

# 国保のしおり

被保険者数 41,396人  
世帯数 29,278世帯  
(令和6年4月1日現在)

八戸市 市民環境部 国保年金課  
(令和6年7月発行)

## 国保のしくみ

国保(国民健康保険)とは、病気やケガをしたとき、安心してお医者さんにかかるように、加入者(被保険者)がお金(保険税)を出し合って、医療費を補助する制度です。国保の運営は、みなさんが住む都道府県と市区町村(保険者)が行っています。

## 国保に加入する人

職場の健康保険(健康保険組合や共済組合など)に加入している人、後期高齢者医療制度の対象となる人、生活保護を受けている人以外は、すべての人が国保の加入者(被保険者)となります。

- お店などを経営している自営業の人
- 農業・漁業などに従事している人
- 退職して職場の健康保険などをやめた人とその家族
- パート・アルバイトなどで、職場の健康保険に加入していない人
- 外国籍で、職場の健康保険などに加入せず、3か月を越えて日本に滞在する人

## 国保の保険証(令和6年12月1日まで)

現行の保険証は、令和6年12月2日以降は発行されなくなりますが、令和6年12月1日時点で有効な保険証は、その有効期限まで使うことができます。医療機関等を受診する際に必要ですので、大切に取り扱いましょう。

- 交付されたら、記載内容を確認しましょう。
- 医療機関等を受診する際には必ず窓口に提示してください。
- コピーや、有効期限を過ぎた保険証は使えません。
- 被保険者に異動があった場合は必ず届出をしてください。
- 紛失等した場合は、令和6年12月1日まで国保の窓口で再交付の申請をすることができます。
- 記載内容を自分で書き直したり、貸し借りしたりすることは禁じられています。

現行の保険証は令和6年12月2日以降は発行されなくなりますが、  
詳しくは2ページをご覧ください。



### ◆ 「保険証兼高齢受給者証」について～令和6年12月1日まで～ ◆

国保に加入している70歳から74歳の方には、保険証と高齢受給者証が一体化した「保険証兼高齢受給者証」が交付されます。「保険証兼高齢受給者証」には自己負担割合(2割または3割)が記載されています。自己負担割合は前年の所得により決まり、毎年8月に見直しされます。

- 8月から翌年6月までの間に70歳に達する方(「保険証」の有効期限は誕生日または前月の末日)
  - ・70歳を迎える誕生月の翌月(各月の1日生まれの方は誕生日)から適用になります。
  - ・令和6年12月1日までは該当月の前月末までに「保険証兼高齢受給者証」を送付します。

#### ○8月から翌年7月までの間に75歳に達する方

誕生日から後期高齢者医療制度に移行するため、「保険証兼高齢受給者証」の有効期限は誕生日の前日までです。

## 国民健康保険証の廃止について

健康保険証とマイナンバーカードの原則一体化の方針が政府から示され、医療機関や薬局にかかる際は、マイナ保険証（健康保険証の利用登録をしたマイナンバーカード）によるオンライン資格確認を原則とする仕組みに移行していくことが決まりました。**これにより、現行の健康保険証は令和6年12月2日に廃止されます（12月2日以降は保険証の発行ができなくなります）。**

なお、廃止の時点で交付済みの健康保険証は、令和6年12月2日以降も保険証に記載されている有効期限まで使用することができます。

### 【注意点】

- 12月2日以降に転出や、社会保険加入等により八戸市の国民健康保険の資格がなくなった（適用終了した）場合や転居等に伴い保険証の記載内容に変更があった場合は、有効期限内であってもお使いいただくことができません。
- 保険証の廃止後も、加入している健康保険の変更に伴う加入・脱退手続きは必要となります。

## 令和6年12月2日以降に医療機関を受診する方法

注)保険証廃止後の対応については、国保のしおり作成時点で八戸市国民健康保険が予定しているものであり、国の動向等により内容が変更になる場合があります。

### 1. 令和6年12月2日以降が有効期限の紙の保険証をお持ちの方

保険証に記載の有効期限までは保険証が使用できます。有効期限到来後や保険証を紛失した際は、以下の2、3をご覧ください。

### 2. マイナンバーカードを健康保険証として利用登録している方

健康保険証として利用登録したマイナンバーカード（マイナ保険証）をご使用ください。

マイナ保険証をお持ちの方には、新規取得時や窓口負担割合の変更時（70歳以上の被保険者のみ）等に「※1資格情報のお知らせ」を交付する予定です。

### 3. マイナンバーカードを取得していない方、マイナンバーカードを健康保険証として利用登録していない方など

以下に該当する方は、健康保険証に代わる「※2資格確認書」をご使用ください。

- ・マイナンバーカードを取得していない方
- ・マイナンバーカードを健康保険証として利用登録していない方
- ・DV被害者などでマイナポータルや医療機関等で自己情報が閲覧できない設定をしている方
- ・マイナンバーカードを紛失した等の理由で、申請により資格確認書が交付される方

※1 マイナ保険証の保有者が自身の被保険者資格等を簡易に把握できるよう交付されるもので、氏名、被保険者記号・番号、負担割合（70歳以上のみ）等が記載される予定です。なお、「資格情報のお知らせ」だけでは医療機関を受診することはできません。

※2 「資格確認書」は、令和6年12月2日以降に新規加入する方等には手続きをした際、上記1の保険証をお持ちの方には有効期限が到来する際に交付します。申請等は必要ありません。

### ◆ マイナンバーカードを健康保険証として利用するには手続きが必要 ◆

マイナンバーカードを健康保険証として利用するためには、マイナポータルでの事前登録が必要です。詳しくは市HPをご覧ください。（※「八戸市 マイナポータル」で検索）

<マイナンバーカードに関する問い合わせ先>

申請・交付に関すること：市民課 ☎ 0178-43-9537

制度・マイナポータルに関すること：情報政策課 ☎ 0178-43-2152

# 国保で受けられる給付

医療費	<p>病気やケガで診療を受けるとき、保険証を医療機関の窓口に表示すると、次の自己負担で診療を受けられます。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・小学校就学前……………2割</li> <li>・小学校就学以上70歳未満…3割</li> <li>・70歳以上74歳以下……………2割（現役並み所得者は3割）</li> </ul>
妊産婦 外来診療	<p>妊産婦は「妊産婦10割給付証明書」を医療機関の窓口に表示すると、外来診療に限り、出産の翌月の末日まで、医療費の自己負担がありません。</p>
療養費	<p>次のような場合には、いったん全額自己負担となりますが、国保の窓口申請して審査決定されれば、自己負担分を除いた額があとから払い戻されます。</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>① やむを得ない理由で保険証を提示せずに診療を受けたとき</li> <li>② 骨折・ねんざ等で、国保を扱っていない柔道整復師の施術を受けたとき</li> <li>③ 医師が治療上必要と認めた場合のあんま、はり、きゅう、マッサージ代</li> <li>④ 輸血の生血代</li> <li>⑤ 医師が必要と認めたコルセット等の補装具代</li> </ol>
訪問看護 療養費	<p>医師の指示のもとで訪問看護ステーション等を利用したとき、費用の一部を支払うだけで残りは国保が負担します。保険証を訪問看護ステーションに直接提示してください。</p>
海外 療養費	<p>海外渡航中にやむを得ず病気・ケガ等で現地の医療機関で診療を受けたときの医療費の一部について、国保の窓口申請して払い戻しを受けることができます。</p>
移送費	<p>重病等で、医師の指示により入院や転院が必要な場合に移送の費用がかかったとき、国保の窓口申請して審査決定されると支給されます。</p>
葬祭費	<p>亡くなった方の葬祭執行者が、国保の窓口申請して審査決定されると、葬祭費として5万円が支給されます。</p>
出産育児 一時金	<p>出産したときに支給されます。妊娠85日以上であれば死産・流産でも支給されます。 ※原則として、国保から医療機関等へ直接支払います（直接支払制度）。</p>

※制度の詳細や必要な手続については、国保年金課までお問合せください。

## ◆ 第三者行為による病気やケガ

交通事故をはじめ、第三者の行為によって傷病を受けた場合にも、国保で治療を受けることができます。本来、治療費は加害者が全額支払うものですが、自己負担分を除いた額について、一時的に国保が立替払いをして、あとから国保が加害者に費用の請求をします。示談の前に、必ず国保年金課に連絡をして届出をしてください。

### 【届出が必要な場合の例】

- 交通事故でケガをした（自損事故等も含む）
- 第三者が経営する食堂で食中毒になった
- 第三者が飼育する動物に咬まれた
- 第三者の暴力により受傷した
- 第三者が所有管理する工作物で受傷した

- ✓ 上記のような場合、まずは国保年金課に連絡のうえ、必要な届出について相談してください。
- ✓ 交通事故にあったときは、必ず警察に連絡をして「事故証明書」をもらってください。
- ✓ 国保に連絡せずに、治療費を受け取ったり示談を結んでしまったりすると、給付ができない場合や、給付済みの医療費を返還していただく場合があります。

# 医療費が高額になったとき

## ◆ 高額療養費

同じ月内の医療費が、自己負担限度額（表1）を超えた場合、申請により、自己負担限度額を超えた分が高額療養費として支給されます。

- ※ 高額療養費の対象となるのは、70歳以上の人は全ての医療費、70歳未満の人は同じ医療機関（入院・外来・歯科は別々）で21,000円以上の医療費です（薬代は、処方箋を出した病院と合算）。
  - ※ 高額療養費の対象となる医療費は、同じ国保の世帯内で合算することもあります。
  - ※ 高額療養費の支給予定額金額が1,000円以上の世帯には、申請のご案内を郵送します。
- なお、申請には医療機関等発行の領収書が必要になります（領収書は、確認後返却します）。

### 自己負担限度額（月額）

### 表1

【70歳未満の人の自己負担限度額】

所得区分			12か月以内で3回目までの 自己負担限度額	12か月のうち 4回目以降
住民税課税世帯	所得☆ 901万円超	ア	252,600円 + (総医療費 - 842,000円) × 1%	140,100円
	所得☆ 600万円超 901万円以下	イ	167,400円 + (総医療費 - 558,000円) × 1%	93,000円
	所得☆ 210万円超 600万円以下	ウ	80,100円 + (総医療費 - 267,000円) × 1%	44,400円
	所得☆ 210万円以下	エ	57,600円	
住民税非課税世帯		オ	35,400円	24,600円

【70歳以上の人の自己負担限度額】

所得区分		外来（個人ごと）の限度額	外来＋入院（世帯ごと）の限度額
現役並み所得者	Ⅲ 【課税所得690万円以上】 **認定証は不要です**	252,600円 + (総医療費 - 842,000円) × 1% ※過去12か月間で4回目以降 140,100円	
	Ⅱ 【課税所得380万円以上】	167,400円 + (総医療費 - 558,000円) × 1% ※過去12か月間で4回目以降 93,000円	
	Ⅰ 【課税所得145万円以上】	80,100円 + (総医療費 - 267,000円) × 1% ※過去12か月間で4回目以降 44,400円	
一般 【課税所得145万円未満】 **認定証は不要です**	18,000円 【年間上限144,000円】★	57,600円 ※過去12か月間で4回目以降 44,400円	
低所得者 【住民税非課税】	Ⅱ	8,000円	24,600円
	Ⅰ	8,000円	15,000円

※入院時食事代や保険外分（文書料・部屋代等）は、高額療養費の支給対象にはなりません。

※住民税の申告をしていない人がいる世帯は、実際よりも高い所得区分で計算される場合がありますので、収入の有無にかかわらず、必ず「住民税課」で申告をしてください。

（☆）所得：基礎控除後の所得金額です。

（★）年間（8月～翌年7月）上限144,000円となります。

## ✓ 限度額適用（・標準負担額減額）認定証

今までは、医療機関等の窓口での支払いを自己負担限度額内に抑えるために、事前に申請し限度額適用認定証等の準備が必要でしたが、「マイナ受付」ができる医療機関等では、医療機関等の窓口で自己負担限度額表示の同意をすることで、認定証の申請手続きが不要になります。

※ 国民健康保険税に滞納がある場合には、医療機関等で自己負担限度額は確認できません。

## ✓ 特定疾病で長期間高額な治療を必要とする場合

長期間にわたって高額な治療を必要とする特定疾病の人は、自己負担限度額が1医療機関につき、1か月1万円または2万円（※）となる「特定疾病療養受療証」を交付しますので、国保の窓口申請してください。

### 厚生労働大臣指定の特定疾病

- 人工透析が必要な慢性腎不全  
※70歳未満で所得600万円超の人の自己負担限度額は1か月2万円となります。
- 先天性血液凝固因子障害の一部
- 血液凝固因子製剤の投与に起因するHIV感染症

## ◆ 入院時の食事代(標準負担額)

入院時の食事代は、医療費とは別に定額の自己負担があります。

区 分		1食あたり
一般（下記以外の方）		490円
「オ」または「低所得者Ⅱ」	直近12か月で90日以下の入院	230円
	直近12か月で91日以上入院	180円（別途申請が必要）
低所得者Ⅰ		110円

※区分が「オ」または「低所得者Ⅱ」の期間で、直近12か月の入院日数が91日以上の方は、限度額適用・標準負担額減額認定証の手続きをすると、入院時の食事代が1食あたり180円となります。  
※65歳以上の方が療養病床に入院したときは、所得に応じた食事代と居住費の支払いが必要です。

## ◆ 高額療養費(外来年間合算)

自己負担限度額の所得区分が、基準日（毎年7月31日）時点で一般・低所得者Ⅱ・低所得者Ⅰの70歳以上の被保険者のうち、毎年8月から翌年7月（所得区分が一般及び低所得者であった月）の外来診療の自己負担額の合計が、144,000円を超えた場合、申請により、その超えた分が支給されます。  
支給の対象となる世帯には申請のご案内を郵送します。

## ◆ 高額医療・高額介護合算療養費

毎年8月1日から翌年7月31日までの1年間の医療費と介護保険サービス費の自己負担額（高額療養費・高額介護サービス費の支給を受けることができる場合にはその額を除く）を合計し、所得に応じた自己負担限度額を超えた場合、申請により、その超えた分が支給されます（自己負担限度額を超えた分が500円以下の場合には支給されません）。  
支給の対象となる世帯には申請のご案内を郵送します。

## ◆ 一部負担金の支払いの減免・徴収猶予

災害や失業・病気などにより生活が著しく困難となった場合、事前の申請により一部負担金（医療機関で支払う医療費の自己負担額）について、一定の期間（最大6か月まで）減免または徴収猶予される場合があります。詳細はお問合せください。

### 高額療養費・限度額適用（・標準負担額減額）認定証等の申請手続きに必要なもの

- 高 額 療 養 費 ……本人確認書類・領収書・世帯主名義の預金通帳・マイナンバー
- 限度額適用（・標準負担額減額）認定証 ……本人確認書類・マイナンバー
- 特 定 疾 病 療 養 受 療 証 ……本人確認書類・マイナンバー・医師の診断書

# 特定健診・国保人間ドックのご案内

～自分の健康を保つため、1年に1度、必ず健診を受けましょう!～

## 特定健診

メタボリックシンドロームの予防と改善を目的とした健診で、無料で受診できます。健診センターや一部の受託医療機関では特定健診の予約と同時に、がん検診もあわせて申し込みできます。

## 国保ドック

特定健診の健診項目に超音波検査、胃・肺・大腸がん検診等を組み合わせたもので、料金(自己負担)は下表のとおりです。



次の①～③のいずれか1つを年度内(4月～翌年3月)に1回に限り受診できます。

①健診センターでの特定健診 ②受託医療機関での特定健診 ③国保人間ドック

※年度内に複数回受診すると、2回目以降は受診料(8,000円程度)が全額自己負担となります

	特定健診	国保人間ドック
対象者	40歳以上の国保加入者(※1)	30歳以上の国保加入者
健診項目	○基本項目 問診・身体診察・身長・体重・腹囲・血圧測定・肝機能・血中脂質・血糖検査・尿検査・腎機能・貧血検査・心電図・尿酸・聴力 ○医師が必要と認めた人が対象になる項目 眼底検査・眼圧検査 ※尿酸・聴力・眼圧検査は、健診センターで受診の場合に限る。	特定健診の基本項目に加えて、 視力、眼底検査、眼圧検査、超音波検査、 胃がん検診、肺がん・結核検診(40歳以上)、 大腸がん検診
健診場所	・八戸市総合健診センター ・受託医療機関(※2)	八戸市総合健診センター
自己負担	<b>無 料</b>	39歳以下 6,000円 40歳以上 3,000円  ただし、次に該当する人は <b>無料</b> ●70歳以上の人(令和6年4月～7年3月に70歳に達する人を含む) ●40歳以上で市民税非課税世帯の人(令和6年7月末までは令和5年度課税区分で判断します) ●令和6年度(令和6年4月～7年3月)に、 <b>40・45・50歳になる人</b> (国保人間ドックの健診項目以外のオプション検査は有料です)
申込方法	① 八戸市総合健診センターで受診する場合 →電話またはファックスで八戸市総合健診センターへお申し込みください。  予約受付時間 平日8:00～16:45 <b>TEL 70-5563</b> <b>FAX 96-6124</b>  ② 受託医療機関(※2)で受診する場合 →各受託医療機関へお申し込みください。	電話またはファックスで八戸市総合健診センターへお申し込みください。  予約受付時間 平日8:00～16:45 <b>TEL 70-5563</b> <b>FAX 96-6124</b>  <div style="border: 1px solid black; border-radius: 15px; padding: 5px;">予約の状況によっては、受診できる時期が数か月先になる場合があります。特に年度末は混み合いますので、早めの受診をおすすめします。</div>
その他	受診の際には、次のいずれかをお持ちください。 1. 有効期限内の国保の保険証 2. マイナ保険証 3. 資格確認書等	

※1 障害者支援施設、各種老人ホーム、介護老人福祉保健施設等の施設への入所者は特定健診の対象外です。

※2 受託医療機関(注)で受診できるのは、65歳以上の人及び40歳以上の心身障がい者のみです。

(注)わが家の健康カレンダーまたは市ホームページをご覧ください。

※3 年度内に未受診の方の一部に受診をお勧めするハガキを送ることがありますが、ハガキがなくてもいつでも受診できます。

※4 健診結果の統計データは、市の保健事業に活用されます。また生活習慣病の予防のため、市の保健師、看護師、栄養士が電話や家庭訪問を行う場合があります。

元気応援  
TOKU  
お得ーポン

## 特定健診・人間ドックの受診者に 健康関連施設の優待クーポンをプレゼント！

八戸市国民健康保険の「特定健診」・「国保人間ドック」を受けた人に、心身の健康を応援する施設の優待クーポンをプレゼントします！

- 対象者 令和6年4月～令和7年3月末までに八戸市国民健康保険の「特定健診」「国保人間ドック」を受けた人全員
- プレゼント方法 八戸市総合健診センターで受診した人には、健診結果にクーポンを同封して郵送します。  
受託医療機関で受診した人には、2～3か月後に国保年金課から郵送します。
- クーポン有効期限 令和7年8月まで

### ◆クーポンが利用可能な施設

施設名	優待を受けられるサービス
Rose Rose (ローズローズ)	代謝改善にアプローチする各種コース 初回50%OFF ※女性専用
まったりルーム小休	yogaレッスン40分(対面式又はオンライン)又はカウンセリング40分を600円引き ※1レッスン1名様のご予約になります。
ヌマグチダンススクール	社交ダンス個人レッスン20分1回をワンコイン(500円)で体験
ファイテンケアステーション八戸店	フットマッサージ器体験無料(5回まで)

—ご注意ください—  
他保険に加入  
予定の人へ

国保特定健診・国保人間ドックは八戸市国保の加入者のみが受けられます。他の保険に加入すると、その加入日に遡って国保の資格を喪失しますので、他の保険に加入する予定のある人は、加入予定日の前に受診するか、加入後に新しい保険で受診してください。

国保特定健診・国保人間ドックを受診した後、受診日前に八戸市国保資格を喪失していたことが判明した場合は、健診等の費用(8,000円程度)を全額返納していただくことになります。

## ジェネリック医薬品(後発医薬品)を活用しましょう

ジェネリック医薬品は新薬と同じ有効成分で製造されており、品質や安全性を国が認めた薬です。新薬の特許期間の終了後に製造されるため、新薬より価格が安いことが特徴です。医療費の節約のため、医師・薬剤師に相談して積極的な活用をお願いします。

ただし、全ての薬にジェネリック医薬品があるわけではなく、また治療内容によっては医師が適していないと判断する場合があります。まずは、通院している医療機関等でご相談ください。

# 国保に加入するとき・やめるとき

～届出は14日以内に～

こんなとき		届出に必要なもの	
国保に加入するとき	ほかの市区町村から転入してきたとき	ほかの市区町村からの転出を証明するもの	
	職場の健康保険をやめたとき	職場の健康保険をやめた証明書	
	職場の健康保険の被扶養者でなくなったとき	被扶養者でなくなった日のわかる証明書	
	子どもが生まれたとき	保険証等、母子手帳	
	生活保護を受けなくなったとき	保護廃止決定通知書	
	外国籍の人が加入するとき	在留カード（入国時はパスポートも必要）	
<p>◆ 届出が遅れると…</p> <p>⇒保険税は届出した日からではなく、資格を得た月まで遡って課税されます。</p> <p>⇒保険証等がない期間の医療費の支払いは、全額自己負担になる場合があります。</p>			
国保をやめるとき	ほかの市区町村に転出するとき	保険証等	
	職場の健康保険に加入したとき	国保と職場の健康保険の保険証等（後者が未交付の場合は、加入を証明するもの）	
	職場の健康保険の被扶養者になったとき	被扶養者でなくなった日のわかる証明書	
	被保険者が死亡したとき	保険証等、死亡を証明するもの	
	生活保護を受けるようになったとき	保険証等、保護開始決定通知書	
<p>◆ 届出が遅れると…</p> <p>⇒資格のない保険証等で診療を受けた場合、国保が負担した医療費はあとで返還していただきます。</p> <p>⇒保険税が二重払いになってしまうことがあります。</p>			
その他届出	住所、世帯主、氏名が変わったとき	保険証等	
	世帯を分けたり、一緒になったりしたとき	保険証等	
	修学のため転出するとき	保険証等・在学証明書	
	保険証等を紛失、汚損したとき	窓口にお越しの方の本人確認書類	

※国保の届出にはマイナンバーと本人確認書類が必要です。

## こんな場合は保険証が使いません

### 病気とみなされないもの

- 健康診断・人間ドック・予防注射
- 正常な妊娠・出産
- 経済上の理由による妊娠中絶
- 美容整形・歯列矯正
- 軽度のシミ・アザ・わきが など

### ほかの保険が使えるもの

- 業務上（仕事や通勤中）の病気やケガ  
→労災保険の対象になります
- 以前勤めていた職場の保険が使えるとき

### 保険給付が制限されるもの

- けんか、泥酔などによるケガや病気
- 故意の事故や犯罪によるケガや病気
- 医師や国保の指示に従わなかったとき

各種問合せ先 八戸市 国保年金課



資格に関すること (P1.2.8) 0178-43-9487 (直通)

給付に関すること (P3.4.5) 0178-43-9314 (直通)

健診に関すること (P6.7) 0178-43-9376 (直通)

FAX : 0178-44-9106

E-mail : kokuho@city.hachinohe.aomori.jp