

# 健康に心掛け医療費の節約を

年々医療費が増え続け、国民健康保険の運営が厳しくなっています。国民健康保険を支えているのは、みなさんが所得などに応じて納めている保険税です。日ごろから健康づくりに心掛け医療費を大切にしましょう。

みんなで支えあう  
相互扶助制度

国民健康保険は、加入者が病氣やけがをしたとき、経済的な負担が少しく済むように、収入

保護を受けている人は除く。

運営は住んでいる市区町村が行い、加入者が医療機関で受診したときに、保険証を持っていけばかかった医療費の一部を負担するだけで、必要な医療を受けることができる仕組みになっています。

健康づくりで  
医療費を節約

急速な高齢化や医療技術の進歩などにより、国民健康保険が負担する医療費は年々増え続け、国民健康保険の運営は大変厳しくなっています。

このまま医療費が増え続けると国民健康保険の台所はパンクしてしまふ恐れがあります。日ごろから健康に関心をもち、次のことなどに心掛け、医療費を節約しましょう。

「栄養」「運動」「休養」に気を配り健康づくりに努めよう。

適度な運動で生き生きとした毎日を



日本では、すべての人がいずれかの医療保険に加入しなければなりません(国民皆保険制度)。国民健康保険も医療保険の一つで、会社などの健康保険に加入できない人は国民健康保険に加入することになります(生活

定期的健康診断を受け、病気の早期発見・早期治療に心掛ける。

かかりつけの医療機関や薬局をもつ。

お医者さんの掛け持ちはやめる。

保険税は  
納期内に納付を

保険税は国民健康保険を支える大切な財源として加入者が負担するものです。納期内の納付にご協力ください。

納付期限から一定期間滞納する

## 加入するとき やめるとき 手続きを忘れずに

国民健康保険(以下、国保という)に加入するときややめるとき、内容に変更があったときは届け出が必要です。

### 国保に加入するとき

市外から国保加入者が転入したとき、職場の健康保険などをやめたとき、子どもが生まれたとき、生活保護を受けなくなったときなど。加入事由が発生した日からの加入になります。

～手続きが遅れると～

保険税は手続きをした月からではなく、資格を得た月の分からかかるため、加入した月までさかのぼって保険税を納めることになります。

### 国保をやめるとき

市外へ転出するとき、職場の健康保険に加入したとき、死亡したとき、生活保護を受けるようになったときなど。事由が発生した日で国保をやめることになります。

～手続きが遅れると～

国保の保険証を使い、医療を受けてしまった場合、国保が負担した医療費を返還してもらうことになります。

と、特別な場合を除き、有効期間の短い「短期保険証」が交付されたり、保険証の返還を求められたり、また、資格証明書の交付や保険給付の全部または一部が差し止められることがあります。

○災害など特別な事情により納付に困ったときは、支払いが猶予または減額・免除される場合がありますので、ご相談ください。

国民健康保険についてくわしくは保険年金課 ☎20・1526(入)。