



国保だより

No. **53**
冬号
令和7年2月発行



令和6年12月2日からマイナ保険証を基本とする仕組みへ移行

主な内容

令和5年度国保特別会計の運営状況……………P3

令和7年度国民健康保険税率の改正……………P4

マイナ保険証特集記事…………… P 5～8



ひなちゃんも
一緒に健康管理!

保険者（鴻巣市）から

鴻巣市長 並木 正年



日頃より、市政運営にご理解、ご協力をいただき、厚く御礼申し上げます。

さて、国民健康保険は、団塊世代の後期高齢者への移行や、社会保険の適用拡大により、被保険者数が減少を続けており、難しいかじ取りを迫られています。

また、平成30年度から都道府県を財政運営の責任主体として市町村と共同で運営する新制度となり、埼玉県では、令和6年度から令和11年度までを計画期間とする埼玉県国民健康保険運営方針（第3期）を策定し、県内の保険税水準を令和9年度に準統一することなどの方針が示されているところです。

令和7年度も、持続可能で安定した事業運営を維持しつつ、急激な負担増を避けるため税率改正を行うこととなり、被保険者の皆様には、ご理解いただきたいと思います。

市では、引き続き、特定健康診査や特定保健指導の推進、糖尿病性腎症重症化予防事業の実施、人間ドック・脳ドック検査費用の一部助成、ジェネリック医薬品の普及等、健康づくりのための各種事業を積極的に展開し、医療費の削減に努めてまいります。

今後も、「市民と歩む新しい鴻巣」を基本姿勢として、持続可能なまちづくりに取り組んでまいりますので、一層のご理解、ご協力を賜りますようお願い申し上げます。

鴻巣市国保運営協議会から

鴻巣市国民健康保険運営協議会



会長 金子 宮司

本運営協議会は、本市の国民健康保険が安定して運営できるよう、保険税や保険給付、保健事業等について、意見の交換や審議を行う場として設置されており、

令和6年度は、昨年度に続き、並木市長より国民健康保険税の税率改正について諮問を受け、慎重な審議を行ってまいりました。本市では、各種保健事業を推進し、医療費適正化に努めていただいているところでありますが、一人当たり医療費の増加傾向が続いています。こうした国保運営状況の厳しさ、令和9年度に予定される県内の保険税水準の準統一を踏まえ、埼玉県が示す標準保険税率を参考に、負担を先送りすることのないよう、計画的、段階的に保険税率の改正を行うよう、令和7年度の税率改正の答申を行いました。

今後も、本運営協議会は、その責務の重さを認識し、国保事業の力になれるよう、尽力してまいります。



鴻巣市国民健康保険運営協議会 被保険者代表を募集

鴻巣市国民健康保険運営協議会は、国民健康保険事業の運営に関する重要事項を審議するため、被保険者・保険医・保険薬剤師・公益及び被用者保険等を代表する委員の18人で組織されています。任期満了に伴い、被保険者代表委員を募集します。

任期 令和7年5月26日～令和10年5月25日

募集人数 5人

対象者・条件

- 国民健康保険に関心がある18歳以上の本市国民健康保険の被保険者
- 任期中に資格喪失（後期高齢者医療保険に移行するなど）にならないこと
- 年4～5回程度の会議に出席できること

● 本市の附属機関の委員を3機関以上務めていないこと

報酬 日額5,500円

会議の方式等

方式…対面会議
時期…第1回（8月）、第2～3回（10月）、第4回（2月）

※令和6年度開催実績
時間帯…平日の13時～15時

応募方法

国保年金課・両支所福祉グループに備え付け又はホームページに掲載してある申込書に必要事項を記入し、持参、郵送、又は電子申請

募集期間

令和7年3月21日～4月8日

選考方法・結果通知

書類選考を行い、選考結果を令和7年4月下旬ごろ通知

問合せ先

国保年金課保険担当 541-1321（内線2652）



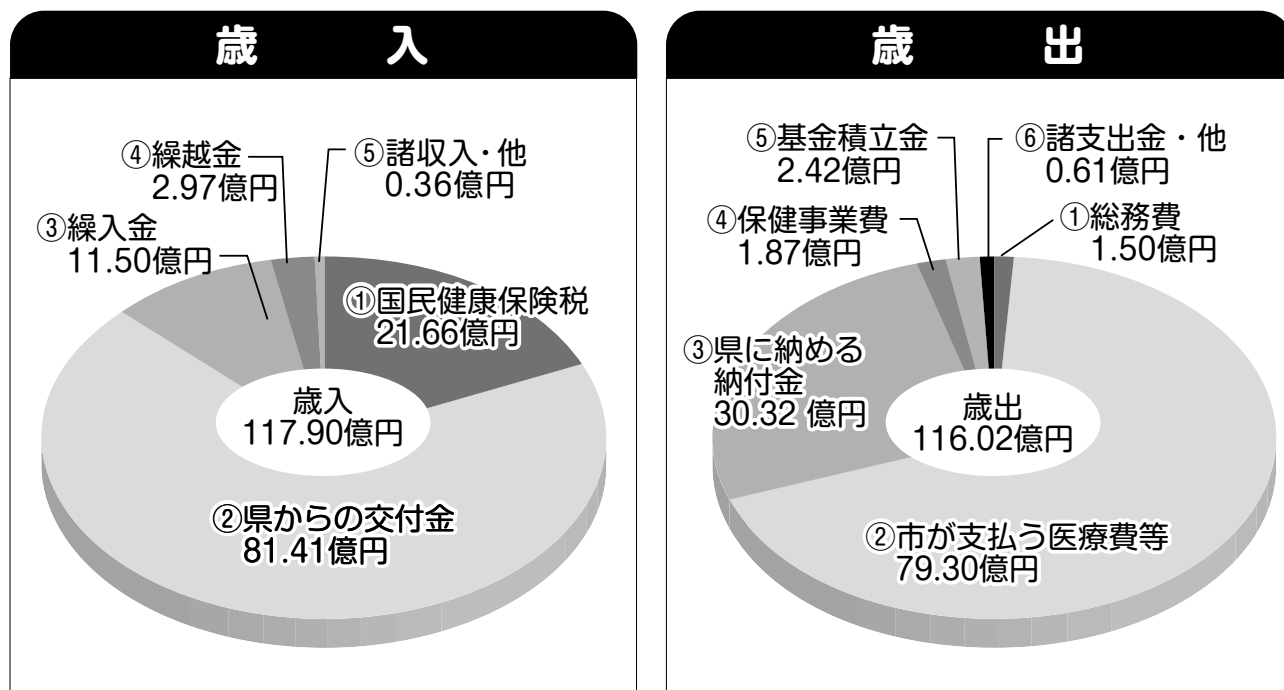
令和5年度の国保特別会計の運営状況について

令和5年度の国保財政の運営状況は、医療機関への支払である保険給付費（グラフ中、歳出「②市が支払う医療費等」）が約79億3,000万円となり、前年度と比較して約3億5,600万円の減少となりました。また、事業費納付金（歳出「③県に納める納付金」）については、前年度比4,100万円増となる約30億3,200万円となっています。

歳入においては、被保険者の減少に伴い保険税が前年度比で約4,500万円減少し、引き続き厳しい運営状況となっております。

1人当たりの医療費は393,534円となり、前年度と比較して3,776円増加し、令和6年度現在も増加傾向が続いています。引き続き特定健診の推進や、各種健康づくり事業を積極的に展開するなど、医療費の削減に努めてまいります。

《令和5年度 国民健康保険事業特別会計 歳入歳出決算の概要》

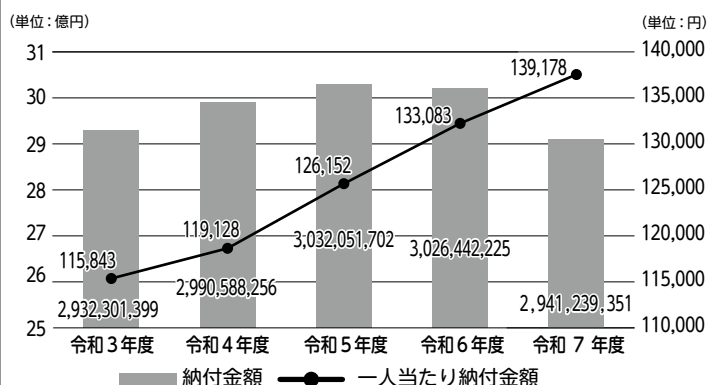


《一人当たり調定額の推移》

年度	令和2年度	令和3年度	令和4年度	令和5年度
鴻巣市	83,862円	83,477円	88,717円	91,836円
市平均	95,494円	95,932円	100,380円	100,730円
県順位	32位	33位	32位	28位

※県順位は県内40市中の順位

埼玉県に納める納付金と一人当たり納付金額の推移





令和7年度の国民健康保険税率を改正します

国民健康保険は、平成30年度から都道府県単位となり、埼玉県と市町村が共同で運営する制度となったことから、医療費は全額埼玉県が負担し、市は医療費に見合った納付金を埼玉県に納めています。

本市国民健康保険税の1人当たり調定額が県内市平均よりも低い状況の中、保健事業の充実や医療費適正化を図るとともに、収納率向上等の取り組みにより国民健康保険財政を維持してまいりました。本市は令和4年度から国民健康保険制度の安定した運営を図るため、また、令和9年度の県内の保険税水準の準統一に向け、急激な保険税の負担増とならないよう、県から示された標準保険税率に近づけていくため段階的に保険税率を改正しており、令和7年度も税率を改正します。

国民健康保険制度を持続可能な制度とするため、ご協力をお願いいたします。

令和6年度 保険税率

	所得割	均等割
医療分	6.80%	27,500円
支援金分	2.75%	16,000円
介護分	2.40%	16,000円
合計	11.95%	59,500円



令和7年度 保険税率

	所得割	均等割
医療分	6.92%	35,500円
支援金分	2.76%	16,000円
介護分	2.30%	16,000円
合計	11.98%	67,500円

医療分…国民健康保険事業に要する費用に充てるために国保加入者が負担する額

支援金分…後期高齢者医療制度の財源として現役世代から共に支えるために負担する額

介護分…40歳以上65歳未満の介護保険第2号被保険者が負担する額

【参考】令和7年度 鴻巣市市町村標準保険税率

	所得割	均等割
医療分	7.12%	43,696円
支援金分	2.65%	16,037円
介護分	2.21%	15,913円
合計	11.98%	75,646円

標準保険税率とは、統一の算定ルールに基づき、埼玉県が毎年市町村ごとに算定する理論上の税率で、主に医療費の支払いに必要な水準を示すものです。医療費動向等により毎年度更新されます。



ホームページ上に税額の試算ができるエクセルファイルを掲載していますので、お試しください。なお、あくまで目安としてご活用いただくことを想定した簡易的なものであり、実際の決定額と異なる場合がありますので、ご了承の上ご使用ください。

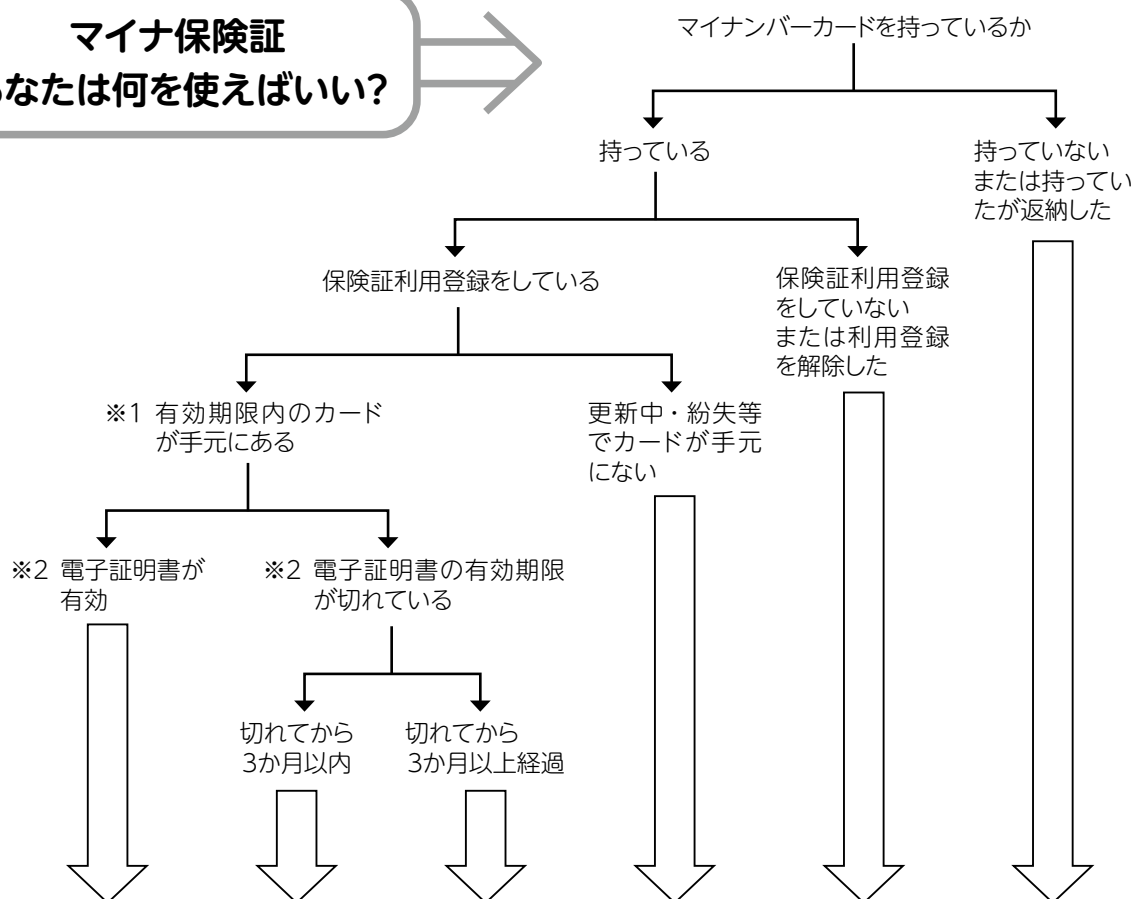


「R7 国民健康保険税簡易試算表」(ページ中程に掲載)

保存版 マイナ保険証って何？

令和6年（2024年）12月2日以降、従来の健康保険証は発行されなくなり、「マイナ保険証」を基本とする新たな仕組みが始まりました。自分が医療機関や薬局の窓口で何をえばよいのか確認しましょう。※鴻巣市国民健康保険加入者向けに整理した記事となります。社会保険等に加入している方は、各保険者へお問い合わせください。

**マイナ保険証
あなたは何をえばいい？**



令和7年7月31日まで	マイナ保険証または従来の保険証	マイナ保険証または従来の保険証	従来の保険証	従来の保険証	従来の保険証	従来の保険証
令和7年8月1日から	マイナ保険証（資格情報のお知らせ）	マイナ保険証（資格情報のお知らせ）	資格確認書	資格確認書（要申請）	資格確認書	資格確認書
備考	マイナ保険証での受診が困難な要介護高齢者や障害者等は、申請により資格確認書が交付されます	できるだけ早めに電子証明書の再発行を行います	電子証明書再発行後、再度マイナ保険証の利用登録をください	カードが交付されればマイナ保険証で受診できます	DV被害者などでマイナポータル等で自己情報が閲覧できない設定をされている方を含む	

※1 マイナンバーカードの有効期限＝発行後10回目の誕生日（15歳未満5回目の誕生日）

※2 電子証明書の有効期限＝発行後5回目の誕生日（年齢問わず）

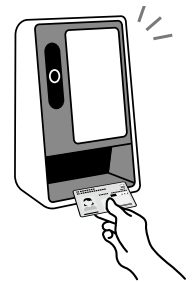
令和6年12月2日以降に資格を取得した方などには、資格確認書又は資格情報のお知らせを発行しています。

マイナ保険証を使ってみましょう

1 マイナ保険証を医療機関の窓口にあるカードリーダーに置いてください

顔認証または暗証番号（4桁）で本人確認を行います。カードリーダーに顔写真は保存されません。

利用登録がまだの方は、受診当日、医療機関窓口のカードリーダーですぐに利用登録できます。



2 オンラインで健康保険の資格情報の確認が行われます

医療機関が、オンラインで健康保険の資格情報を確認します

3 これまでどおり保険診療が受けられます

従来の保険証と何が違うの？

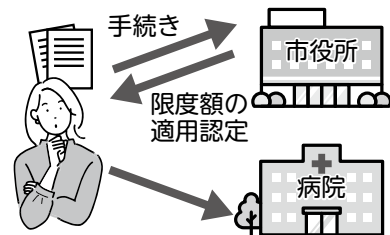
1 データに基づくよりよい医療が受けられます

薬剤情報等の提供に同意すると、過去に処方されたお薬や特定健診などの情報を初診でも医師・薬剤師にスムーズに共有できます。

2 医療費が高額になったときに、手続きなしで限度額を超える支払いが免除されます

医療費が入院等で高額になったときに限度額を超える支払が免除されるには、手続きをして発行される紙の認定証が必要でしたが、マイナ保険証を利用すれば**その手続きが不要**になって便利です！

ほかにもさまざまなメリットがあるので詳細は厚生労働省ホームページをご覧ください。



マイナ保険証を使えば手続き不要

職員出前講座

「かんたん、便利、マイナ保険証」

マイナ保険証の制度やメリット、登録方法について国保年金課職員が解説します。自治会などの集会の際、いかがでしょうか。

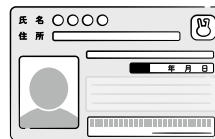
申込先：国保年金課保険担当



令和6年10月市内集会所で実施したときの様子

マイナ保険証とは

健康保険証として利用登録したマイナンバーカードのことです。医療機関や薬局の顔認証付きカードリーダーなどでマイナンバーカードを健康保険証として利用登録することで、すぐその場で従来の健康保険証の代わりに利用することができます。



まだマイナンバーカードを持っていない方や、保険証の利用登録をしていない方は、マイナ保険証の利用登録をご検討ください。※マイナ保険証は任意です

資格確認書とは

下記のように**マイナ保険証を持っていない人などに交付されるものです**。従来の国民健康保険の保険証と同じサイズで、カード型となります。これを医療機関の窓口で提示することで、これまでどおり保険診療が受けられます。70歳・75歳を迎える方を除き、従来の保険証は令和7年7月31日が有効期限となっていますので、期限が到来するまでは従来の保険証を使用してください。資格確認書は8月1日までに郵送します。

【申請無しで交付される方】

- ・マイナンバーカードを持っていない方
- ・マイナンバーカードを持っていても健康保険証として利用登録していない方
- ・マイナンバーカードの電子証明書の有効期限が切れた方

【申請により交付される方】 ご相談ください。

- ・要介護の高齢者や障害をお持ちの方など、医療機関の受診時にマイナ保険証の利用が困難な方
- ・マイナンバーカードを紛失、更新中の方

埼玉県鴻巣市鴻巣9999
国民健康保険 有効期限 令和7年7月31日
資格確認書 発効期日 令和6年11月14日
記号 こうのす 番号 0000000 (枝番) 01
氏名 鴻巣 太郎
生年月日 昭和28年1月1日 性別 男
適用開始年月日 令和6年11月14日 負担割合 2割
交付年月日 令和6年11月14日
世帯主氏名 鴻巣 太郎
住所 埼玉県鴻巣市鴻巣9999
保険者番号 110171 交付者名 鴻巣市

資格情報のお知らせとは

マイナンバーカードには、従来の保険証のように記号・番号や資格取得年月日が記載されていないため、**マイナ保険証を持っている方が自分の加入情報を確認できるように交付される通知のことです**。大きさは、A4判の普通紙となります。医療機関のカードリーダーが使えないとき等は、マイナンバーカードとこの通知を提示することで保険診療が受けられますが、この通知だけでは医療機関を受診することはできません。

従来の保険証が有効な期間（令和7年7月31日（70歳・75歳を迎える方を除く））には交付しないため、8月1日までに郵送します。

令和6年11月14日
365-0028
埼玉県鴻巣市鴻巣9999

鴻巣 太郎 様 (お問い合わせ)
〒365-0028
鴻巣市中央2番1号
鴻巣市役所 国民健康保険課
電話番号 048-742-1122 内線202

資格情報のお知らせ
お名前 鴻巣市
保険者番号 110171

あなたの加入する健康保険の資格情報を下記のとおりお知らせします。
なお、このお知らせのみでは受診できません。

記号	こうのす	番号	0000000 (枝番) 02
氏名	鴻巣 太郎		
フリガナ	コウノ スズ		
負担割合 (70歳以上の高齢者)	※ ※ ※		
発効期日	※ ※ ※		
適用開始年月日	令和6年11月14日		
交付年月日	令和6年11月14日		

※ 70歳以上の場合は、負担割合のほか、有効期限、発効期日を記載。（下記の知り得る範囲で掲載）
スマートフォンをお持ちの方は、以下の表示コードからマイナンバーカードはログインすることで、ご自身の健康保険の資格情報を確認することができます。ぜひご利用ください。

マイナンバーカードへのアクセス・ダウンロードはこちら

※ 70歳以上の場合は、負担割合のほか、有効期限、発効期日を記載。（下記の知り得る範囲で掲載）
スマートフォンをお持ちの方は、以下の表示コードからマイナンバーカードはログインすることで、ご自身の健康保険の資格情報を確認することができます。ぜひご利用ください。

資格情報のお知らせ
お名前 鴻巣市
保険者番号 110171

記号 こうのす 番号 0000000 (枝番) 02
氏名 鴻巣 太郎
負担割合 ※ ※ ※ 発効期日 ※ ※ ※
発効の期日はマイナ保険証が有効な期間です

マイナポータルを利用しましょう

マイナポータルは、行政手続きのオンライン窓口のことです。行政手続きの検索、オンライン申請、行政機関が持っている自分の情報の確認等ができます。

手続きの検索等一部の機能はマイナンバーカードが不要ですが、原則、利用（ログイン）するには、マイナンバーカードが必要です。

マイナポータルでできることの例

- ・マイナ保険証の登録、登録状況や健康保険資格情報の確認
- ・子育てや介護をはじめとする各種行政サービスのオンライン申請
- ・税情報や予防接種の記録等、行政機関が持っている自分の情報の確認

マイナポータル利用方法（スマートフォンの場合）

※カードを読み取る機能が付いた機種でないと利用できません。

- 1 マイナポータルのアプリをインストールする
- 2 インストールが完了したら、アプリを開く
- 3 パスワード（4桁の利用者証明用電子証明書用）を入力する
- 4 マイナンバーカードを読み取る（画面の指示に従い、スマートフォンの所定の位置にカードを合わせ、「読み取り開始」をタップする）
- 5 読み取りが完了するとトップ画面が表示される

☆通知情報を確認・取得する方法はデジタル庁ホームページをご覧ください。



（デジタル庁 マイナポータルの機能追加について）

国民健康保険に加入する世帯の世帯主の皆様は「医療費のお知らせ」を定期的に送付しています。この通知は、医療費や自己負担額等をお知らせするもので、世帯のうち国民健康保険に加入している被保険者全員の医療費情報を記載しています。（自由診療は含みません）

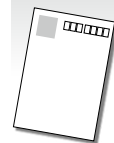
令和7年度における医療費通知の発送回数は、送料の高騰に伴い、**年4回とさせていただきます**ので、ご理解いただきますようお願いいたします。

なお、医療機関等から診療報酬の請求が遅れるなどの原因により、「医療費のお知らせ」に記載されないことがありますのでご注意ください。

また、「医療費のお知らせ」以外に医療費等を確認する方法は、医療機関から発行される領収書などを保管してご確認いただくほか、**マイナ保険証**を利用している方は、**マイナポータルから医療費情報が確認できますので、ぜひご活用ください。**

医療費通知の送付について

発送回数を
変更しません



R 6 年度医療費通知発送スケジュール（令和6年4月～令和7年3月） 全6回発送

発送時期	R 6. 4月	R 6. 6月	R 6. 8月	R 6.10月	R 6.12月	R 7. 2月
対象月	R 5.11・12月 診療分	R 6. 1・2月 診療分	R 6. 3・4月 診療分	R 6. 5・6月 診療分	R 6. 7・8月 診療分	R 6. 9・10月 月診療分



R 7 年度医療費通知発送スケジュール（令和7年4月～令和8年3月） 全4回発送

発送時期	R 7. 5月	R 7. 8月	R 7.11月	R 8. 2月
対象月	R 6.11・12月 R 7. 1・2月 診療分	R 7. 3・4・5月 診療分	R 7. 6・7・8月 診療分	R 7. 9・10・11月 診療分

国民健康保険税を少なくするための情報

○所得の申告をお願いします

国民健康保険では、保険税の所得割の算定のほか、保険税の軽減判定や、高額療養費の自己負担限度額などの判定にも所得が用いられます。令和6年中に収入がなかった方も必ず申告をお願いします。申告については広報1月号の記事「特集②令和6年分確定申告、市民税・県民税申告」もご覧ください。毎年、申告勧奨のハガキが送付される方も事前の申告をお願いします。

〈申告をしない〉

・国民健康保険税の軽減措置が適用されません。

・高額療養費の自己負担限度額が判定できなため、窓口で支払う自己負担額が高くなります。

【対】鴻巣市の国民健康保険加入者、その世帯主、特定同一世帯所属者（※）で、令和7年4月1日現在16歳以上の人（学生等、家族の扶養親族であっても申告がないと軽減等の適用を受けることができません。）

※特定同一世帯所属者とは、国民健康保険から後期高齢者医療制度へ移行した人で、継続して同じ世帯にいます。

○低所得世帯に対する軽減

世帯の所得が一定基準以下の場合、所得額に応じて均等割額を2割・5割・7割減額します。

【対】所得が一定基準以下で、世帯主と加入者全員が所得の申告をしている世帯

【申】所得申告が必要です

○未就学児に対する軽減

未就学児の均等割額が半額になります。

【対】未就学児

【申】不要

○産前産後期間に係る免除

出産する国民健康保険加入者の一定期間の所得割額と均等割額を免除します

【対】出産する国民健康保険加入者

【申】母子手帳等を添えて届出

○多子世帯に対する減免

18歳未満の加入者が3人以上いる世帯の、3人目以降の均等割額を減免します。

【対】18歳未満の加入者が3人以上いる世帯

【申】所定の申請書を提出（対象の世帯にはお知らせします）

○倒産・解雇等による離職者に対する軽減

倒産や解雇、雇止めなどによる離職者の方は、保険税算定の基になる前年の給与所得を100分の30として算定します。

【対】65歳未満であり、雇用保険受給資格者証の理由欄のコードが11・12・21・22・23・31・32・33・34のいずれかである方

【申】雇用保険受給資格者証を持参し届出

○旧被扶養者に対する減免

会社の健康保険などの被保険者本人が、75歳になり後期高齢者医療制度へ移行したことにより、被扶養者だった65歳以上の方が国民健康保険に加入した場合に、当面の所得割額全額、2年間均等割額の5割を減免します。※国民健康保険から後期高齢者医療制度へ移行した場合は該当しません。

【対】後期高齢者医療制度へ移行した人の被扶養者だった65歳以上の方

【申】不要

○災害で被害を受けた方に対する減免

震災、風水害、火災等により財産に大きな損害を受け、納税が困難になった場合、住宅等の損害の程度に応じ、一定割合を減免します。

【対】震災、風水害、火災等の被災世帯

【申】り災証明書を添えて申請書を提出

退職後の健康保険が安くなるかも!?

社会保険に加入していた方が退職すると、退職日の翌日から会社の健康保険は使えなくなります。いずれかの医療制度に加入する必要がありますが、選択肢は国民健康保険だけではありません。次のような事例もあります。

●任意継続被保険者：退職後も在籍していた会社の健康保険に加入できる制度があります。在籍中は会社が保険料の半分を負担していたところ、任意継続後は保険料は全額自己負担となりますが、**国保に加入した場合の保険税と比較して安い場合があります。**4ページに、保険税の試算ができるホームページの2次元コードを掲載していますので、比較の際参考にしてください。

●家族が加入する健康保険の被扶養者：退職後、収入見込みが130万円（年金受給者の場合は180万円）未満の場合、被扶養者になれる可能性があります。**保険料の負担がないため、国保に加入するより経済的負担が少なくなります。**

納付方法について

○保険税の納付は口座振替で

国民健康保険税の納付は、原則として口座振替です。口座振替は、納期限に自動的に引落しになるため、納め忘れがなく安心

しかも毎回納めに行く手間が省け、とても便利です。現在過半数の世帯が口座振替で納付しています。年金天引きの世帯以外は、口座振替への切り替えにご協力をお願いします。

キャッシュカードのみで口座振替の受付を行えるペイジー口座振替受付サービスが利用できます。※一部非対応の金融機関があります。

【申】通帳・印鑑またはキャッシュカードを用意の上、市役所・吹上・川里両支所の窓口

○その他の納付方法

国民健康保険税は、口座振替以外にも、コンビニエンスストアの店頭、スマートフォンアプリ決済、クレジットカード、インターネットバンキング等様々な納付方法があります。納め忘れの無いよう、期限内納付にご協力ください。

確定申告や年末調整の社会保険料控除のために、領収書は保管しておきましょう。また、アプリ決済等ではきちんと記録しておくことをおすすめします。

柔道整復・鍼灸・マッサージの 上手なかかり方

「柔道整復」

単なる肩こり、筋肉疲労などに対する施術は保険の対象になりません。このような症状で施術を受けた場合は、全額自己負担になります。

また、病院等と同じ負傷等の治療中は、施術を受けても保険等の対象になりますのでご注意ください。

なお、柔道整復の施術を受けても、症状が改善しないときは、内科的要因が関っている可能性もありますので、医師

の診断を受けるようにしましょう。

【鍼灸】

治療を受けるにあたって、保険が使えるのは、あらかじめ医師の発行した同意書又は診断書がある場合です。

また、柔道整復同様、病院等で同じ負傷等の治療中は、施術を受けても保険等の対象になりませんのでご注意ください。

【マッサージ】

鍼灸同様、治療を受けるにあたって、保険が使えるのは、あらかじめ医師の発行した同意書又は診断書がある場合です。

また、単なる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などは保険の対象となりませんのでご注意ください。

第三者行為（交通事故など）による届出について

第三者行為（交通事故など）によってケガや病気をしたときの治療費は、本来、加害者が負担することが原則です。

そのため、このような傷病で保険を使って治療を受けるときには、市役所国保年金課へ届出が必要となります。

届出が必要な事例

- 交通事故にあったとき（自転車での事故も含む）
- 同乗していた車が事故を起こしてケガをしたとき
- スポーツ等で接触事故に巻き込まれたとき
- 傷害事件に巻き込まれたとき
- 他人の落下物にあたってケガをしたときなど

また、次のようなときは、保険を利用することができません。

- 飲酒運転、無免許運転などの法令違反が原因の交通事故によるもの
- けんか、泥酔などによるもの
- 犯罪行為や故意によるもの
- 業務上（仕事や通勤途中）の事故によるもの：労災保険で対応
- 医師の指示に従わなかったとき
- 病気とみなされないもの
- 加害者から治療費を受け取ったり、示談を済ませてしまった場合

特定健診を受けた後は、特定保健指導を受けましょう！

【特定保健指導とは】

特定健診の結果、生活習慣病の発症リスクが高い方へご自身の生活習慣改善に向けたサポート（無料の個別相談）が受けられます。

栄養と健康のプロである管理栄養士があなたのライフスタイルに合った生活習慣プログラムを設定し約3か月間のサポートをします！

対象となった方には黄色の封筒で利用券を送付しますので、届いた方はぜひご参加ください！

【参加者の声】

- 今まで極端なダイエットをしていたが、続かず、特定保健指導に参加してやはりバランスの良い食事と運動が良いと分かった。
- 管理栄養士さんからのお話で危機感を持ち、間食やご飯の量を気をつけるようになったら、体重が減りました。
- 専門職の方から支援いただくことで頑張ろうと思えました。これからもアドバイスいただいたことを続けていきます。

セルフメディケーションをご存じですか？

セルフメディケーションって、何でしょうか？

世界保健機関（WHO）の定義によれば、「自分自身の健康に責任を持ち、軽度な身体の不調は自分で手当てすること」です。

セルフメディケーションの取り組みはどのようなことでしょうか？

- ① 適度な運動、バランスの取れた食事、十分な睡眠などで、普段から自己管理すること。
- ② 軽い身体の不調には、市販のOTC医薬品（医師の処方箋なしに購入できる医薬品）を利用したり、症状の改善が認められない時には医療機関を受診したりすること。

OTC医薬品をどのように選んだら良いですか？

OTC医薬品には分類があります。購入する際には、薬剤師さんに相談しましょう。

「セルフメディケーション税制」を活用しましょう

OTC医薬品の購入額がある一定の額を超えた場合に、その金額が課税所得から差し引かれる制度です。本人または生計を一にする家族がOTC医薬品を購入した際に、その年間の合計額が税込12,000円を超えた分について所得控除を受けることができます。1月からの1年間で購入した分について適用され、翌年の確定申告で申請できます。

【対象となる方】

- 所得税、住民税を納付している。
- 1年間（1月から12月）のうちに、特定健康診査、健康診査、定期健康診断（事業主健診）、予防接種、がん検診等のいずれかを受けている。
- 医療費控除を受けていない。（セルフメディケーションによる所得控除と医療費控除は併用することはできません）

詳細は、下記のホームページをご覧ください。

【厚生労働省】

セルフメディケーション税制（特定の医薬品購入額の所得控除制度）について



【国税庁】

No.1129 特定一般用医薬品等購入費を支払ったとき（医療費控除の特例）





医療費を大切にしましょう

医療費増加の原因には、同じ病気で複数の医療機関を受診する重複受診、同じ症状で過度に受診する頻回受診、休日や夜間診療の受診、ジェネリック医薬品があるのに利用しないなど、医療機関への受診内容が大きく関係します。医療費の節約のため、適正な受診を心掛けましょう。

【重複受診は控えましょう】

同じ病気で複数の医療機関にかかると、医療費の負担が増大するだけでなく、重複する検査や投薬を繰り返すことで、体への負担や副作用が大きくなり、より症状が悪化してしまうおそれがあります。「セカンドオピニオンを求めるため」などの特別な理由がない場合は、「重複受診」を控えましょう。

【頻回受診は控えましょう】

同じ症状で、過度に医療機関への受診や柔道整復等の施術を受けると、体に大きな負担がかかるほか、医療費の負担も増大します。

受診回数については、医師と相談し、適正な受診回数となるよう心掛けましょう。

【医薬品はジェネリックを活用しましょう】

ジェネリック医薬品（後発医薬品）は、先発医薬品と同等の効能効果を持つ医薬品であり、費用が先発医薬品よりも安価です。医師と相談のうえ、ジェネリック医薬品を積極的にご利用ください。

《一人当たり医療費額の推移》

年度	令和2年度	令和3年度	令和4年度	令和5年度
鴻巣市	339,276円	374,305円	389,758円	393,534円
市平均	334,027円	357,016円	365,173円	379,367円
県順位	21位	10位	6位	16位

※県順位は県内40市中の順位



ご存じですか？ジェネリック医薬品（後発医薬品）の新ルール

令和6年10月からの医薬品の自己負担の新たな仕組みとして、ジェネリック医薬品（後発医薬品）があるお薬で、先発医薬品の処方を希望される場合は、特別の料金が発生します。

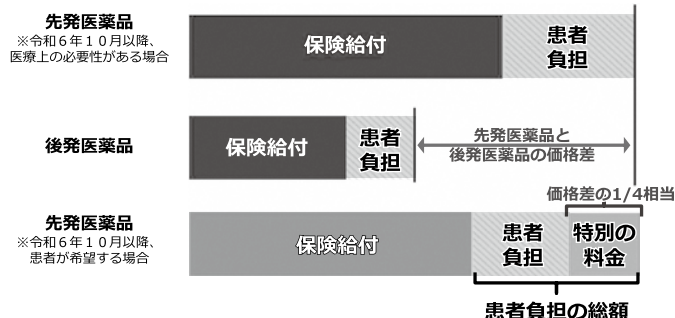


特別の料金の計算について

図表 特別料金の計算方法

先発医薬品と後発医薬品の価格差の4分の1相当を特別の料金としてお支払いいただきます。

例えば、先発医薬品の価格が1錠100円、後発医薬品の価格が1錠60円の場合、差額40円の4分の1である10円を、通常の1～3割の患者負担とは別にお支払いいただきます。



※「特別の料金」は課税対象であるため、消費税分を加えてお支払いいただきます。
 ※端数処理の関係などで特別の料金が4分の1ちょうどにならない場合もあります。詳しくは厚生労働省HPをご覧ください。
 ※後発医薬品がいくつか存在する場合は、薬価が一番高い後発医薬品との価格差で計算します。
 ※薬剤料以外の費用（診療・調剤の費用）はこれまでと変わりません。

※厚生労働省HPより

鴻巣薬剤師会からのお知らせ

ジェネリック医薬品についてのご質問やお薬に関するご相談がありましたらお近くの薬局へご相談ください。

また、かかりつけ薬剤師・薬局を持つと、薬の重複処方や飲み合わせの副作用を防ぐことができたり、一人ひとりに合ったアドバイスを受けることができます！

鴻巣薬剤師会会員薬局では、みなさんのご来店をお待ちしております。お気軽にご相談ください。



鴻巣薬剤師会
ホームページ

+ 特定健診 鴻巣市の受診率は？

鴻巣市では毎年6月～2月まで無料の特定健診を実施していますが、皆さまは受診しましたか？

特定健診は、皆さまが将来、長く健康で過ごしてもらえるように40歳以上の方への実施が義務づけられている健診であり、生活習慣病の早期発見早期治療を目的とした健診です。

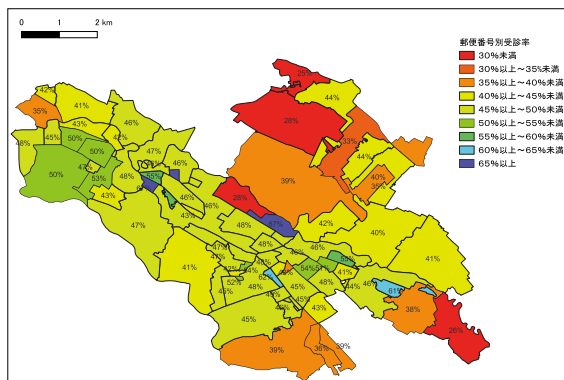
毎年どれくらい受診しているかの指標として「受診率」があります。ちなみに令和5年度の本市の受診率は41.9%で、令和11年度には60%が目標となっています。

今回は本市の受診率を日本薬科大学がさらに分析し、地区ごとの結果を右図のとおりまとめてくれました。あなたの地区の受診率はいかがでしょうか？

ずっと健康でいるためには、まず関心を持つことから始まります。家族や身近な友人とこういった「健診」や「健康」の話題で話して、みんなで習慣的に健診を受けるようにしましょう。



※図表は令和4年度の受診率より作成
地区ごとの受診率の詳細は市HPへ



順位	地区名	受診率
1	中井	67.4%
2	市ノ縄	66.7%
3	栄町	61.9%
4	西中曽根	60.7%
5	愛の町	55.3%

「特定健診受診率の推移」

年度	令和2年度	令和3年度	令和4年度	令和5年度
鴻巣市	39.4%	43.4%	44.6%	41.9%
市平均	34.8%	38.0%	39.2%	40.1%
県順位	12位	7位	5位	18位

※県順位は県内40市中の順位

「職員出前講座 「健診結果からわかること」

特定健康診査、職場の健診、人間ドックなど、健診の検査項目や結果から分かる生活習慣病のリスクや予防法を保健師と管理栄養士が解説します。団体・グループからのお申し込みをお待ちしております！

いきいき健康相談の「案内」

【内容】 高血圧・糖尿病・脂質異常症等の生活習慣病や肥満、女性特有の症状等、健康や栄養に関することについて、保健師と管理栄養士が相談をお受けします。
（予約制）
【申込】 健康づくり課へ電話でお申し込みください。
【電話】 543-1561

ストップ喫煙

たばこの煙に含まれる有害化学物質や発がん性物質は、副流煙や喫煙者が吐き出す煙の中にも含まれています。たばこの煙は喫煙者はもちろん喫煙しない人の健康にも悪影響を及ぼします。
鴻巣市内には禁煙外来を実施している医療機関がありますので、詳細は市ホームページをご覧ください。ページ下部に対象医療機関のPDFファイルが掲載されています。



禁煙外来実施
医療機関

人間ドック・脳ドックの助成を行います

人間ドック

【助成対象】 受診日当日30歳以上の鴻巣市国民健康保険の被保険者（保険税の未納がない世帯）

①簡易1日人間ドック（市指定医療機関で受診する場合）
【助成金額】 27,000円
【自己負担額】 11,700円

②一般人間ドック（市指定医療機関以外で受診する場合）
【助成金額】 オプション検査を除いた検査費用の7割（100円未満切り捨て）で限度額27,000円

③脳ドック

【助成対象】 受診日当日35歳以上の鴻巣市国民健康保険の被保険者（保険税の未納がない世帯）
【助成金額】 オプション検査を除いた検査費用の7割（100円未満切り捨て）で限度額28,000円

【必須検査項目】 磁気共鳴断層撮影（MRI）、磁気共鳴血管撮影（MRA）
※手続きの流れ・必要書類については広報11月号またはホームページをご覧ください。



人間ドック



脳ドック