

マイナンバーカード



「マイナ受付」のステッカー・ポスター
が貼ってある医療機関・薬局では

保険証として使えます!

(マイナポータルにより健診結果の閲覧が可能です)

マイナンバーについてのお問合せ

マイナンバー総合フリーダイヤル

マイ ナンバー
0120-95-0178



受付時間(年末年始を除く)

平日 9:30~20:00

土日祝 9:30~17:30

マイナンバーカードの紛失、盗難などによる
一時利用停止については、24時間365日受付

STEP 1.

マイナンバーカードの
申請方法は  

<https://www.kojinbango-card.go.jp/kofushinse/>

STEP 2.

マイナンバーカードの  

https://myna.go.jp/html/hokenshoriyou_top.html

※マイナンバーカードを保険証として  

ご利用可能な医療機関・薬局はこちら
https://www.mhlw.go.jp/stf/index_16743.html

後期高齢者 医療制度の てびき



令和
5年度版

埼玉県マスコット
「コバトン」・「さいたまっち」

目次

- ◆ 後期高齢者医療制度とは 1
- ◆ 被保険者となる方 1
- ◆ 保険証(被保険者証) 2
- ◆ 医療機関等にかかるときの自己負担の割合 3
- ◆ 高額療養費 7
- ◆ 一部負担金の減免 12
- ◆ 交通事故にあったとき 12
- ◆ 葬祭費の支給 12
- ◆ 療養費の支給 13
- ◆ 適正な受診を心がけましょう 15
- ◆ 保険料は大切な財源です 16
- ◆ 不審電話にご注意ください 16
- ◆ 健康診査 17
- ◆ 保健・健康づくり 18
- ◆ 後期高齢者医療制度の運営について 19
- ◆ 後期高齢者医療担当窓口 19
- ◆ 臓器提供の意思表示について 22

後期高齢者医療制度とは

後期高齢者医療制度は、誰もが安心して医療を受けることができるように、高齢者世代と現役世代の医療費負担を明確にして公平でわかりやすい制度にすること、保険財政の安定化を図ることを主な目的としてつくられた独立した医療保険制度です。

被保険者となる方

- 75歳以上の方
- 65～74歳で一定の障がいの状態にある方（本人の申請により、広域連合の認定を受けた方）

※一定の障がいの状態とは、次の状態が基準となります。身体障がい者手帳1～3級及び4級の一部。療育手帳A・A、精神障がい者保健福祉手帳1・2級。障がい年金1・2級。

※認定要件については、お住まいの市区町村の後期高齢者医療担当窓口にお問い合わせください。

上記に該当する方（生活保護受給者等を除く）は、それまで加入していた公的医療保険（国民健康保険、健康保険組合など）から脱退し、後期高齢者医療制度の被保険者となり、後期高齢者医療における保険料を納付し、給付を受けることになります。

被保険者となる日（資格を取得する日）

埼玉県内にお住まいで75歳になる方	75歳の誕生日当日から
75歳以上の方が、埼玉県内に転入してきたとき	転入した日から
65～74歳で一定の障がいの状態にある方	申請をして認定を受けた日から

Q 会社の健康保険などに加入している本人が75歳になると、本人に扶養されている74歳以下の配偶者の保険はどうなりますか？

A 国民健康保険などに加入する手続きをしてください。手続きについてはお住まいの市区町村の国民健康保険担当窓口へお問い合わせください。

Q 障がい者手帳等に期限がある場合は？

A 期限が切れた場合、後期高齢者医療の被保険者資格も同時になくなります。早めに障がい者手帳等の更新手続きを行ってから、もう一度障がい認定の申請をしてください。

Q 障がい認定を撤回することはできますか？

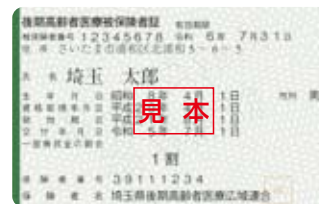
A ご本人からの申請により、75歳になるまでの間は障がい認定を撤回することができます。ただし、撤回の申請日より過去にさかのぼって撤回することはできません。社会保険等に加入する際は、あらかじめお住まいの市区町村の後期高齢者医療担当窓口で撤回の申請をしてください。

保険証 (被保険者証)

被保険者にはお一人ずつカード型の保険証が交付されます。医療機関等にかかるときは必ず提示してください。

保険証の有効期間は、原則として毎年8月1日から翌年7月31日までの1年間です。新しい保険証はお住まいの市区町村から毎年7月末までに送付されます。

緑色



後期高齢者医療被保険者証 表面

保険証は大切に保管しましょう

- 保険証が届きましたら、記載内容（氏名・住所等）を確認してください。
- 内容を書き換えた保険証は使用できません。
- 保険証の貸し借りは禁止されています。
- コピーした保険証は使用できません。
- 保険証を紛失したときは、お住まいの市区町村の後期高齢者医療担当窓口で再交付の申請をしてください。
- 保険証の有効期間内でも、自己負担の割合に変更があった場合（世帯構成の変更、所得の更正など）は、新しい保険証を送付します。それまでお使いの保険証は、お住まいの市区町村の後期高齢者医療担当窓口へ必ず返却してください。

※マイナンバーカードに所定の登録を行うことで、一部の医療機関等では保険証として利用できるようになりましたが、当面の間は、保険証も持参してください。

※古い保険証を使用すると、後日、一部負担金の差額分の支払いや、払い戻しの手続きが必要になる場合があります。

医療機関等にかかる ときの自己負担の割合

医療機関等の窓口での支払いは医療費等の1割・2割・3割です。自己負担の割合は、毎年8月1日に判定しています。

注)被保険者とは、後期高齢者医療制度の被保険者のことです。

令和5年度住民税課税所得 (令和4年中の所得から算出)	自己負担の割合
28万円未満の被保険者 (同じ世帯の被保険者全員が28万円未満)	1割
28万円以上145万円未満の被保険者 (5頁参照)	1割または2割
145万円以上の被保険者 及び同じ世帯の被保険者	3割 (現役並み所得者)

※住民税課税所得(住民税課税標準額)は、収入金額から必要経費等を差し引いた所得金額から地方税法上の各種所得控除を差し引いて算出します。詳細については、お住まいの市区町村の住民税担当へお問い合わせください。

※昭和20年1月2日以降生まれの被保険者及び同じ世帯の被保険者は、住民税課税所得が145万円以上であっても、同じ世帯に属する被保険者の「基礎控除後の総所得金額等」の合計額が210万円以下の場合、3割負担になりません。

自己負担の割合の判定の流れ①

本人及び同じ世帯にいる後期高齢者医療制度の被保険者の住民税課税所得がいずれも145万円未満である。

はい

いいえ

1割負担または
2割負担
(5頁参照)

同じ世帯にいる後期高齢者医療制度の被保険者は本人のみである。

はい

いいえ

本人の収入額が、383万円未満(383万円以上でも、同じ世帯に70~74歳の方がいる場合は、その方との収入の合計が520万円未満)である。

本人及び同じ世帯にいる後期高齢者医療制度の被保険者の収入の合計が、520万円未満である。

いいえ

はい

はい

いいえ

3割負担
(現役並み所得者)

基準収入額が適用されると

1割負担または2割負担 (5頁参照)

※令和4年1月~12月までの収入で判定します。

※収入とは、所得税法に規定される収入金額であり、必要経費や各種控除などを差し引く前の金額で、所得金額ではありません。

※収支上の損益にかかわらず、確定申告したものは、すべて上記収入金額に含まれます。

(例) 上場株式等の譲渡損失を損益通算または繰越控除するため確定申告した場合、所得が0円またはマイナスになる場合でも、収入金額としてはプラスのため、収入に含まれます。

ただし、令和4年分申告で、上場株式等に係る配当所得及び譲渡所得について、個人住民税において申告不要制度を選択した場合は、含まれません。

3割負担から 変更できる場合があります

次のいずれかの要件に該当する場合は、広域連合の認定を受けると負担割合が下がります(基準収入額適用)。

① 同じ世帯に被保険者が1人の場合

▶被保険者の収入が383万円未満(383万円以上であっても、同じ世帯に70~74歳の方がいる場合、70~74歳の方との収入の合計が520万円未満)

② 同じ世帯に被保険者が2人以上いる場合

▶被保険者の収入の合計が520万円未満

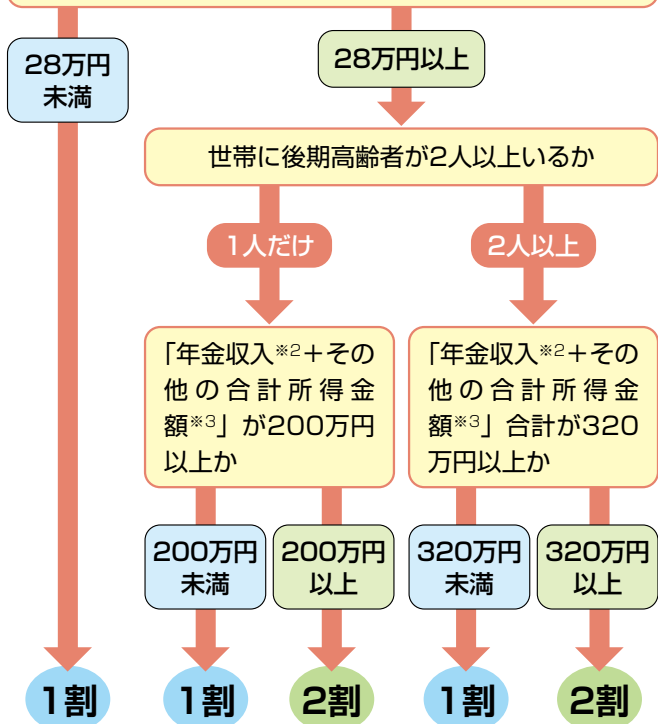
自己負担の割合の判定の流れ②（2割の対象となる方）

医療費の窓口負担割合が3割（住民税課税所得145万円以上）に該当しない方で以下のように決まります。

住民税非課税世帯の方は、1割負担となります。

世帯内の後期高齢者のうち

住民税課税所得^{※1}が最大の方の住民税課税所得が28万円以上か



※1 住民税課税所得（住民税課税標準額）は、収入金額から必要経費等を差し引いた所得金額から地方税法上の各種所得控除を差し引いて算出します。詳細については、お住まいの市区町村の住民税担当へお問い合わせください。

※2 「年金収入」には遺族年金や障害年金は含みません。

※3 「その他の合計所得金額」とは、事業収入や給与収入等から、必要経費や給与所得控除等を差し引いた後の金額です。

窓口負担割合2割の方の負担を抑える配慮措置

● 窓口負担割合2割の方は、令和4年10月1日の施行後3年間（令和7年9月30日まで）、1か月の外来医療の窓口負担割合の引き上げに伴う負担増加額を3,000円までに抑えます（入院の医療費は対象外）。

● 配慮措置の適用で払い戻しとなる方には、高額療養費として、ご登録いただいた口座へ、後日払い戻します。

※計算例（1か月の医療費全体額が50,000円の場合）

窓口自己負担1割のとき①	5,000円
窓口自己負担2割のとき②	10,000円
負担増③（②－①）	5,000円
配慮措置による窓口負担増の上限④	3,000円
払い戻し等（③－④）	2,000円

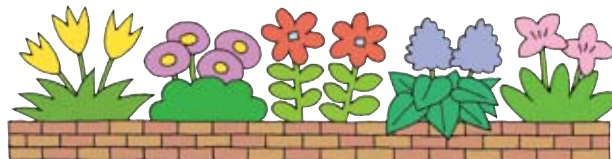
配慮措置

1か月5,000円の負担増を3,000円までに抑えます

● 同一医療機関における窓口での支払いは上限額までとなります。

一部負担金の差額を返還していただく場合があります

過去にさかのぼって所得更正（修正）があり、負担割合が変更になったとき、本来の負担割合と異なる負担割合の保険証を使用した、または、使用していた場合には、一部負担金の差額を広域連合に返還していただく場合があります。



高額療養費

同じ診療月に支払った医療費の自己負担額が限度額を超えた場合は、申請して認められると限度額を超えた分が払い戻されます。初めて該当したとき、お住まいの市区町村から申請書をお送りします。

■自己負担限度額(月額)

所得区分		外来 (個人ごと)	入院+外来 (世帯合算)
現役並み所得者	現役並み所得者Ⅲ	252,600円+(医療費-842,000円)×1% (多数回該当 140,100円)	57,600円 (多数回該当 44,400円)
	現役並み所得者Ⅱ	167,400円+(医療費-558,000円)×1% (多数回該当 93,000円)	
	現役並み所得者Ⅰ	80,100円+(医療費-267,000円)×1% (多数回該当 44,400円)	
一般Ⅱ	18,000円または [6,000円+(医療費-30,000円)×10%] の低い方を適用 (年間14.4万円上限)		
一般Ⅰ	18,000円 (年間14.4万円上限)		
低所得者Ⅱ (区分Ⅱ)	8,000円	24,600円	
低所得者Ⅰ (区分Ⅰ)			15,000円

現役並み所得者Ⅲ…住民税課税所得690万円以上の方。
 現役並み所得者Ⅱ…住民税課税所得380万円以上690万円未満の方。
 現役並み所得者Ⅰ…住民税課税所得145万円以上380万円未満の方。
 ※現役並み所得者Ⅰ～Ⅲは、同じ世帯の被保険者が1人でも該当すれば、その世帯の被保険者全員に適用されます。

一 般 Ⅱ…自己負担割合2割の方 (5頁参照)。
 一 般 Ⅰ…現役並み所得者、一般Ⅱ、低所得者に該当しない方。

低 所 得 者 Ⅱ…同じ世帯の全員が住民税非課税である方。
 低 所 得 者 Ⅰ…同じ世帯の全員が住民税非課税であって、その全員の所得が0円である方。なお、この所得は、年金の所得控除額を80万円として計算し、給与所得のある方は、10万円を控除して計算した金額です。

- 基準日(注1)時点で所得区分が一般Ⅰ・Ⅱ及び低所得者Ⅰ・Ⅱに該当する被保険者について、1年間(注2)のうち一般Ⅰ・Ⅱ及び低所得者Ⅰ・Ⅱであった月の外来分の自己負担額の合計が144,000円を超えた場合、その超えた分が払い戻されます。(注1)基準日は、毎年7月31日時点(死亡等により資格を喪失した方は、資格を喪失した日の前日)となります。(注2)1年間とは、毎年8月1日から翌年7月31日となります。
- (多数回該当)内の金額は、多数回該当(過去12か月に3回以上高額療養費の支給を受けた場合の4回目以降の支給に該当)の場合、所得区分が一般の方の外来(個人ごと)による高額療養費の支給は、多数該当の回数に含まれません。
- 現役並み所得者(Ⅰ・Ⅱ・Ⅲ)の方については、外来(個人ごと)及び入院+外来(世帯合算)の区分けはありません。
- 差額ベッド代、リネン代等は医療保険の適用外のため、高額療養費の対象には含まれません。
- 75歳の誕生日を迎えた月に限り、「誕生日前の医療保険」と「後期高齢者医療制度」それぞれの自己負担限度額が半額となります(1日生まれの方を除きます)。障がい認定により月の途中で後期高齢者医療制度に加入した場合、それまで加入していた医療保険と後期高齢者医療保険とのそれぞれで高額療養費の自己負担限度額が適用され、それぞれの保険で限度額上限まで負担する場合があります。
- 令和4年10月1日から令和7年9月30日までの間、医療費の窓口負担割合が2割の方は1か月の外来医療の窓口負担割合の引き上げに伴う負担増加額を3,000円までに抑える配慮措置があります(詳しくは6頁参照)。

「限度額適用認定証」、「限度額適用・標準負担額減額認定証」の交付は窓口で申請が必要です

限度額適用認定証もしくは限度額適用・標準負担額減額認定証を病院の窓口で提示することで、同じ月の同じ医療機関での一部負担金の金額を自己負担限度額までに抑えることができます。区分ごとに必要な証は以下のとおりです。

区 分	証の種類
現役並み所得者Ⅰ・Ⅱ	限度額適用認定証
低所得者Ⅰ・低所得者Ⅱ	限度額適用・標準負担額減額認定証
上記以外	保険証のみの提示

※区分は前ページの高額療養費の所得区分欄を参照

各証の交付については、申請が必要です。後期高齢者医療制度に加入する前の健康保険で既にお持ちだった場合でも、再度申請が必要となります。詳しくはお住まいの市区町村の後期高齢者医療担当窓口へお問い合わせください。

なお、対応する医療機関でマイナンバーカードを保険証として利用する場合、本人の同意があれば、上記の証を利用せずとも、窓口負担額を自己負担限度額までに抑えることができますが、当面の間は、申請の上、証を持参してください。

食事療養標準負担額（一般病床に入院した場合）
生活療養標準負担額（療養病床に入院した場合）

所得区分	食事療養標準負担額 (1食あたり)	生活療養標準負担額					
		医療の必要性の低い方		医療の必要性の高い方		指定難病患者	
		食費(1食)	居住費(1日)	食費(1食)	居住費(1日)	食費(1食)	居住費(1日)
現役並み所得者	460円(注1)	460円(注2)	370円	460円(注2)	370円	260円	0円
一般Ⅰ 一般Ⅱ							
低所得者Ⅱ★ (区分Ⅱ)	90日までの入院 210円	210円	370円	90日までの入院 210円	370円	90日までの入院 210円	0円
	過去12か月に90日を超える入院があったとき 160円			過去12か月に90日を超える入院があったとき 160円		過去12か月に90日を超える入院があったとき 160円	
低所得者Ⅰ★ (区分Ⅰ)	100円	130円	370円	100円	370円	100円	0円
老齢福祉年金受給者		100円	0円	100円	0円	100円	0円

(注1) 指定難病患者の方は1食あたり260円に据え置かれます。
 平成28年3月31日において、既に1年を超えて精神病床に入院している患者及び合併症等により転退院した場合で同日内に再入院する方については、経過措置の対象として、1食あたり260円に据え置かれます。

(注2) 管理栄養士または栄養士により栄養管理が行われているなどの一定の要件を満たす保険医療機関の場合。それ以外の場合には1食あたり420円となります。

★低所得者Ⅱ・Ⅰに該当の方が、マイナンバーカードや保険証により、オンラインで所得区分を確認することができない医療機関に入院する際には「限度額適用・標準負担額減額認定証」が必要です。お住まいの市区町村の後期高齢者医療担当窓口へお問い合わせください。

★長期入院該当の場合は、改めて届出が必要となります。詳しくは、お住まいの市区町村の後期高齢者医療担当窓口へお問い合わせください。

※平成29年10月から、医療療養病床に入院する患者のうち、食費及び居住費について1食100円、1日0円に減額されたとすれば、生活保護を必要としない状態となる方の食費及び居住費については、1食100円、1日0円となります。詳しくは、お住まいの市区町村の後期高齢者医療担当窓口へお問い合わせください。

高額長期疾病の限度額

長期にわたり高額な治療を必要とする疾病については、「特定疾病療養受療証」を医療機関等の窓口へ提示することで、特定疾病の自己負担限度額が1つの医療機関につき月額1万円となります(外来・入院ごとと同じ月・同じ医療機関で適用されます。)

対象となる疾病

- 人工透析が必要な慢性腎不全
- 先天性血液凝固因子障害の一部(血友病)
- 血液凝固因子製剤の投与に起因する(血液製剤による)HIV感染症

該当する方は、お住まいの市区町村の後期高齢者医療担当窓口へ申請をしてください。

※新たに埼玉県後期高齢者医療制度に加入した方は、それまで加入していた医療保険で「特定疾病療養受療証」を交付されていても、改めて申請が必要です。
 ※75歳年齢到達時の1か月のみ、従前の保険者と半額5千円ずつ(1日生まれの方を除きます。また、障がい認定により75歳年齢到達より前に後期高齢者医療制度に加入した方は対象となりません。)が上限額となります。
 ※マイナンバーカードの保険証利用に対応する医療機関に、保険証利用登録を行ったマイナンバーカードをお持ちになる場合でも「特定疾病療養受療証」は、当面の間は、持参してください。

高額介護合算療養費

同じ世帯の被保険者が1年間(※1)に支払った医療保険と介護保険の自己負担額を合算し、限度額を超えた場合は、申請して認められると限度額を超えた分が払い戻されます(※2)。

■自己負担限度額(年額)

所得区分		自己負担限度額(年額)
現役並み所得者	現役並み所得者Ⅲ	2,120,000円
	現役並み所得者Ⅱ	1,410,000円
	現役並み所得者Ⅰ	670,000円
一般Ⅰ	一般Ⅱ	560,000円
低所得者Ⅱ(区分Ⅱ)		310,000円
低所得者Ⅰ(区分Ⅰ)		190,000円

(※1)1年間は、毎年8月1日～翌年7月31日となります。

(※2)限度額を超えた額が500円以下の場合には支給されません。



一部負担金の減免

長期入院等による世帯主または生計維持者の収入の著しい減少や災害などの特別な事情により、一時的に一部負担金の支払いが困難と認められる場合には、申請により一部負担金の減額またはその支払いの免除を受けられる場合があります。お住まいの市区町村の後期高齢者医療担当窓口へご相談ください。

交通事故にあったとき

交通事故等第三者(加害者)による行為でケガ等をした場合、後期高齢者医療制度で治療を受けることができます。

この場合、埼玉県後期高齢者医療広域連合で治療にかかる費用を一時的に立て替え、あとで加害者に請求することになりますので、治療を受けるときは、速やかにお住まいの市区町村の後期高齢者医療担当窓口で「第三者の行為による被害届」の手続きをしてください。

示談するときは慎重に!

加害者から治療費を受け取ったり、示談の内容によっては、後期高齢者医療制度で治療を受けることができなくなることがありますので、ご注意ください。

葬祭費の支給

被保険者が亡くなったとき、その葬祭を行った方に葬祭費として5万円が支給されます。

次の書類等を準備し、被保険者がお住まいであった市区町村の後期高齢者医療担当窓口へ申請してください。

- 葬祭を行った証明書類(会葬礼状、領収書等)
- 葬祭を行った方の振込先口座のわかるもの

※葬祭を行った日の翌日から起算して2年を過ぎると時効となり、申請ができなくなります。

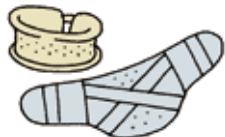
療養費の支給

次のような場合には、かかった医療費を一度全額自己負担していただきますが、必要な書類を添えてお住まいの市区町村の後期高齢者医療担当窓口へ申請することにより、一部負担金を除いた額が払い戻されます。

① 急病などやむを得ない事情で、保険証を持たずに医療機関等にかかったときの費用



② 医師が必要と認めた治療用装具（コルセットなど）の費用



※医師の指示書が必要です。

③ 医師が必要と認めた、はり、きゅう、あんま・マッサージの費用

※医師の同意が必要です。

④ 骨折・ねんざ等で施術を受けた柔道整復師の費用（保険を取り扱っている柔道整復師については、一部負担金で施術を受けることができます。）

※慢性的な肩こり、腰痛等には適用できません。

⑤ 海外旅行中に医療機関等にかかったときの費用

※日本の保険が適用できる診療等に限ります。

⑥ 輸血したときの生血代（保険適用されている場合を除きます。）



⑦ 疾病または負傷により移動することが著しく困難な状況において、緊急その他やむを得ず、医師の指示により転院などの移送にかかった費用

※疾病または負傷に対応可能な最寄の医療機関への移送で、広域連合が認めた場合に限ります。

柔道整復(接骨院・整骨院・ほねつぎ)のかかり方

接骨院・整骨院・ほねつぎでの治療には、健康保険の対象となる場合と、ならない場合があります。

●健康保険の対象となる場合

- 外傷性が明らかな打撲・捻挫・挫傷（肉離れなど）・骨折・脱臼

※骨折、脱臼の治療（応急手当をのぞく）は事前に医師の同意が必要です。

●健康保険の対象とならない場合 ※全額自己負担になります。

- 日常生活からくる疲労・肩こり・腰痛・体調不良
- 慰安目的のあんま・マッサージ代わりにの利用
- スポーツによる筋肉疲労・筋肉痛
- 病気（神経痛・リウマチ・五十肩・関節炎・ヘルニア）からくる痛み・こり
- 脳疾患後遺症などの慢性病
- 過去の交通事故等による後遺症
- 症状の改善の見られない長期の治療



●柔道整復師にかかる場合の注意事項

- ① 負傷の原因を正しく伝えましょう。
- ② 療養費支給申請書の内容をよく確認し、署名しましょう。
- ③ 領収書をもらいましょう。
- ④ 治療が長引く場合は一度医師の診断を受けましょう。
- ⑤ 療養費の適正な支払いを行うため、治療内容などを確認させていただくことがあります。

ご協力をお願いいたします。

適正な受診を心がけましょう

近年、救急医療の件数が増え、緊急性の高い重症患者の治療に支障をきたしてしまうことが心配されています。必要な方が安心して医療を受けられるよう、ご理解とご協力をお願いします。

●休日や夜間の受診は控えましょう

休日や夜間に開いている救急医療機関は、緊急を要する重症患者のためのものです。やむを得ない場合以外は、平日の診療時間内に受診することを心がけましょう。



●かかりつけ医を持ちましょう

同じ病気で複数の医療機関にかかる重複受診を続けると、検査や投薬を何度も行うことで、体に悪影響を与えてしまうおそれがあります。日常的な病気の治療や医療相談などに応じてもらえる『かかりつけ医』を持ちましょう。

●薬のもらいすぎや飲み合わせに気を付けましょう

近年、多くの種類の薬を服用することによる健康への悪影響（ポリファーマシー）や飲み合わせの悪い薬の併用が問題になっています。『お薬手帳』を活用し、かかりつけ医やかかりつけ薬局に相談しましょう。

●『ジェネリック医薬品』を活用しましょう

ジェネリック医薬品は、先発医薬品と同等の効能効果を持っています。現在服用している薬をジェネリック医薬品に切り替えることで、薬代が安くなる場合もあります。医師や薬剤師に相談の上、切替えが可能な場合は、積極的に活用しましょう。



保険料は大切な財源です

後期高齢者医療にかかる費用は、医療機関等で支払う患者負担分を除いて、その約5割が公費負担（国、県、市町村）、約4割が現役世代からの支援金でまかなわれ、残りの約1割が保険料となります。被保険者のみなさん、一人ひとりに納めていただく保険料は、制度を支えるための大切な財源です。

保険料は、埼玉県後期高齢者医療広域連合が決定し、お住まいの市区町村が徴収を担当します。

詳しくは、お住まいの市区町村の後期高齢者医療担当窓口へご相談ください。

不審電話にご注意ください

市区町村等の職員を名乗り、「還付金があります。」などと、ウソの電話を自宅にかけ、携帯電話で指示しながら金融機関やコンビニなどのATM（現金自動預払機）を操作させ、お金をだましとろうとする事件（還付金等詐欺）が発生しています。

「還付金等詐欺」の被害にあわないために

- 医療費等の還付や高額療養費の支給等のため、申請書の提出や通知も無く、被保険者に電話だけで連絡したり、金融機関のATM（現金自動預払機）の操作を求めたりすることは絶対にありません。
- 保険料の納付のため、金融機関の特定の口座を指定して振込みを求めたりすることは絶対にありません。
- ATM（現金自動預払機）の操作を求める電話や手紙は「詐欺」と考え、すぐに最寄りの警察に相談してください。
- 市区町村等の職員を名乗る不審な訪問を受けたときは、必ず身分証明書を確認してください。

健康診査

大切なあなたを守る健康診査

フレイル（18頁参照）や、生活習慣病の早期発見及び重症化予防を目的として、健康診査を実施します。ご自身の健康状態を把握し、生活習慣を見直すためにも、年1回、健康診査を受けましょう。

なお、健康診査の実施期間、実施場所、申込方法等は、市町村によって異なります。詳しくは、お住まいの市区町村の後期高齢者医療担当窓口へお問い合わせください。



※介護施設等に入所している方は、健康診査の対象とならない場合があります。

健康診査費用の助成制度について

埼玉県外の「サービス付き高齢者向け住宅」（特定施設入居者生活介護に係る指定居宅サービス事業の指定を受けているものを除く。）に入居している被保険者を対象に、健診費用を助成する制度を設けています。

対象者の要件、申請方法等の詳細は、広域連合給付課給付担当へお問い合わせください。

保健・健康づくり

病気や介護が必要な状態にならないために

高齢化の進む地域社会では、75歳以上の後期高齢者のみなさまにも、元気に活躍していただくことが大切です。いきいきと充実した暮らしを送るためにも、自分に合わせて無理なく毎日の健康づくりに取り組みましょう。



「フレイル」をご存知ですか？

一般に、年をとって心身のさまざまな機能や活力が低下した状態を「フレイル」といいます。放っておくとどんどん進行してしまいますが、予防や対策に取り組むことで、回復も見込めます。

フレイル予防のポイント

- ① 歯と口の健康を保ち、食べる力を維持しましょう。
- ② タンパク質などの栄養をしっかりと摂りましょう。
- ③ 毎日、無理なく運動に取り組みましょう。
- ④ 地域社会とのつながりを大切にしましょう。



生活習慣病にご注意を！

糖尿病や高血圧症などの生活習慣病を放置すると、動脈硬化などの血管の障害や、糖尿病性腎症（人工透析）などの合併症につながってしまいます。健診結果をよく確認し、重症化する前に医師の指導を受けましょう。

後期高齢者医療制度の運営について

●広域連合と市町村の役割

広域連合の主な事務

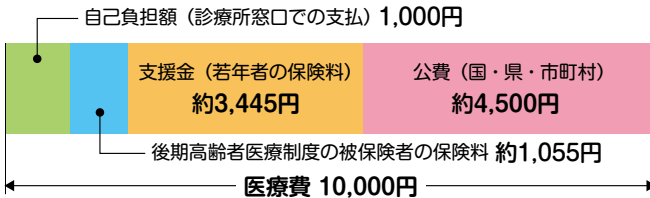
- 被保険者資格の管理
- 保険料の決定
- 医療を受けたときの給付など

市町村の主な事務

- 保険証などの引渡し
- 各種申請の受付
- 保険料の徴収など

医療にかかる費用の内訳

●1割負担の方が診療所で1万円の診療を受けた場合



後期高齢者医療担当窓口

	役所名	担当課名	電話番号
あ	上尾市役所	保険年金課	048-775-5125
	朝霞市役所	保険年金課	048-463-1111
い	伊奈町役場	保険医療課	048-721-2111
	入間市役所	国保医療課	04-2964-1111
お	小鹿野町役場	福祉課	0494-75-4103
	小川町役場	町民課	0493-72-1221
	桶川市役所	保険年金課	048-788-4942
	越生町役場	町民課	049-292-3121
か	春日部市役所	国民健康保険課	048-736-1111
	加須市役所	国保年金課	0480-62-1111

	役所名	担当課名	電話番号	
か	神川町役場	保険健康課	0495-77-2113	
	上里町役場	健康保険課	0495-35-1221	
	川口市役所	高齢者保険事業室	048-259-7653	
	川越市役所	高齢・障害医療課	049-224-5842	
	川島町役場	健康福祉課	049-299-1756	
き	北本市役所	保険年金課	048-594-5542	
	行田市役所	保険年金課	048-556-1111	
く	久喜市役所	国民健康保険課	0480-22-1111	
	熊谷市役所	保険年金課	048-524-1111	
こ	鴻巣市役所	国保年金課	048-541-1321	
	越谷市役所	国保年金課	048-963-9170	
さ	さいたま市	さいたま市役所	国保年金課	048-829-1278
		西区役所	保険年金課	048-620-2655
		北区役所	保険年金課	048-669-6055
		大宮区役所	保険年金課	048-646-3055
		見沼区役所	保険年金課	048-681-6055
		中央区役所	保険年金課	048-840-6055
		桜区役所	保険年金課	048-856-6165
		浦和区役所	保険年金課	048-829-6127
		南区役所	保険年金課	048-844-7165
		緑区役所	保険年金課	048-712-1165
		岩槻区役所	保険年金課	048-790-0157
		坂戸市役所	健康保険課	049-283-1331
		幸手市役所	保険年金課	0480-43-1111
狭山市役所	保険年金課	04-2953-1111		
し	志木市役所	保険年金課	048-456-5361	
	白岡市役所	保険年金課	0480-92-1111	
す	杉戸町役場	町民課	0480-33-1111	
そ	草加市役所	後期高齢者・重心医療室	048-922-1367	
ち	秩父市役所	保険年金課	0494-22-2211	
つ	鶴ヶ島市役所	保険年金課	049-271-1111	
と	ときがわ町役場	町民健康課	0493-65-0812	
	所沢市役所	国民健康保険課	04-2998-9218	
	戸田市役所	保険年金課	048-441-1800	

臓器提供の意思表示について

臓器移植に関する法律により、すべての医療保険の保険証に臓器提供に関する意思の有無を記載することができるようになりました。
詳しくは、保険証の裏面をご覧ください。

	役所名	担当課名	電話番号
な	長瀬町役場	町民課	0494-66-3111
	滑川町役場	町民保険課	0493-56-2210
に	新座市役所	長寿はつらつ課	048-424-9610
は	蓮田市役所	国保年金課	048-768-3111
	鳩山町役場	町民健康課	049-296-5891
	羽生市役所	国保年金課	048-561-1121
	飯能市役所	保険年金課	042-973-2111
ひ	東秩父村役場	保健衛生課	0493-82-1777
	東松山市役所	保険年金課	0493-63-5004
	日高市役所	保険年金課	042-989-2111
ふ	深谷市役所	保険年金課	048-571-1211
	富士見市役所	保険年金課	049-251-2711
	ふじみ野市役所	保険・年金課	049-261-2611
ほ	本庄市役所	保険課	0495-25-1245
ま	松伏町役場	住民ほけん課	048-991-1884
み	三郷市役所	国保年金課	048-930-7789
	美里町役場	住民保険課	0495-76-1366
	皆野町役場	町民生活課	0494-62-1232
	宮代町役場	住民課	0480-34-1111
	三芳町役場	住民課	049-258-0019
	も	毛呂山町役場	高齢者支援課
や	八潮市役所	国保年金課	048-996-2111
よ	横瀬町役場	町民課	0494-25-0115
	吉川市役所	国保年金課	048-982-5111
	吉見町役場	町民健康課	0493-63-5011
	寄居町役場	町民課	048-581-2121
ら	嵐山町役場	町民課	0493-62-2154
わ	和光市役所	健康保険医療課	048-464-1111
	蕨市役所	医療保険課	048-433-7503

埼玉県後期高齢者医療広域連合	
保険料課資格管理担当	048-833-3125
保険料課保険料担当	048-833-3120
給付課審査担当	048-833-3143
給付課給付担当	048-833-3130

※以下の欄に記入することにより、臓器提供に関する意思表示をすることができます。記入する場合は、1から3までのいずれかの番号を○で囲んでください。

1. 私は、脳死後及び心臓が停止した死後のいづれでも、移植の為に臓器を提供します。
2. 私は、心臓が停止した死後に限り、移植の為に臓器を提供します。
3. 私は、臓器を提供しません。

《1又は2を選んだ方で、提供したくない臓器があれば、×をつけてください》

【心臓・肺・肝臓・腎臓・膵臓・小腸・眼球】

〔特記欄： _____ 〕

署名年月日： _____ 年 月 日

本人署名
(自筆)： _____

家族署名
(自筆)： _____

後期高齢者医療被保険者証 裏面

- ※記入の場合、ボールペン等の消えない筆記用具で記載してください。
- ※意思表示した内容について、医療機関等に知られたくない方のために、意思表示欄の保護シールを同封しています。
- ※保護シールは、意思表示欄の上から貼り付けてください。

●意思表示について

意思表示欄への記入は、義務ではありません。

意思表示するかどうかは、被保険者ご本人の判断によるものであり、必ずしも記入する必要はありません。

また、意思表示の有無によって、受けられる医療の内容に違いが生じることはありません。

《臓器移植に関するご質問お問い合わせは》

公益社団法人 日本臓器移植ネットワーク

電話番号：0120-78-1069

(平日9:00~17:30)

ホームページ <https://www.jotnw.or.jp>