があります!

症状がなくても

身体は我慢強くできています。なにも症状がなくても、早めに医療機関を受診しましょう。

放置すると…

適切な治療を始めなければ、知らぬ間に悪化していきます。
早期発見・早期治療により、症状の悪化を防ぐことができます。



上手な受診の仕方

医療機関のかかり方

1 かかりつけ医に 相談しましょう。

かかりつけ医とは、身近で、健康のことを相談できる医師のことです。かかりつけ医を持つようにしましょう。

2 かかりつけ医を お持ちでない場合

- ・健診を受けた医療機関
- ・家から近く行きやすい医療機関

診察の結果、もし、専門医の診察や治療が必要な場合も、医師が適切なところを紹介してくれます。

受診時の持ち物

- ☐ 健康保険証
- ☐ 健診結果
- ☐ 血圧手帳(お持ちの場合)
- ☐ お薬手帳(お持ちの場合)

お薬手帳は1つにまとめましょう。お薬の重複や、相互作用などに気づくことができます。お薬アレルギー等についても記載しておくとう安全です。

- ☐ メモ①(家で書いていく)
今までにかかったことのある病気や、医師に聞きたいことなどをメモしていきましょう。

- ☐ メモ②(白紙で持っていく)
大切なお身体のことです。医師に言われたことを忘れないようメモしましょう。

これで安心!



～生活習慣病重症化予防対策事業～

保険年金課では健診後の受診勧奨を行っています

健診結果のうち、**血糖・血圧・腎機能**に係る項目が「要医療」と判定されたにも関わらず、医療機関を受診していない方を対象に、**受診をお勧めするお手紙を送りしています**。また、必要に応じて保健師が電話や訪問をすることがあります。

令和
3年度

健康ポイントで

健康と プレゼントを 手に入れよう!



まずは/健康ポイント手帳
いきいきアプリを入手しよう!



ここから
ダウンロード!



いきいきアプリ



ポイント
手帳は

京都市内の区役所・支所(健康長寿推進課)、
老人福祉センター、地域介護予防推進センター等で
配布中!!



※写真はイメージです。
(左上 ©京都市メディア支援センター、
右下 ©(公財)京都市都市緑化協会、
右上 ©AID/amanaimages)

1 健康づくり活動に 取り組む

取組例

- 毎日からだを動かす
- 野菜を食べる
- 健康診断を受ける
- 地域の活動に参加 など

2 締切までにポイントを 貯める

チャンスは
4回

応募締切(当日消印有効)

- 第1回目 2021年 7月31日(土)
- 第2回目 2021年 9月30日(木)
- 第3回目 2021年 12月31日(金)
- 第4回目 2022年 2月28日(月)

3 50ポイント貯まれば 応募!

応募資格

京都市内在住、在勤、
在学の方で、年齢制限は
ありません。

※ポイントが貯まれば締切前でも
応募できます。

抽選で/
プレゼントが
当たる!



弘のええとこどり
焼肉弘
堪能セットハーフ



©KYOTO.P.S.

Jリーグ 観戦チケット
京都サンガF.C.



パーフェクト
サントリービール
(350ml×24本)



ミツバチみっちゃん
グッズ詰合せ

プレゼント例



お問合せ先

京都市保健福祉局 健康長寿のまち・京都推進室 健康長寿企画課

TEL 075-222-3419 FAX 075-222-3416

詳しくはホームページを
ご覧ください。

(健康長寿のまち・京都)



京都市で実施している各種検診等のご案内



ご注意

- 新型コロナウイルス感染拡大防止のため、各種検診等を中止している場合があります。
- 発熱等の症状で体調のすぐれない方は検診等の受診をお控えください。

肝炎ウイルス(B型・C型)検査

対象 肝炎ウイルス感染に不安のある市民

実施会場 協力医療機関

※協力医療機関へ
直接電話でお申し込みください。

京都市情報館 肝炎ウイルス検査

検索

※ホームページをご覧になれない方は、各区役所・支所健康長寿推進課までお問合せください。



検査方法 血液検査

料金 無料

持ち物 保険証や免許証等、住所が確認できるもの

お問合せ先

左記協力医療機関 または、
TEL: 075-661-3755
京都いつでもコール
おかけ間違いのないよう、ご注意ください。

歯周疾患予防健診 (40, 45, 50, 55, 60, 65, 70歳の方)

指定医療機関ステッカー



京都市では、**歯周病(歯周疾患)の早期発見**のために「京都市歯周疾患予防健診」を実施しています。

対象 京都市内にお住まいの**40, 45, 50, 55, 60, 65, 70歳**の方(健診当日の満年齢)

内容 問診、歯科健診(歯周病、むし歯など)、
健診結果に基づく歯科保健指導

実施日 各指定医療機関の診察日
(電話等で事前予約をしてください。)

料金 500円 ※免除の規定あり
(詳細は、各区役所・支所健康長寿推進課までお問合せください。)

持ち物 保険証や免許証等、
年齢の確認できるもの

実施場所 指定医療機関

※指定医療機関は、京都市ホームページに掲載されています。

京都市情報館 歯周疾患予防健診

検索



※ホームページをご覧になれない方は、各区役所・支所健康長寿推進課までお問合せください。

お問合せ先

上記協力医療機関 または、
TEL: 075-222-4420
FAX: 075-222-3416

保健福祉局
健康長寿企画課
健康長寿推進第三担当

- 歯周病は、ご自身では気づきにくい病気です。また、糖尿病や肥満、肺炎などの全身疾患に関連します。
- お口の健康は、健康長寿の入り口です。本健診を活用し、歯周病の早期発見と予防に努めましょう。
- 対象年齢以外の18歳以上の方や妊娠中の方は、各区役所・支所保健福祉センター健康長寿推進課の「成人・妊婦歯科相談」をご利用ください。



京都市青年期健康診査 (18～39歳の方の健康診査)

対象 職場等で健診を受ける機会のない
18～39歳^{※1}の市民(学生不可)

実施期間 令和3年4月26日～令和4年3月31日

料金 500円(免除の規定あり^{※2})

検査項目 問診、身体計測、診察、血圧測定、
血液検査、尿検査

実施場所 指定医療機関(病院・診療所)

※指定医療機関は、京都市ホームページに掲載されています。

京都市情報館 青年期健康診査

検索



※ホームページをご覧になれない方は、
各区役所・支所健康長寿推進課までお問合せください。

利用するに当たっては、事前に下記いずれかの方法で、「受診券交付申請」が必要です。

- 区役所・支所健康長寿推進課健康長寿推進担当の窓口(持ち物: 本人確認書類)
- 京都いつでもコール(ホームページ、電話、FAX)

(※1) 昭和57年4月1日以降生まれで、受診日現在18歳以上の方に限る。(※2) 生活保護受給証明書の提出により料金免除。

お問合せ先

TEL: 075-661-3755
FAX: 075-661-5855
京都いつでもコール
おかけ間違いのないよう、ご注意ください。

食と健康情報は、「京・食ねっと」ホームページで絶賛配信中!

このステッカーが
目印です



京・食ねっと

検索



- 健康に役立つお店「食の健康づくり応援店」[※]の登録店舗情報
- 季節の簡単レシピ ● 各種講習会(区役所・支所等) など

※食の健康づくり応援店って!?

「野菜たっぷり」「塩分ひかえめ」メニューを提供しているお店、「エネルギー表示」「食物アレルギー表示」をしているお店を紹介しています。お店選びの際にはぜひ参考にしてください。



運動で、こころもからだもリフレッシュ

ヘルスパ21ではあなたの健康づくりを応援します。



京都市健康増進センター

利用時間

火曜日～土曜日 9:30～21:00 (20:20受付終了)
日曜日及び祝日 9:30～17:00 (16:20受付終了)

休館日

月曜日(ただし7月・8月は月曜日も営業)、
6月第4火曜日～木曜日、年末年始

施設 利用料金

ご利用施設	一般	京都市国民健康保険被保険者
プール・ トレーニングルーム	1,150円	1,100円
プール (15歳以上)	940円	890円
プール (15歳未満)	420円	370円
トレーニングルーム	620円	570円



※京都市国民健康保険被保険者の方は、
初回ご利用時に必ず保険証をご提示く
ださい。

※65歳以上の方、障害者手帳をお持ち
の方は利用料金が割引になります。

※お得な定期券もあります。

「いきいき筋トレ」ボランティアになりませんか？

高齢者筋力トレーニング普及推進ボランティア養成講座のご案内

① 講座の内容は？

運動プログラム「京(今日)から始めるいきいき
筋力トレーニング」(＝いきいき筋トレ)、「京
ロコステップ+10」の運動実技と高齢者の健
康づくりについての知識などを学んでいただ
きます。

② 参加できるのは？

講座終了後、地域で「い
きいき筋トレ」(＝いきいき筋力
トレーニング)、「京ロコ
ステップ+10」の普及推
進活動ができる中高年
の方。

③ どんなボランティア活動をするの？

講座で学んだことを生かして、地域
の高齢者の集まりなどで自主的に普
及推進ボランティア活動をしていただ
きます。

「いきいき筋トレ」等には
次のような効果があります

- 筋力やバランス能力を高め、ロコモティブシンドロームを予防します。
- 脂肪の燃えやすい体をつくります。
- 足腰を強くし、転びにくい体をつくります。
- 関節への負担を少なくして、膝や股関節などの変形性関節症を予防します。

お問合せ先

京都市健康増進センター「ヘルスパ21」

TEL : 075-662-1300 / FAX : 075-662-2055

<http://healthpia21.net/>

〒601-8441 京都市南区西九条南田町1-2 ※駐車場完備(100円/30分、1日最大700円)



新型コロナウイルス感染拡大に伴い、施設が閉館している場合がございます。
施設の開館状況については、施設にお問合せください。

コロナとこころの健康

新型コロナウイルス感染症の流行は、わたしたちの生活、そして、こころとからだの健康にまで影響を及ぼしています。ウィズコロナの時代を生きるわたしたちは、ストレスをためこまず、変化にうまく対応していけるといいですね。

● 信頼できる情報を得よう

日々、コロナ関連の様々な情報が報道されています。
信頼できる情報を選択すること、不安になる時には情報から離れることも必要です。

● 生活リズム

在宅勤務、外出の機会が減ることがあっても、今までと同じ生活リズムを心がけましょう。
■朝早くに起床することが、心地よい睡眠のための第1歩となります。
■食事は規則正しく摂りましょう。朝食も大切です。



● 気分転換

密にならずにできるリラックス、気分転換をいくつか見つけられるといいですね。
■好きな音楽を聴く、読書をする、映画を観る
■ストレッチでからだを動かす など

● 人とのつながり

人との会話、楽しい会食の機会も減っています。以前のようなリアルなつながりがもうすぐ持てることを期待して、今は電話やSNS、テレビ電話などを活用しましょう。そして困りごとなどは一人で悩まず、身近な家族や友人、必要なら専門家に、まずは相談してみることをおすすめします。

どこに相談してよいかわからないときに…

相談窓口のご案内

● 全国共通の相談窓口等



よりそいホットライン

☎ 0120-279-338

- 年中無休・24時間
- 電話、FAX、チャットやSNSによる相談にも対応しています

webはこちら

<https://www.since2011.net/yorisoi/>



法テラス・サポートダイヤル

TEL : 0570-078-374

- 平日9～21時、土曜日9～17時
- メールは24時間受付
- 法的トラブルの解決に役立つ法制度や、相談窓口のご案内

webはこちら

<https://www.houterasu.or.jp/>



金融サービス利用者相談室

TEL : 0570-016-811

- 平日10～17時
- 電話、FAX、Web、文書(郵便)による相談にも対応

webはこちら

<https://www.fsa.go.jp/receipt/soudansitu/>



子供のSOSの相談窓口

- 受付時間や相談日等は、実施団体によって異なります

webはこちら

https://www.mext.go.jp/a_menu/shotou/seitoshidou/06112210.htm



DV相談+(プラス)

☎ 0120-279-889

- 電話・メール：24時間受付
- チャット：12:00～22:00
- 電話、メール、チャットによる相談に対応しています

webはこちら

<https://soudanplus.jp/>



厚生労働省SNS相談

- 受付時間や相談日等は、実施団体によって異なります

webはこちら

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/hukushi_kaigo/seikatsuhogo/jisatsu/soudan_sns.html



厚生労働省支援情報検索サイト

- 悩み別、方法別、地域別に相談窓口を検索できます

webはこちら

<http://shienjoho.go.jp/>



● 京都市こころの健康増進センター こころの健康に関する相談電話

相談電話



TEL : 075-314-0874

● 平日9～12時、13～16時

おはなし



自死遺族・自殺予防 こころの相談電話
きょう こころ ほっとでんわ

TEL : 075-321-5560

こころまる

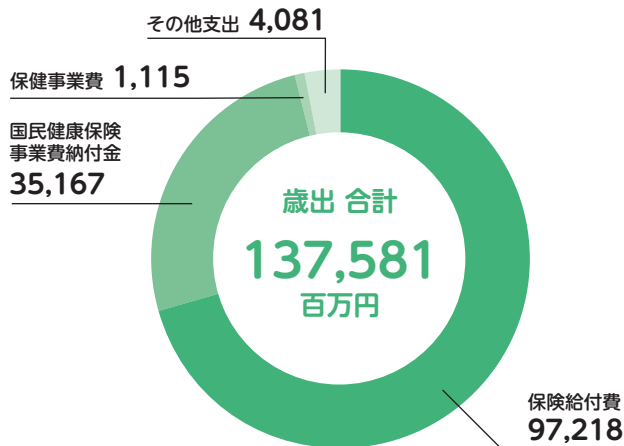
ほっとでんわ
24時間相談
実施中!

1

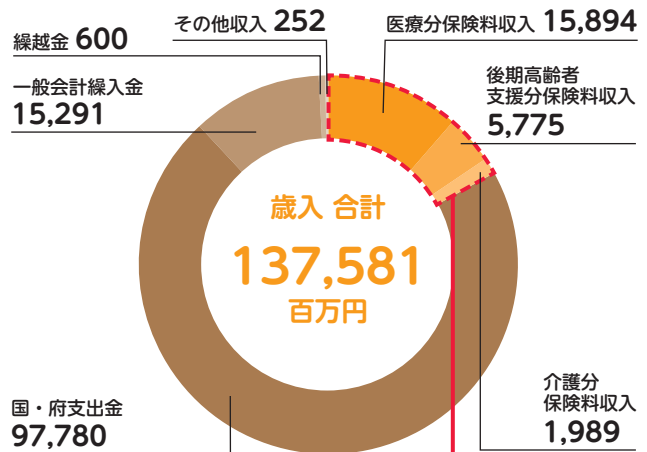
令和3年度国民健康保険事業予算について

●令和3年度予算状況(単位:百万円)

歳出



歳入



※国保財政においては、上の円グラフのように皆さまに納めていただく保険料が大切な財源となっています。納め忘れのないよう、納期限内に納めていただきますようお願いいたします。

歳出の用語解説

保険給付費	被保険者の皆さまが病気やケガをしたとき、医療機関の窓口で医療費の一部(一部負担金)を支払うことにより、治療を受けることができます。国保から支払われる残りの費用や出産育児一時金などが保険給付費です。
国民健康保険事業費納付金(納付金)	府は府内全体で必要となる医療費を、国からの公費や市町村から徴収した納付金により賄うこととなります。市町村は、府が市町村ごとの医療費水準や所得水準に基づき算出した納付金を納めます。
保健事業費	特定健康診査・特定保健指導など被保険者の皆さまの健康の保持・増進のための費用です。

歳入の用語解説

医療分保険料収入	被保険者の皆さまから納付していただいている保険料で、被保険者の皆さまの医療費を賄うために必要となる納付金(医療分)などに充てています。
後期高齢者支援分保険料収入	被保険者の皆さまから納付していただいている保険料で、後期高齢者医療制度を支援するために必要となる納付金(後期分)に充てています。
介護分保険料収入	介護保険第2号被保険者(40～64歳の方)から、医療分保険料と後期高齢者支援分保険料に加えて納付していただいている保険料です。介護保険制度に係る保険給付費などの一部を賄うために必要となる納付金(介護分)に充てています。
国・府支出金	国と府からの市町村への補助金などです。市町村が支出する保険給付費に対しては、府から保険給付費等交付金が交付されます。
一般会計繰入金	一般会計繰入金には、法令に基づき、軽減した保険料額に応じて一般会計から国民健康保険事業特別会計に繰入れを行う「保険基盤安定分」と、京都市独自に、被保険者の保険料負担を軽減するため繰入れを行う「財政支援分」があります。 令和3年度予算額：保険基盤安定分 88億82百万円 財政支援分※ 64億 9百万円 ※京都市民1人あたり約4,400円の支援をいただいていることになります。
繰越金	前年度からの繰越金です。

② 令和3年度の保険料について

● 保険料について

下表の「保険料率」に基づき算定します。

令和3年度保険料率 (令和3年度分の保険料納入通知書は6月中旬にお送りいたします。)

	医療分保険料	後期高齢者支援分保険料	介護分保険料
	全ての世帯に賦課される保険料です。		40歳から64歳の方（介護保険第2号被保険者）がおられる世帯に賦課される保険料です（医療分・後期高齢者支援分に加えて賦課されます。）。
1 平等割	1世帯について 16,490円(※1)	1世帯について 6,000円(※1)	介護保険第2号被保険者がおられる1世帯について 4,750円
2 均等割	1人について 24,360円	1人について 8,870円	介護保険第2号被保険者1人について 9,410円
3 所得割	世帯員各々の [令和2年中の総所得金額等(※2) － 基礎控除43万円(※3)]の合計 × 7.56/100	世帯員各々の [令和2年中の総所得金額等(※2) － 基礎控除43万円(※3)]の合計 × 2.83/100	介護保険第2号被保険者各々の [令和2年中の総所得金額等(※2) － 基礎控除43万円(※3)]の合計 × 2.53/100
4 最高限度額	63万円	19万円	17万円

(※1) 平等割の軽減(P.14参照)が適用される世帯の平等割額は、医療分8,250円(半額世帯)又は12,370円(4分の1減額世帯)、後期高齢者支援分3,000円(半額世帯)又は4,500円(4分の1減額世帯)となります(介護分保険料については、軽減措置はありません。)

(※2) 総所得金額等とは、地方税法上の総所得金額(収入金額から必要経費を引いた額。社会保険料控除などの各種所得控除前)のほか、山林所得、土地・建物の譲渡所得(特別控除後)、確定申告又は住民税申告をした株式譲渡所得、配当所得なども含まれます(退職所得は除く)。

(例) ● 事業所得…[事業収入金額]－[必要経費]

● 給与所得…[給与支払額]－[給与所得控除]－[所得金額調整控除]

● 年金所得…[支払年金額]－[公的年金等控除]

※非課税所得(障害年金、遺族年金等)は総所得金額等には含まれません。

(※3) 合計所得金額*が2,400万円を超える場合、合計所得金額に応じて以下のとおり基礎控除額が43万円から段階的に引き下がります。

● 合計所得金額2,400万円超～2,450万円以下：29万円

● 合計所得金額2,450万円超～2,500万円以下：15万円

● 合計所得金額2,500万円超：0円

*合計所得金額とは、「総所得金額等」から以下の額を控除する前の金額です。

● 純損失や雑損失の繰越控除

● 譲渡損失の繰越控除

● 土地・建物の譲渡所得に係る特別控除

■ 上表の医療分保険料、後期高齢者支援分保険料及び介護分保険料それぞれの**1 2 3**を合計したものが1年間分の保険料となります。ただし、それぞれについて**4**の額(最高限度額)を超える場合は、**4**の額が1年間分の保険料となります。

■ 保険料の納付義務者は原則として、世帯主となります。世帯主が国保から後期高齢者医療制度へ移行し、国保被保険者でない世帯主になった場合でも、残りの国保被保険者にかかる保険料を、国保被保険者でない世帯主に納めていただくことになります。

3 令和3年度の保険料の特徴

● 一般会計からの繰入れなど可能な限り財源確保をしたことや、保険料徴収への皆さまのご理解・ご協力により保険料率を昨年度と同率に据え置きました!!

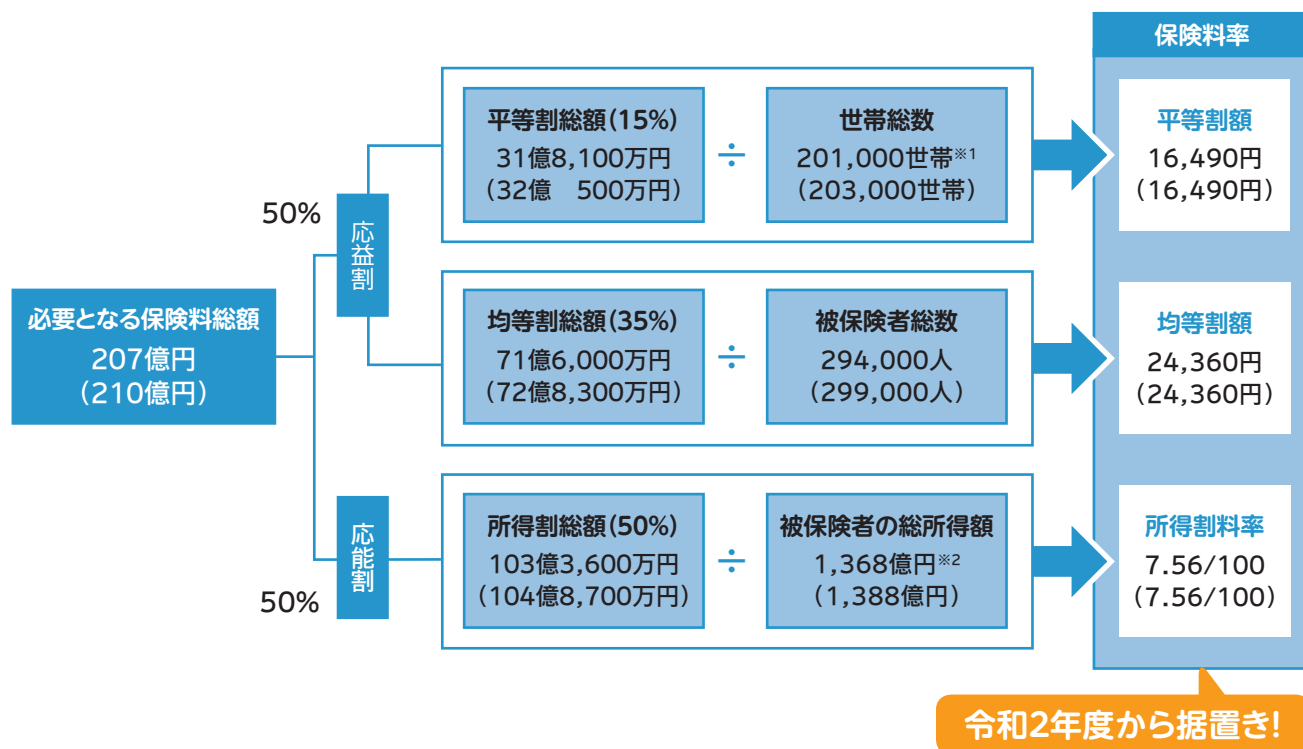
国民健康保険は、基本的に医療費などの50%を国・府の補助金などで、残りの50%を保険料で賄う制度となっています。

また、被保険者の皆さまの保険料額を算定する基礎となる「保険料率」については、下図のとおり、制度運営を行っていくうえで「必要となる保険料総額」を、世帯ごとに負担いただく平等割、被保険者数に応じて負担いただく均等割、所得に応じて負担いただく所得割に按分したうえで、「世帯総数」、「被保険者総数」及び「被保険者総所得額」で割ることにより算出することとなっています。

このため、医療費の増加に伴い「必要となる保険料総額」が増加すると保険料率も基本的には上昇することとなります。

しかしながら、令和3年度においては、本市財政が危機的な状況にある中、コロナ禍における被保険者の皆さまへの影響も考慮して、令和元年度決算で発生した実質累積黒字6億円を繰越金とし令和3年度当初予算の財源に活用するうえ、一般会計からの多額の繰入れ(=税金の投入)を実施することにより、保険料率を令和2年度と同率に据え置いています。

● 令和3年度医療分保険料率算定方法



※1 平等割の軽減措置が適用される世帯数を考慮して算定する。

※2 総所得金額等から基礎控除額43万円を控除した額の合計

(保険料が最高限度額を超える分に係る所得を除く。
合計所得金額が2,400万円を超える場合、合計所得金額に応じて基礎控除額が43万円から逡減。))

※3 カッコ内は令和2年度の数値

● 保険料率及び1人当たり保険料

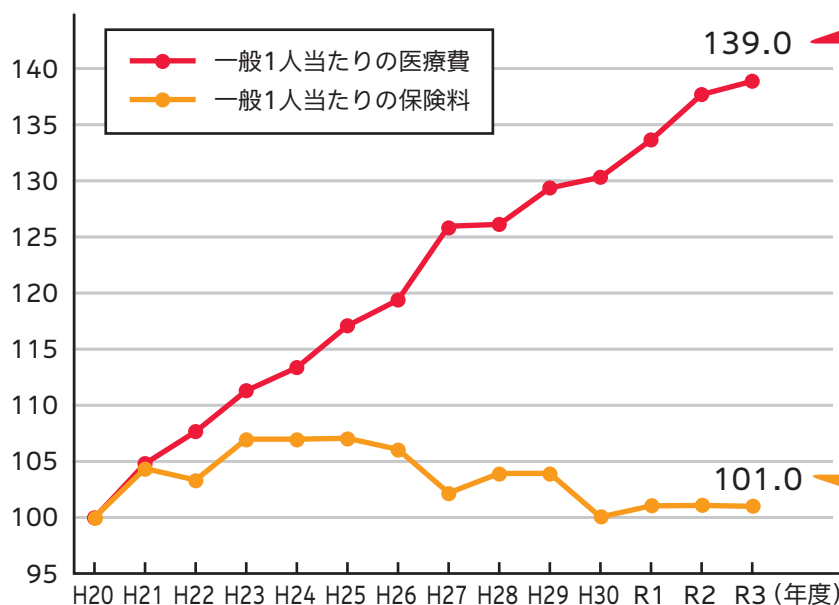
保険料率の据置を実施!!

		保険料率			1人当たり保険料		
		令和2年度	令和3年度	増△減	令和2年度	令和3年度	増△減
医療分	平等割	16,490円	16,490円	0円	55,100円	55,097円	△3円
	均等割	24,360円	24,360円	0円			
	所得割	7.56%	7.56%	0pt			
後期高齢者 支援分	平等割	6,000円	6,000円	0円	20,032円	20,030円	△2円
	均等割	8,870円	8,870円	0円			
	所得割	2.83%	2.83%	0pt			
介護分	平等割	4,750円	4,750円	0円	21,381円	21,247円	△134円
	均等割	9,410円	9,410円	0円			
	所得割	2.53%	2.53%	0pt			
医療分+後期分+介護分					96,513円	96,374円	△139円 ※

※被保険者の所得減少の影響により、1人当たり保険料は減少しています。

(保険料率は据え置いているため、所得が前年と同額であれば保険料も同額になります。)

● 医療費と保険料の推移 (平成20年度を100とした場合)



医療費は増加傾向

本来であれば、医療費の増加分を賄うため、保険料負担も増加します。

保険料増加を抑制!

本市では、被保険者の皆さまの負担を増やさないようにするため、一般会計からの多額の繰入れ(=税金の投入)による支援を行い、保険料の増加を抑制しています。

※令和元年度までは決算数値、2年度以降は予算数値

4 保険料の減額制度について

● 保険料の法定減額制度について

世帯全員の令和2年中の所得※1の合計が下表の基準金額以下の場合、令和3年度保険料の平等割と均等割が減額されます。世帯の中に本市が所得を把握できない方がいる場合は、所得の申告をしていただく必要があります(下記「所得の申告にご協力を」参照)。

	基準金額	減額割合※4	備考
7割減額	43万円 + 10万円×(給与所得者等の数※3 - 1)	(平等割・均等割の) 7割	減額後の保険料で計算した保険料納入通知書を送付します。
5割減額	43万円 + (28万5千円×被保険者数※2) + 10万円×(給与所得者等の数※3 - 1)	(平等割・均等割の) 5割	
2割減額	43万円 + (52万円×被保険者数※2) + 10万円×(給与所得者等の数※3 - 1)	(平等割・均等割の) 2割	

(※1) 法定減額適用に係る判定の際の「所得」は、次の点が所得割算定の際の所得と異なります。

- 被保険者でない国保上の世帯主の所得も判定に含まれます。
- 事業収入の場合、青色専従者及び事業専従者控除は必要経費に含まれません。
- 給与収入の場合、専従者給与額は含まれません。
- 公的年金収入の場合、昭和31年1月1日以前生まれの方は、公的年金等控除に加え、さらに15万円を控除します(なお、この15万円の控除は保険料の所得割額を算出する際に用いる総所得金額等からは控除されません。)
- 土地、建物等の譲渡所得は、譲渡所得に係る特別控除を差し引く前の金額となります。

(※2) 「被保険者数」は、賦課期日現在(4月1日。年度の途中で新たに国保に加入された世帯は本市国保の適用開始日)における人数です(法定減額適用に係る判定の際の「被保険者数」には国保から後期高齢者医療制度へ移行した方も含みます。)

(※3) 「給与所得者等の数」は、一定の給与所得者(給与収入55万円超)又は公的年金に係る所得を有する者(公的年金等の収入金額60万円超(65歳未満)又は125万円超(65歳以上))の人数です(国保から後期高齢者医療制度へ移行した方も含みます。)

(※4) 平等割の軽減措置(半額又は4分の1軽減。P.14参照)が適用される世帯は、軽減措置適用後の平等割からさらに法定減額(7割、5割又は2割)が適用されます。

後期高齢者医療制度への移行に伴う特別措置について

これまで法定減額が適用されていた世帯について、世帯主又は世帯員の一部が国保から後期高齢者医療制度に移行したことによって世帯の国保被保険者数が減少しても、国保から後期高齢者医療制度へ移行した方の所得及び人数を含めて法定減額の判定を行うことによって、これまでと同様の法定減額が適用されます。

所得の申告にご協力を

本市国保において令和2年中の所得が把握できない方に対しては、所得についてお尋ねするために、国民健康保険用の所得申告書をお送りしていますので、必ず期限までに申告してください。申告がなければ、法定減額及び条例減免ができるかどうかの判定ができませんのでご注意ください。

● 法定減額制度の所得基準金額の見直しについて

働き方の多様化を踏まえ、働き方改革を後押しする等の観点から、税制改正が行われ、令和2年中所得から適用されます。

税制改正の影響による不利益が生じないように法定減額制度の所得基準額の見直しが行われています。

なお、この見直しにより、これまで法定減額を受けられなかった世帯についても法定減額が適用される場合があります。

減額区分	令和2年度	令和3年度
7割減額	33万円	43万円 + 10万円×(給与所得者等の数- 1)
5割減額	33万円 + (28万5千円×被保険者数)	43万円 + (28万5千円×被保険者数) + 10万円×(給与所得者等の数- 1)
2割減額	33万円 + (52万円×被保険者数)	43万円 + (52万円×被保険者数) + 10万円×(給与所得者等の数- 1)

世帯人数別法定減額基準金額

	世帯人数	7割減額	5割減額	2割減額
令和2年度	1人	330,000円	615,000円	850,000円
	2人		900,000円	1,370,000円
	3人		1,185,000円	1,890,000円



	世帯人数	7割減額	5割減額	2割減額
令和3年度	1人	430,000円	715,000円	950,000円
	2人		1,000,000円	1,470,000円
	3人		1,285,000円	1,990,000円

※給与所得者等の数が2人以上いる場合は、上表の額に「10万円×(給与所得者等の数- 1)」を加算した額が、法定減額の対象となる所得基準金額となります。

※4人世帯以上の基準金額については、住所地の区役所・支所保険年金課(京北地域にお住まいの方は、京北出張所保健福祉第一担当)までお問合せください。

● 平等割の軽減措置について

世帯主又は世帯員の一部が国保から後期高齢者医療制度へ移行したことにより、単身世帯(国保被保険者が1人のみの世帯。以下「国保単身世帯」といいます。)となる世帯は、最大で5年間、医療分保険料と後期高齢者支援分保険料の平等割額が半額に軽減されます(介護分保険料の半額措置はありません。)

また、上記の半額措置が終了する世帯については、引き続き最大3年間、医療分保険料と後期高齢者支援分保険料の平等割額の4分の1に相当する金額が軽減されます。

なお、国保単身世帯であるかどうかは、世帯の国保被保険者が後期高齢者医療制度へ移行した時点又は賦課期日(4月1日)現在で判定されます。

- 年度途中で世帯の国保被保険者が後期高齢者医療制度へ移行し、国保単身世帯になった場合は、その日の属する月以降の保険料に適用されます。
- 保険料の法定減額が適用となる世帯は、平等割軽減措置適用後の金額からさらに法定減額(7割, 5割又は2割)が適用されます。
- 国民健康保険の世帯構成を変更した場合、平等割の軽減措置が適用されないことがありますので、ご注意ください。

● 非自発的失業者への保険料等の軽減制度について

世帯内に、離職した方*で次のア又はイに該当する方がいる場合には、離職した日の翌日の属する月から翌年度末までの間、対象者の前年の給与所得を30 / 100とみなして、①国民健康保険料を計算するとともに、②高額療養費等の限度額区分の判定を行います。

軽減措置を受けるには届出が必要です。届出に際しては、ハローワークが発行する雇用保険受給資格者証を必ずご持参ください。

ア 特定受給資格者

倒産、解雇等の理由により再就職の準備をする時間的余裕がなく離職を余儀なくされた方
(雇用保険受給資格者証の離職理由欄：11、12、21、22、31、32)

イ 特定理由離職者

期間の定めのある労働契約が更新されなかったことその他やむを得ない理由により離職した方
(雇用保険受給資格者証の離職理由欄：23、33、34)

*離職日時点で、65歳以上の方は、軽減措置は受けられません。ただし、条例減免を受けられる場合がありますので、お早めにご相談ください。

● 保険料の条例減免について ～条例減免は申請が必要です～

令和2年中の所得が一定基準以下であり、退職・事業の倒産などにより令和3年中の見込所得が大幅に減少する世帯、又は火事などの災害にあわれた世帯で、保険料の納付が困難な場合は、申請により保険料の減額等が受けられる場合があります。

この制度は、原則保険料が賦課された後の最初の納期内に申請がないと、保険料の全額を対象とした減額はできませんので、お早めにご相談ください。

なお、減額が適用される場合、減額決定月以降の「各納期ごとの納付額」を減額し、保険料年額が減額決定後の額となるように調整を行います。

第10期の納期限を過ぎると、保険料の減額はできません。また、過年度分保険料については、賦課された後の直後の納期内に申請がない限り、減額はできません(賦課の期間制限が適用される保険料は、納期内の申請であっても減額できません。)

● 減免申請期限の特例措置について

6月中旬に令和3年度保険料の納入通知書を送付しますが、送付直後の区役所・支所の窓口は大変混雑することが予測されます。

そのため、令和3年度も新型コロナウイルス感染症の拡大防止のための特例措置として、年間の保険料(第1期分から第10期分までを対象)の減免申請期限を従来の申請期限(7月31日まで)から8月31日(火)へと1箇月延長します。混雑を避けてご相談ください。

また、減免申請に必要な資料は本市ホームページからダウンロードすることが可能です。郵送での減免申請が可能な場合もありますのでご相談ください。

令和3年度についても新型コロナウイルス感染症特例減免を実施します!

新型コロナウイルス感染症の影響により、①世帯主等の生計維持者が重篤な傷病を負った又は死亡した場合、また、②世帯主等の事業等の収入が前年と比較して3 / 10以上減少した場合(その他所得要件あり)は、申請により特例減免が受けられる場合があります。

詳しくは、令和3年度保険料の納入通知書にてお知らせしますので、ご確認ください。

「旧被扶養者」に係る保険料の減免について

75歳に到達する方等が、被用者保険から後期高齢者医療制度へ移行することにより、その方に扶養されていた65歳以上の方が国保被保険者となった場合(以下「旧被扶養者」といいます。)、旧被扶養者にかかる保険料について、当分の間(ただし、均等割及び平等割については旧扶養者に該当した日の属する月以降2年を経過する月まで)、減免(①所得割:免除、②均等割:半額、③平等割(旧被扶養者のみで構成されている世帯のみ):半額)が受けられます。この減免を受けるためには、必ず申請が必要です。

適用要件

- ①国民健康保険の資格取得日において、65歳以上である。
- ②国民健康保険の資格取得日の前日において、被用者保険の被扶養者であった。
- ③資格取得日において、被用者保険の被保険者本人が、後期高齢者医療制度の被保険者となった。

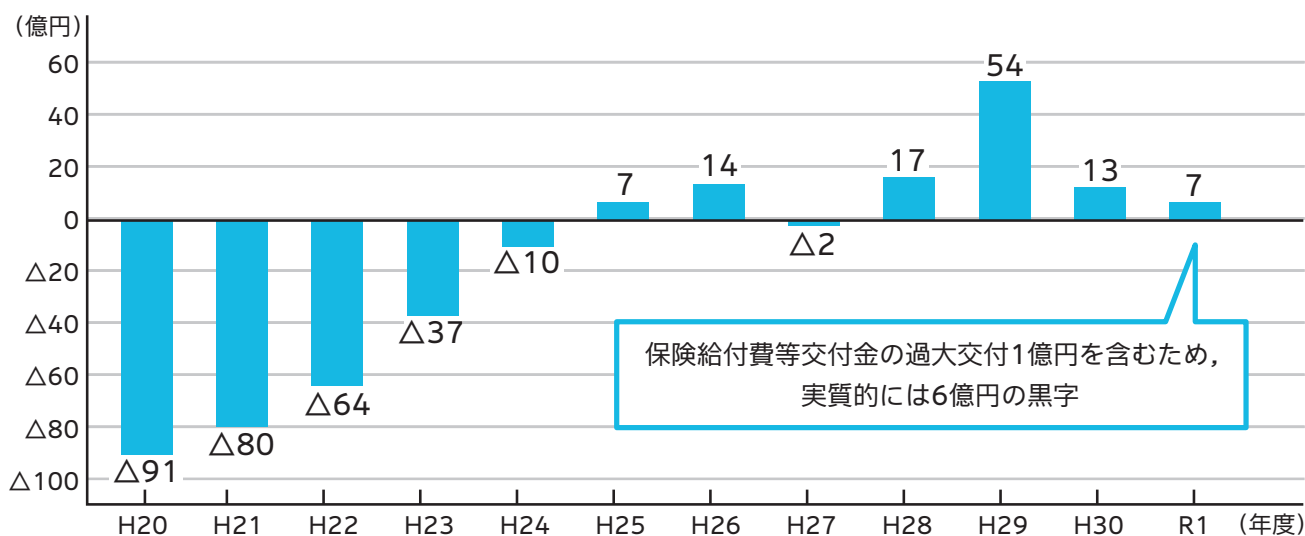
5 京都市国保の現状など

① 京都市国保を取り巻く状況

京都市の国保財政については、健康づくりや後発医薬品(ジェネリック医薬品)の使用促進等、被保険者の皆さまのご理解とご協力により医療費の節減に努めているところではありますが、今後も、高齢化の進展や医療の高度化などによる医療費の増加が見込まれており、大変厳しい財政運営となることが予想されます。

京都市の一般会計もこのままでは財政再生団体に陥る危機的な状況にあるなど国保への多額の財政支援の継続が難しく、現在の保険料水準をいつまでも継続できる状況にはありません。

■京都市国民健康保険事業特別会計収支の推移



② 京都市国保の今後の事業運営

今後、国保事業運営の安定化に向けて、

- 後発医薬品(ジェネリック医薬品)差額通知事業の実施などによる**医療費の適正化**
- 特定健康診査・特定保健指導などによる**被保険者の皆さまの健康の保持・増進**
- 「京都市国民健康保険料徴収率向上対策本部」を中心とした**保険料徴収率向上の取組**

などを、より一層推進してまいります。

平成30年度からは、国が進める社会保障制度改革により、都道府県が財政運営の責任主体となり、国保運営の中心的な役割を担うこととなりました(以下「国保の都道府県単位化」という。)。市町村は、資格管理や保険給付、賦課・徴収、保健事業など、地域におけるきめ細かい事業を引き続き担うこととなっています。

国保の都道府県単位化により、公費負担の拡充などが行われ、制度の安定化が一定図られておりますが、高齢者や低所得者の加入割合が高いという国保の構造的な課題は依然として残っています。

本市としては、国保が有する「安心・安全な暮らし」を守るセーフティネットとしての機能を保持し、将来にわたって国民皆保険を持続可能なものとするためには、**国を保険者とした医療保険制度の一本化が必要**であると考えており、国保の都道府県単位化を一つのステップとして、国に対して一本化の実現を一層強く求めてまいります。

今後とも、事業運営の安定化と、被保険者の皆さまの健康づくりのため、できる限りの努力を行ってまいりますので、特定健康診査などの積極的なご利用と保険料の確実な納付にご理解とご協力をお願いいたします。

柔道整復師(整骨院・接骨院)のかかり方

保険が使えるとき

- 外傷性による打撲・捻挫・挫傷(肉離れなど)
- 骨折・脱臼の応急手当
(応急手当ではない場合、医師の同意が必要)

保険が使えないとき(全額自己負担)

- 単なる(疲労性・慢性的な要因からくる)肩こりや筋肉疲労
- 脳疾患後遺症・リウマチなどの慢性病からくる痛みやしびれ
- 症状の改善が見られない長期の施術



施術を受けるときの注意

● 委任欄への署名はご自分で

「療養費支給申請書」に記載される負傷名とその原因・施術を行った日・施術内容・施術回数・金額を確認し、ご自分で署名(やむを得ず柔道整復師が代理記入する場合は、ぼ印)してください。

● 必ず領収書の確認を

後日、医療機関や柔道整復師から保険請求があったものをお知らせする「医療費のお知らせ」を送付しますので、領収書と請求内容をご確認ください。

はり師・きゅう師・あん摩マッサージ指圧師(鍼灸院・治療院)のかかり方

はり・きゅうの場合

はり師・きゅう師の施術で健康保険を適用できるのは、慢性病で医師による適当な治療手段はないが、医学的見地から、はり師・きゅう師の施術を受けることを医師が認め、同意した場合となります。

支給対象疾患

- 神経痛 ● リウマチ ● 頸腕症候群
- 五十肩 ● 腰痛症 ● 頸椎捻挫後遺症 など

※その他、慢性的な疼痛を主症とし、神経痛やリウマチなど同一範疇と認められる疾患であれば、支給対象となる場合があります。

あん摩・マッサージの場合

あん摩マッサージ指圧師の施術で健康保険を適用できるのは、筋麻痺・関節拘縮等で医療上マッサージが必要であると医師が認め、同意した場合となります。

支給対象疾患

一律に診断名によることなく筋麻痺等の緩和や関節拘縮・筋萎縮により制限されている関節可動域の拡大と筋力増強を促し、症状の改善を目的とする医療マッサージ。

※単に疲労回復や慰安を目的としたもの、疾病予防のためのマッサージでは健康保険が使えません。

以上のように、柔道整復、はり・きゅう、あん摩・マッサージでは健康保険の適用範囲がそれぞれ決められており、看板に「健康保険取扱い」と表示されていても、対象とならない場合がありますので、ご注意くださいようお願いいたします。

健康保険を使って施術を受けられた方へ

本市から、施術を受けられた方に対して、正しい知識をもって適切な施術を受けていただくために、施術の受け方に関するチラシを送付する場合があります。また、施術所から本市への保険請求に誤りがないかを確認するための照会文書を送付する場合がありますので、照会文書が届きましたらご回答いただきますようお願いいたします。

なお、チラシや照会文書の送付は民間業者に委託して実施しています。委託先は右記のとおりです。

お問合せ先・受託業者

株式会社 コアジャパン
療養費事務センター

☎ 0120-180-231

- 受付時間：9:30～17:30
(土日祝及び年末年始を除く。)
- 住所：大阪市西区江戸堀3丁目1-31
R&Hビル3階

交通事故など第三者(自分以外の人)による行為で負傷した場合などは、原則、加害者が治療費を負担することとなりますが、**被害者の治療を優先するため、被害者の国民健康保険を使って治療を受けることができます。**

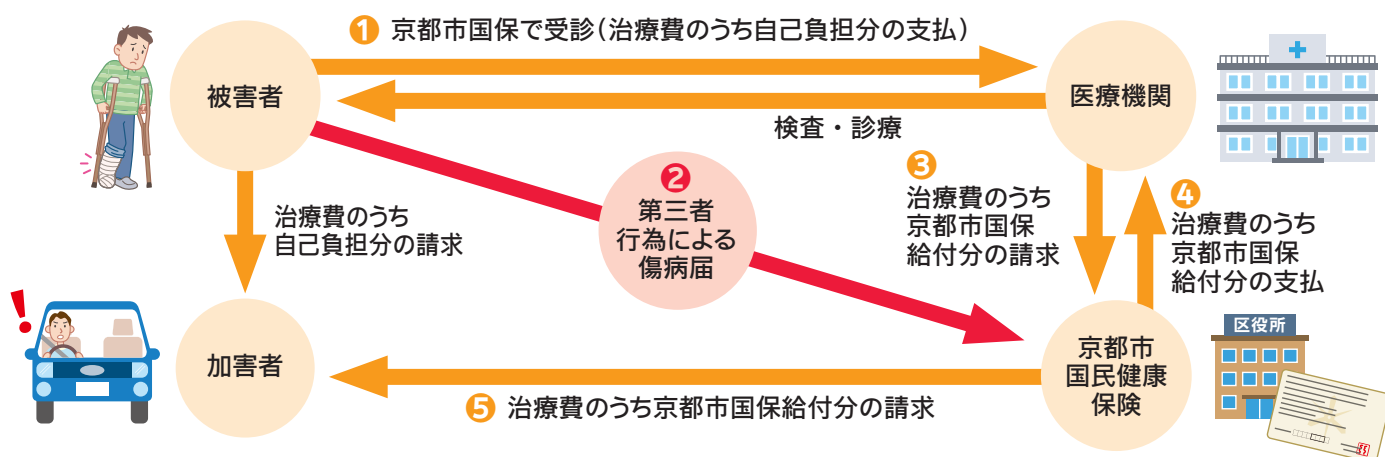
この場合、治療費のうち、保険給付分(医療機関の窓口における自己負担を除く部分)については、一旦、京都市国民健康保険が負担し、後日、加害者に対して請求することとなりますが、**被害者からの届(傷病届)の提出がなければ、加害者に請求することができません。加害者への請求が行われないと、本来、加害者が負担すべき治療費を国民健康保険が負担することとなり、ひいては被保険者の皆さまの保険料負担の増加につながることになります。**第三者行為により負傷し、治療の際に国民健康保険を使用する場合は、必ず区役所・支所保険年金課(京北地域にお住まいの方は、京北出張所保健福祉第一担当)へ「傷病届」を提出してください。

※傷病届の提出は、法令により義務付けられています。

※交通事故など第三者による行為が原因で介護保険を利用する場合については、京都市介護認定給付事務センター(075-708-7711)にも別途届出が必要です。

届出が必要な事例

- 交通事故(自転車によるものも含む)
- 不当な暴力や傷害行為によるケガなど
- 助手席などに同乗していたときの自損事故



届出に必要なもの

- 傷病届※1
- 同意書※1
- 事故状況報告書※1
- 保険証
- 印鑑(スタンプ印不可)
- 交通事故証明書※2
- 人身事故証明書入手不能理由書(下記に当てはまる場合のみ必要。)
- ・ 交通事故証明書の「照会記録簿(証明書右下)」の種別が、「人身事故」ではなく「物件事故」の場合。
- ・ 交通事故証明書が「人身事故」であっても、同証明書に被保険者の方のお名前が記載されていない場合。

※1 用紙は区役所・支所の保険年金課、京北出張所保健福祉第一担当にあります。
また、京都市のホームページからもダウンロードできます。

※2 発行については、自動車安全運転センターにお問合せください。

様式ダウンロードは、

京都市情報館 国民健康保険 傷病届

検索



京都市では京都市自転車安心安全条例の改正により、平成30年4月から、市内で自転車を利用する全ての人に自転車保険の加入を義務付けています。

自転車は、身近で手軽な乗り物であることから、万が一の場合の備えが軽視されがちです。しかし、自転車事故を起こした場合、ご自身の治療費だけでなく、ケガをさせた相手側への賠償額が高額になるケースがあります。自転車保険には、火災保険の特約、クレジットカードの付帯保険、共済、自転車の点検整備に含まれるT Sマークなどの多種多様な保険がありますので、まず、現在加入している保険の内容をご加入の保険会社等にご確認ください。

自転車保険に関するお問合せ先

きょうと自転車保険
専用コールセンター

☎ 0120-670-022

- 受付時間：午前9時～午後6時
(土日祝及び年末年始を除く。)

お問合せ先

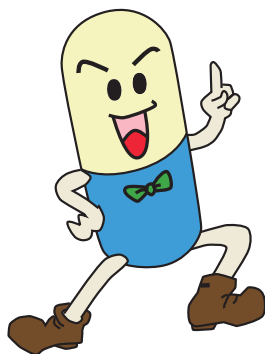
住所地の区役所・支所保険年金課保険給付・年金担当
(京北地域の方は京北出張所保健福祉第一担当)

後発医薬品(ジェネリック医薬品)について

後発医薬品(ジェネリック医薬品)をご存知ですか？

後発医薬品は、効き目や安全性が実証されているお薬(先発医薬品)と有効成分が同一であることなどが審査され、国から製造・販売が承認された比較的安全なお薬です。

後発医薬品に変更した場合、医療機関等においてお支払いいただく窓口負担が軽減されるとともに、保険者(国保や協会けんぽ等)の財政の健全化につながることから、普及促進に向けた取組の実施を国も推奨しています。



今年度も後発医薬品(ジェネリック医薬品)差額通知事業を実施します

被保険者の方が、処方されているお薬を後発医薬品に変更した場合に、お薬代がどの程度軽減できるかをお知らせすることにより、後発医薬品の使用促進を図るものです。

生活習慣病や慢性疾患など、薬剤の長期服用者で後発医薬品に変更した場合に、医療機関等における窓口負担の軽減が見込まれる方に対して送付します。送付については、被保険者の方一人ひとりに送付しますので同一世帯でも別々の封筒で送付されます。

変更するにはどうすればいいの？

病院、診療所及び薬局の医師や薬剤師にご相談ください。医師の指示がある場合を除いて、皆さまの希望により後発医薬品に変更することが可能です。

ただし、全ての先発医薬品に対して後発医薬品があるわけではありません。

また、同じ医薬品でも、個人によって効き方や副作用などが異なる場合がありますので、医薬品に関する詳しい内容は、医師・薬剤師にご相談ください。



おくすりカエルくん



新たな健康保険に加入された場合は、京都市国保の脱退の届出が必要です。

京都市国保に加入している方が、職場の健康保険に加入したときは、京都市国保から脱退することになりますので、住所地の区役所・支所保険年金課(京北地域にお住まいの方は、京北出張所保健福祉第一担当)へ届出が必要です。脱退の届出を忘れたまま誤って京都市国保の被保険者として受診した場合は、京都市国保が負担した医療費(医療費の7割～8割分)を後日返還していただくことがありますのでご注意ください。



介護保険からのお知らせ

介護保険には以下のような減免制度があります

第1号被保険者(65歳以上の方)の介護保険料の軽減について

●介護保険料の減額の対象となる方

下記の要件1, 2の両方を満たす方がそれぞれ表示の内容の減額を受けられます。

要件 1※	要件 2	減額内容
保険料の所得段階区分が第1～3段階の方(生活保護受給者は除く)で、世帯全員の前年の収入の合計額が次の額以下であること ●1人世帯:80万円(世帯員が1人増えるごとに32万円を加算した額)	次の①～④をすべて満たす方 ①世帯の預貯金等(生命保険を除く)の合計額が次の額以下であること ●1人世帯:240万円 (世帯員が1人増えるごとに96万円を加算した額) ②居住用以外の土地又は家屋を保有していないこと ③他の世帯に属する者の所得税・市町村民税の扶養親族になっていないこと ④他の世帯に属する者の医療保険の被扶養者になっていないこと	介護保険料の基準額×0.21に減額
保険料の所得段階区分が第3段階の方で、世帯全員の前年の収入の合計額が次の額の範囲であること ●1人世帯:80万円超120万円以下(世帯員が1人増えるごとに48万円を加算した額)		介護保険料の基準額×0.5に減額

※要件1の収入には、非課税の老齢福祉年金、遺族年金、障害年金、雇用保険、仕送り等あらゆる種類の収入を含みます。ただし、令和2年に給付があった特別定額給付金(1人につき10万円)は収入、預貯金等には含みません。

※ご自身の所得段階区分については、介護保険料の納入通知書をご確認ください。

減額の期間

原則として申請のあった月から年度末まで

申請に必要な書類

上記要件を確認できる世帯全員分の書類

(年金の源泉徴収票・給与の源泉徴収票・確定申告書の控え・年金振込通知書・給与明細書等、預貯金通帳等、医療保険証)

上記のほか、災害により著しく財産に損害を受けたときや、主たる生計維持者が失業、入院、死亡、事業の休廃止などにより著しく所得が減少(前年所得に比べ2分の1以下)したとき、あるいは、刑事施設等に拘禁されたときは、介護保険料が減額又は免除される場合があります。

介護保険料の減免を受けるには、申請が必要となります。

お問合せ先

住所地の区役所・支所
健康長寿推進課(高齢介護保険担当)
(京北地域の方は
京北出張所保健福祉第一担当)

利用者負担の軽減について

介護保険サービスを利用したときの利用者の負担は、原則として、サービス費用の1割、2割又は3割です。施設サービスなどを利用した場合は別途、食費・居住費(滞在費)、日常生活費などが自己負担となります。介護保険では、利用者負担が著しく高額にならないよう、利用者負担の軽減制度があります。

- 高額介護サービス費(利用者負担(月額)が、一定の上限を超えた場合、申請により、超えた額が払い戻されます。)*2
- 高額医療合算介護サービス費(介護保険と医療保険における一定期間の利用者負担額の合算額が、一定の上限額を超えた場合、申請により、超えた額が払い戻されます。)
- 特定入所者介護サービス費(介護保険施設入所者(短期入所者を含む)などの食費・居住費(滞在費)については、所得等に応じ、負担限度額が定められています。)*1 *2
- 社会福祉法人による利用者負担軽減*1
- 災害や収入の著しい減少などの特別な事情による利用料の減免*1

利用者負担の軽減を受けるには、申請が必要となります。詳しくは利用されている施設や担当のケアマネジャー、お住まいの学区担当の高齢サポート(地域包括支援センター)、京都市介護認定給付事務センターにお問合せください。

※1 軽減制度の申請先は、お住まいの区の区役所・支所の健康長寿推進課(高齢介護保険担当)、京北出張所の保健福祉第一担当になります。

※2 令和3年8月以降、制度改正が行われます。詳細については京都市介護認定給付事務センターにお問合せください。

お問合せ先

京都市
介護認定給付
事務センター

TEL: 075-708-7711

子ども医療費支給制度のお知らせ

申請を
お忘れなく

京都市では、市内にお住まいで健康保険に加入している方を対象に
子ども医療費支給制度を設けています。

※制度の適用を受けるには、あらかじめ申請が必要です(外国人の方も対象になります。)。申請には、保険証をお持ちください。

制度名	対象となる方	支給内容	一部負担金
子ども医療	0歳～中学校3年生まで の方(所得制限なし)	健康保険の自己負担額から 子ども医療の一部負担金を 差し引いた額	入院 0歳～中学校3年生………1箇月 1医療機関200円 通院 0歳～3歳未満………1箇月 1医療機関200円 3歳以上～中学校3年生…1箇月 1,500円(注)

(注)医療機関等での窓口負担は1箇月1医療機関1,500円までとなりますが、複数医療機関を受診するなど1箇月の自己負担額合計が1,500円を超えた場合、超えた額を申請により払い戻します。※令和元年8月診療分までは1箇月の自己負担額合計が3,000円を超えた場合。

子ども医療については、「京都市子ども家庭支援課分室」への郵送手続きが便利です(郵送の場合は、右記の住所に、子ども医療費支給申請書*,お子さんの保険証及び子ども医療費受給者証のコピー,領収書原本,通帳又はキャッシュカードのコピーを送付してください。来所の場合は、すべて原本が必要です。)。なお、各区役所・支所の子どもはぐくみ室,京北出張所保健福祉第一担当,神川出張所においても来所での受付及びお問合せに対応いたします。

*子ども医療費支給申請書は、京都市のホームページからダウンロードできるほか、分室及び各区役所・支所の子どもはぐくみ室,京北出張所保健福祉第一担当,神川出張所でも配布しています。

お問合せ先

お問合せ先情報は、

京都市情報館 子ども医療費支給制度

検索

または

京都市子ども家庭支援課分室

TEL: 075-251-1123

FAX: 075-251-1132

(FAXによる申請はできません)

〒604-8171 京都市中京区烏丸通御池下る虎屋町566-1
井門明治安田生命ビル3階



つなげよう! いのちのリレー!



臓器提供への意思表示

臓器移植は提供者とご家族の善意があってこそ成り立ちます。

わたしたち一人ひとりが考え、家族と話し合い、意思を表示しておくことが大切です。

詳しくは、(公社)日本臓器移植ネットワーク(TEL: 0120-78-1069)へ。ホームページ <http://www.jotnw.or.jp>



骨髄バンクへの登録(骨髄提供)

白血病や再生不良性貧血などの血液難病は、骨髄移植や末梢血幹細胞移植により治療することができますが、移植は患者とドナー(提供者)の白血球の型が一致しないと行えず、一致するのは兄弟姉妹でも4人に1人、非血縁者では数百人から数万人に1人といわれています。一人でも多くの患者さんを救うために、一人でも多くのドナー登録のご協力をお願いします。

※京都市では、日本骨髄バンクを通じて骨髄及び末梢血幹細胞の提供をされた方に奨励金(入院・通院等1日当たり2万円。上限14万円)を交付しています。詳しくは、健康長寿企画課まで。

登録条件: 18～54歳で、体重が男性45kg、女性40kg以上の健康な方

詳しくは、(公財)日本骨髄バンク(TEL: 03-5280-1789)へ。ホームページ <http://www.jmdp.or.jp>



アイバンクへの登録(眼球提供)

角膜疾患で光を失い移植を待つ方々は、亡くなられた方の角膜を移植することで再び光を取り戻すことができます。眼球提供数は非常に不足しています。

詳しくは、アイバンクへ京都府立医大アイバンク(TEL: 251-5127) ホームページ <http://www.eyebank.kpu-m.ac.jp>
(公財)体質研究会アイバンク(TEL: 702-0824) ホームページ <http://www.taishitsu.or.jp/eyebank>

お問合せ先

保健福祉局健康長寿企画課

TEL: 075-222-3419 / FAX: 075-222-3416

マイナンバーカードの保険証利用について

令和3年3月から、必要な機器が設置されている**一部の医療機関・薬局**(以下、「医療機関等」といいます。)において、マイナンバーカードを保険証として**利用することができるようになりますとともに、専用端末で被保険者資格を確認できる仕組み(電子的確認)が試行的に運用されています***。

なお、これまでどおり保険証でも受診が可能です。

※現時点では試行運用であるため、対象の医療機関等を受診する際には、併せて保険証も持参してください。

マイナンバーカードを使えば、就職や転職、引越しをしても新しい保険証の発行を待たずにマイナンバーカードで受診ができるほか*、医療機関等の受付においてスムーズな資格確認や請求誤りの減少等、事務処理の効率化も期待されています。

なお、マイナンバーカードの読み取り等に必要な機器が導入されていない医療機関等では、保険証の提示が必要です。

※保険者の切替え手続きは自動ではされませんので、引き続き、保険者への加入・脱退の届出が必要です。



どうやって使うの？

医療機関等の受付で、マイナンバーカードをカードリーダーにかざすことで医療保険の資格確認をします。本人確認をさせていただくためカードの顔写真を機器、又は職員が目視で確認します。

※機器を使う場合、顔写真は保存されません。

具体的にはどこの医療機関等で使えるの？

試行運用も含めマイナンバーカードの保険証利用に対応している医療機関等については、厚生労働省ホームページ(https://www.mhlw.go.jp/stf/index_16743.html)にてご確認ください。



Webサイトはこちら

マイナンバー（12桁の数字）は使いません！

マイナンバーカードの保険証利用には、ICチップの中の「電子証明書」を使うため、マイナンバー（12桁の数字）は使いません。

また、医療機関等の窓口でマイナンバーを取り扱うことはなく、ご自身の診療情報がマイナンバーに紐づけられることもありません(ICチップには、受診歴や薬剤情報などの個人情報記録されません)。

保険証利用には事前登録が必要です。

マイナンバーカードを保険証として利用するためには事前に登録が必要です。登録は、マイナポータルサイト*から手続きが可能です。登録方法については、特設サイト(https://myna.go.jp/html/hokenshoriyou_top.html)をご確認ください。

※子育てや介護をはじめとする行政手続の検索やオンライン申請がワンストップできたり、行政からのお知らせを受け取ることができる自分専用のサイトです。特定健診結果、薬剤情報・医療費も確認できるようになります。



Webサイトはこちら

マイナンバーカードの申請方法

1 郵送による申請

●申請できる方

ご本人又は法定代理人

●申請に必要なもの

① 個人番号カード交付申請書兼電子証明書発行/更新申請書

② 送付用封筒

①②は、マイナンバー通知カード又は個人番号通知書と同送されたものや、令和3年1月～3月の間、マイナンバーカード未申請の方に対し国が送付したQRコード※3付交付申請書とその同封物をお使いいただけます。

紛失されている場合は、交付申請用のWEBサイト※2からダウンロードし、印刷してお使いください。

③ 顔写真1枚(縦4.5cm×横3.5cm)

最近6箇月以内に撮影した、無帽・正面・無背景のものをご用意ください。

●申請方法

1. 個人番号カード交付申請書兼電子証明書発行/更新申請書に必要事項を記入する。
2. 用意した顔写真の裏面に、生年月日・氏名を記入し、交付申請書へ貼り付ける。
3. 交付申請書を送付用封筒へ封入し、郵便ポストへ投函する。

2 スマートフォンによる申請※1

1. スマートフォンのカメラで顔写真を撮影する。
2. 交付申請用のWEBサイト※2にアクセスし、画面にしたがって必要事項を入力し、顔写真を添付し送信する。



3 パソコンによる申請※1

1. デジタルカメラで顔写真を撮影し、パソコンに保存する。
2. 交付申請用のWEBサイト※2にアクセスし、画面にしたがって必要事項を入力し、顔写真を添付して送信する。

4 まちなかの写真機からの申請※1

1. 対応している写真機のタッチパネルから「個人番号カード申請」を選択し、撮影用のお金を入れ、交付申請書のQRコード※3をバーコードリーダーにかざす。
2. 画面の案内にしたがって、必要事項を入力し、顔写真を撮影して送信する。

5 その他の申請※4

住所地の区役所・支所においても申請が可能です。詳細は、住所地の区役所・支所の市民窓口課へお問合せください。

※1 申請の際は、マイナンバー通知カードに付属又は個人番号通知書と同封された交付申請書、もしくは令和3年1月～3月の間に送付されたQRコード※3付交付申請書が必要です。2,3については、それらの交付申請書に記載されている申請書IDが必要です。

※2 詳細は「マイナンバーカード総合サイト」<https://www.kojinbango-card.go.jp/kofushinse/>をご覧ください。

※3 「QRコード」は(株)デンソーウェーブの登録商標です。

※4 新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、できる限り1～4の方法による申請をお願いします。

マイナンバーカード申請に関する情報は、

マイナンバーカード申請

検索



●マイナンバーカードの受取方法

申請から
2～3箇月後

ご本人が、約2～3箇月後に郵送される交付通知書と必要書類を交付通知書に記載の窓口等にご持参ください。

予約制の窓口もありますのでご注意ください。また、土日等にお受け取りいただける窓口もあります。詳しくは交付通知書に同封されるチラシをご覧ください。

※15歳未満の方や、成年被後見人の方は法定代理人と一緒にお願いします。



マイナンバーカードについてのお問合せ先

マイナンバー総合フリーダイヤル

TEL:0120-95-0178 / FAX:0120-601-785

(聴覚障がい者専用お問合せFAX番号)

●受付時間

平日: 9:30～20:00

土日祝: 9:30～17:30

(年末年始を除く)

国民健康保険は、 被保険者の皆さまから納めていただく 保険料によって支えられています。

6月に令和3年度の納入通知書をお送りします。
国民健康保険料は必ず納期限内に納めましょう。

保険料の納付は、便利で確実な口座振替をご利用ください。

保険料を納付書で納めていただいている方は、口座振替をご利用いただくと、納め忘れがなく、金融機関等へ納付に行く手間が省けます。口座振替の手続は預(貯)金口座のある取扱金融機関や郵便局又は京都市保険年金課収納事務分室、住所地の区役所・支所保険年金課(京北地域にお住まいの方は京北出張所保健福祉第一担当)へお申し込みください。



口座振替の
申込手続に
必要なもの

- 1 国保の保険証、納入通知書、領収書などの国保記号番号がわかるもの
- 2 預(貯)金通帳
- 3 金融機関への届出印

■ペイジー口座振替受付サービス

※次の金融機関に口座をお持ちの方は、キャッシュカードを区役所・支所保険年金課(京北地域にお住まいの方は、京北出張所保健福祉第一担当)の窓口にお持ちいただければ、金融機関への届出印がなくても口座振替の申込みを行うことができます。(カードによってはご利用いただけない場合もございます。)

対象金融機関(令和3年6月現在) … 京都銀行、京都信用金庫、京都中央信用金庫、ゆうちょ銀行、滋賀銀行、三菱UFJ銀行、三井住友銀行、みずほ銀行、京都市農業協同組合、京都農業協同組合、京都中央農業協同組合、京都府信用農業協同組合連合会

広告

人生100年時代の“プラス年金”

自営業・フリーランスの
あなたにプラス!

わたしも
入っています。
優香

プラス年金 全国国民年金基金

60歳以上65歳未満の方や海外居住されている方で、国民年金に任意加入されている方も国民年金基金に加入できます。※非居住者が支払った掛金は、所得控除対象外です。

資料請求・ご相談・お問い合わせは
お気軽に今すぐこちらへ!

フリーダイヤル ローゴ ヨイクニ
0120-65-4192

www.zenkoku-kikin.or.jp/
全国国民年金基金 検索

※京都市が特定の事業者を推奨するものではありません。広告内容に関する質問等につきましては、直接、広告スポンサーにお問い合わせください。



京都市印刷物第033032号

こくほだより令和3年度号 発行/令和3年6月 京都市保健福祉局生活福祉部保険年金課

〒604-8091 京都市中京区寺町通御池下る下本能寺前町500-1 中信御池ビル4階

☎075-213-5862 FAX 075-213-5857

<http://www.city.kyoto.lg.jp/menu1/category/3-2-0-0-0-0-0-0-0-0.html>