

くらしを守る 国民健康保険

◆資格・保険給付編◆



お知らせ

- 1 これまでの保険証は令和6年12月2日から発行されなくなりました。
今後医療機関等を受診する際は、次の書類をお使いください。

対象者	書類名
マイナンバーカードの健康保険証利用登録がお済みの方	・マイナ保険証（※） ・資格情報のお知らせ （医療機関等でマイナ保険証が利用できない場合にマイナ保険証と一緒に提示）
・マイナンバーカードの健康保険証利用登録がお済みでない方 ・マイナンバーカードをお持ちでない方	資格確認書

※本書では、次の定義に基づいて用語を使用します。

用語	定義
マイナ保険証	健康保険証利用登録済みのマイナンバーカード
資格確認書等	「資格確認書」又は「資格情報のお知らせ」
マイナ保険証等	「マイナ保険証」又は「マイナ保険証と資格情報のお知らせ」又は「資格確認書」
国保資格が確認できるもの	「マイナ保険証」又は「資格情報のお知らせ」又は「資格確認書」又は「マイナポータルの資格情報画面」

- 2 令和8年8月1日から高額療養費制度が見直されます。
（詳しくはP9をご覧ください。）

も く じ

国民健康保険について	1
資格確認書等の発行について	1
資格確認書等の有効期限	1
マイナンバーカードの 健康保険証利用登録について	2
国保で受けられる給付について	3
療養の給付	3
給付が受けられない場合	3
現役並み所得者について	4
一旦負担した医療費などが払い戻される場合 ..	5
海外で治療をした場合	5
移送の費用がかかった場合	6
赤ちゃんが生まれた場合	6
亡くなられた場合	7
入院した場合の食事代	7
高額な医療費を支払った場合	8
医療費・介護サービス費が高額になった場合 ..	10
療養病床に入院する場合	10
特定疾病の治療を長期間続ける場合	11
交通事故にあった場合	11
上手な医療機関のかかり方	12
マイナポータルによる 特定健康診断結果の閲覧について	12
特定健診・特定保健指導について	13
自分の健康状態を知りましょう	13
健診を受けた後は	13
人間ドック・骨ドック・脳ドックの 助成を行っています	14
温泉保養施設の利用助成券を お送りしています	16
このような場合は届出を	17

国民健康保険について

国民健康保険（国保）は、加入者の皆さんが病気やけがをした場合、経済的な心配がなく安心して医療を受けられるよう、お金（国保税）を出し合って医療費などを補助し、いざという時に備える「助け合いの制度」です。

いざという時に多くの方が安心してお医者さんにかかることができるようにするために、日頃から健康づくりに心がけ、医療費の節約と国保税の納付に皆さんのご協力をお願いします。

資格確認書等の発行について

国保に加入すると、マイナンバーカードの健康保険証利用登録の有無に応じて、一人に1枚ずつ「資格情報のお知らせ」又は「資格確認書」を発行します。

なお、従来の保険証は令和6年12月2日に新規発行が廃止されました。

マイナンバーカードを持っている

↓ はい

マイナンバーカードの健康保険証
利用登録をしている

↓ はい

「資格情報のお知らせ」を
発行します。

マイナ保険証が利用できない医療機関等でマイナ保険証と一緒に提示することで一定の窓口負担で医療を受けることができます。

↓ いいえ

いいえ

「資格確認書」を
発行します。

医療機関等で提示することで一定の窓口負担で医療を受けることができます。

◆ 資格確認書等の有効期限 ◆

資格情報のお知らせ	資格確認書
以下の場合を除き、有効期限はありません。 大切に保管してください。	以下の場合を除き、有効期限は令和9年7月31日までとなっております。 有効期限の切れた資格確認書は無効となります。
有効期限が設定される場合 ・70歳から74歳までの方 有効期限:令和9年7月31日 ※有効期限より前に75歳に達する方は、75歳の誕生日の前日	有効期限が異なる場合 ・有効期限前に75歳に達し、後期高齢者医療保険に加入される方 ・有効期限前に70歳に達する方 ・マル学(資格確認書に 学 と表示)に該当し、有効期限前に卒業予定の方

注意

■ 職場の健康保険などに加入された方へ ■

職場の健康保険などに加入された場合は、国保の脱退手続きが必要です。

職場の健康保険加入後に医療機関等で国保を利用した場合、医療費を三条市に返納いただく場合があります。

※国保の脱退手続きについてはP17～18をご覧ください。

資格確認書等は大切に

資格情報のお知らせは、マイナ保険証と一緒に大切に保管してください。

資格確認書は、折ったり丸めたりせず、大切に扱ってください。

また、不正に「資格確認書」又は「資格情報のお知らせ」を使用した場合、刑法により詐欺罪として拘禁刑の処分を受けます。

◆ マイナンバーカードの 健康保険証利用登録について ◆

マイナンバーカードを健康保険証として使うためには、登録が必要です。

医療機関や薬局の受付にあるカードリーダー又はスマートフォン等から利用登録が可能です。

それぞれの登録方法については厚生労働省のWEBサイトでご確認いただけます。



マイナンバーカード 保険証

検索



電子証明書の有効期限について

マイナ保険証をご利用の際は、マイナンバーカードの電子証明書の有効期限をご確認ください。有効期限が切れてから3か月間は健康保険証として利用可能ですが、3か月経過後は利用できなくなりますのでご注意ください。

※電子証明書の有効期限は、年齢問わず発行日から5回目の誕生日までです。

※電子証明書の更新期限が近付いた方には、市役所からお知らせを郵送します。

電子証明書の有効期限を確認するには？

マイナンバーカードの券面（左下図の赤枠部分）に記載されています。記載がない場合は、右下図の手順でマイナポータルからご確認ください。



▲マイナンバーカードの券面



▲マイナポータル



マイナ保険証にはこんなメリットがあります！

- 過去のお薬・診療データに基づく、より良い医療が受けられる
- 突然の手術・入院でも高額支払いが不要になる
- 救急現場で、搬送中の適切な応急処置や病院の選定などに活用される

健康保険証として利用できるだけでなく、日常生活の中で利用できるシーンが広がっています。

ぜひメリットの多いマイナ保険証をご利用ください。

国保で受けられる給付について

◆ 療養の給付 ◆

医療機関等の窓口で、マイナ保険証等を提示することにより、保険診療にかかった費用のうち、次の割合の自己負担額と入院時の食事代(65歳以上の方が療養病床に入院する場合は、居住費などを含む)を支払うだけで残りは国保が負担します。

国保で受けられる医療

- 診察・検査
- 入院(食事代を除く)
- 薬や注射などの処置
- 在宅医療(かかりつけ医による訪問医療)
- 病気やけがなどの治療
- 看護

かかった費用(10割)

自己負担額

国保が負担する額

小学校入学前

2割

8割

小学校入学後～70歳の誕生月の月末

3割

7割

70歳の誕生月翌月の初日～74歳

2割※

8割

※ 現役並み所得者は3割です。

◆ 給付が受けられない場合 ◆

正常分娩や予防接種などは、治療ではないので給付を受けることができません。また、交通事故や傷害事件など、第三者(加害者)から受けたけがや病気、労働中のけがなどの場合は、マイナ保険証等の利用にご注意ください。

次のような場合、給付を受けることができません。

- ・健康診断、がん検診、予防接種
- ・歯列矯正、美容整形、レーシック手術
- ・正常な妊娠、分娩
- ・経済上の理由などによる人工妊娠中絶
- ・仕事上の病気やけが(労災保険が適用されるもの)

◆ 現役並み所得者について ◆

同一世帯に市民税の課税所得（※１）が145万円を超える70歳～74歳の国保加入者がいる方は、3割負担です。

なお、前年の12月31日現在で同年の所得の合計が38万円以下である19歳未満の方がいた世帯主の方は、調整控除として市民税の課税所得から次の金額を除きます。

調整控除	＝	同年所得の合計（※2）が38万円以下	16歳未満の人数×33万円
			16歳以上19歳未満の人数×12万円

また、誕生日が昭和26年1月2日以降の被保険者がいる世帯で、70歳～74歳の方全員の旧ただし書き所得（※3）の合計が210万円以下のときは、2割負担となります。

- ※１ 課税所得とは、総所得金額から各種所得控除額（基礎控除、配偶者控除など）を差し引いた金額です。
- ※２ 給与所得が含まれている場合は、合計から10万円を控除して計算した所得です。
- ※３ 旧ただし書き所得とは、総所得金額などから基礎控除額を差し引いた金額です。

■ 現役並み所得者でも2割負担になることがあります ■

課税所得金額が145万円以上（詳しくは上記の「現役並み所得者について」を参照）の場合でも、次の①又は②に該当するときは、負担区分が2割になります。

- ① 70歳～74歳の方の年間収入金額が次の金額未満のとき。

世帯区分 (1世帯当たりの70歳～74歳の 国保加入者の数)	70歳～74歳以上の方の 収入金額
1人	383万円未満
2人以上	合計が520万円未満

- ② 70歳～74歳の方が1人の世帯で、年間収入金額が383万円以上でも、国保から後期高齢者医療制度に移行した75歳以上の方の年間収入金額を合計して、520万円未満になるとき。

◆ 一旦負担した医療費など：療養費 ◆

次のような場合、医療費などは一旦全額自己負担となりますが、申請をすると保険給付相当額が払い戻されます。

このような場合	申請に必要なもの
医師が認めるコルセット、サポーターなどの治療用装具を購入した	・個人番号(マイナンバー)が分かるもの ・国保資格が確認できるもの ・領収書
医師の指示で、あんま、はり、灸、マッサージの施術を受けた	・医師の証明書 ・世帯主名義の預金通帳など振込先の分かるもの
やむを得ず、国保を扱っていない病院で受診したときや、マイナ保険証等を持たずに治療を受けた	・個人番号(マイナンバー)が分かるもの ・国保資格が確認できるもの ・領収書 ・世帯主名義の預金通帳など振込先の分かるもの

※ その他…国保加入中に他保険で受診し他保険に医療費を返納した場合、生血代など。

◆ 海外で治療をした場合：海外療養費 ◆

海外で負傷した場合や、疾病にかかった場合の費用について、帰国後に申請をすると保険給付相当額が支給されます。

申請に必要なもの

- ・個人番号（マイナンバー）が分かるもの
- ・国保資格が確認できるもの
- ・領収書
- ・渡航歴が分かる書類（パスポートなど）
- ・医師の診療内容明細書
（外国語で作成されているときは日本語の翻訳文を添付してください。）
- ・調査に関わる同意書（海外の医療機関へ照会を行うことの同意書）
- ・世帯主名義の預金通帳など振込先の分かるもの

◆ 移送の費用がかかった場合：移送費 ◆

医師が必要と認めた重病人の入院や転院などの移送に費用がかかった場合、申請をすると基準により費用の一部が支給されます。

申請に必要なもの

- ・ 個人番号（マイナンバー）が分かるもの
- ・ 国保資格が確認できるもの
- ・ 領収書
- ・ 医師の証明書
- ・ 世帯主名義の預金通帳など振込先の分かるもの

◆ 赤ちゃんが生まれた場合：出産育児一時金 ◆

国保に加入している方が出産した場合、出産育児一時金として50万円が支払われます。

（産科医療補償制度に加入していない分娩機関で出産したときは48万8千円…※）

妊娠12週（85日）以降に死産、流産したときにも支給されますが、医師の証明書が必要です。

申請に必要なもの

- ・ 国保資格が確認できるもの
- ・ 出産費用の領収・明細書
- ・ 直接支払制度利用の合意文書の写し
（死産、流産の場合は医師の証明書も必要）
- ・ 世帯主名義の預金通帳など振込先の分かるもの



職場の健康保険などをやめてから6か月以内の方は、健康保険などから支給される場合があります。

ただし、被扶養者であった方が国保に加入後の場合は、国保から支給されます。

■ 出産育児一時金の直接支払制度 ■

国保加入者の出産にかかる入院費用の負担を軽減するために、出産育児一時金を市から医療機関へ直接支払う制度です。

出産費用	自己負担額または支給額
50万(48万8千円※)円を超える額	超えた分を医療機関の窓口で自己負担します。
50万(48万8千円※)円未満	申請により差額分があとから支給されます。

申請の方法

- ・ 医療機関と直接支払制度の利用について合意文書を取り交わします（合意文書は医療機関にあります。）。
- ・ 出産費用が50万（48万8千円※）円に満たなかった場合は、差額分の申請をしてください。
- ・ 直接支払制度を利用していない場合は、市役所に申請してください。

◆ 亡くなられた場合：葬祭費 ◆

国保に加入している方が亡くなられた場合は、申請をすると火葬・葬儀を行った方に葬祭費として5万円が支払われます。

申請に必要なもの

- ・亡くなられた方の国保資格が確認できるもの
- ・火葬・葬祭を行った方名義の振込口座が分かるもの

[火葬・葬祭を行った方が親族以外の場合]

- ・火葬・葬祭を行ったことを証明する書類
(火葬許可証・会葬礼状・葬祭費用領収書等)

※ 職場の健康保険などをやめてから3か月以内の方は、健康保険などから支給される場合があります。

ただし、被扶養者であった方が国保加入後に亡くなった場合は、国保から支給します。

◆ 入院した場合の食事代：入院時食事療養費 ◆

入院時の食事代の1食当たり標準負担額は次のとおりです。

区 分	食事療養費負担額(1食当たり)	
	～令和8年5月→令和8年6月～	
市民税課税世帯	510円※1	550円※1
市民税非課税世帯	240円	270円
過去1年間の入院日数が90日を超える場合(長期入院該当)	190円	220円
70歳以上75歳未満で世帯員全員の所得が0円で年金収入が826,500円※2以下の世帯に属する方	110円	130円

※1 指定難病、小児慢性特定疾病の患者は330円です。平成28年4月1日において1年以上継続して精神病棟に入院している患者は、退院するまでの間260円です。

※2 令和8年7月31日までは806,700円です。

・市民税非課税世帯の方で、マイナ保険証をご利用の場合は、原則として「限度額適用・標準負担額減額認定証」の提示なしに限度額が適用されます。更新手続きの必要ありません。

ただし、長期入院該当を適用する場合は、申請が必要となりますので、認定証の交付申請をしてください。

・オンライン資格確認を導入していない医療機関を受診される場合やマイナ保険証をお持ちでない方は、医療機関に「限度額適用・標準負担額減額認定証」の提示が必要です。

事前に認定証の交付申請をしてください。

◆ 高額な医療費を支払った場合：高額療養費 ◆

病院や診療所（医院）などに支払った1か月分の自己負担額が一定額（自己負担限度額）を超えた場合、申請をすると、その超えた分が高額療養費として払い戻されます。

自己負担限度額は、世帯の所得区分に応じて、また69歳以下の方と70歳～74歳の方で異なります。

ただし、1人でも所得の申告がない国保加入者がいる場合、区分判定ができないため、実際よりも高い区分で計算される場合があります。所得がない場合でも、申告の手続きをしてください。

- ・マイナ保険証をご利用の場合は、原則として「限度額認定証」の提示なしに限度額が適用されます。
- ・オンライン資格確認を導入していない医療機関等を受診される場合で支払いが高額になりそうときや入院が決まったとき、マイナ保険証をお持ちでない方は、医療機関に「限度額認定証」の提示が必要です。事前に認定証の交付申請をしてください。

申請に必要なもの

- ・個人番号（マイナンバー）が分かるもの
- ・国保資格が確認できるもの
- ・医療機関に支払った領収書
- ・世帯主名義の預金通帳など振込先の分かるもの

■ 自己負担限度額（月額） ■

高額療養費の対象となる金額について

- ① 暦月ごとに計算
- ② 医療機関ごとに計算
- ③ 同じ医療機関でも、内科と歯科は別計算
- ④ 同じ医療機関でも、入院と外来は別計算
- ⑤ 院外処方の調剤は、処方した医療機関の外来と合わせて計算することができます。
- ⑥ 入院したときの食事代や、保険がきかない部屋代（差額ベッド代）などは対象外です。

※ ①～⑥により計算した結果、69歳以下の方は、同じ世帯で同じ月内に21,000円以上の支払が複数ある場合は、合計で自己負担額を超えた分が払い戻されます。

※ 70歳～74歳の方は、21,000円未満の支払も全て合計して計算することができます。

69歳以下の場合

所得区分によって異なります。

所得区分 (年間所得※1)		自己負担限度額	年間上限 (入院+外来) 世帯単位
ア イ ウ エ オ	市民税課税世帯 901万円を超える世帯	270,300円+(医療費-901,000円)×1% (4回目以降※2: 140,100円)	168万円
	600万円超 901万円以下の世帯	179,100円+(医療費-597,000円)×1% (4回目以降: 93,000円)	111万円
	210万円超 600万円以下の世帯	85,800円+(医療費-286,000円)×1% (4回目以降: 44,400円)	53万円
	210万円以下の世帯	61,500円 (4回目以降:44,400円)	53万円※3
市民税非課税または免除の世帯		36,900円 (4回目以降:24,600円)	29万円

70歳～74歳の場合

所得区分		自己負担限度額		年間上限 (入院+外来) 世帯単位
		外来(個人単位)	外来+入院(世帯単位)	
上位所得 (3割負担の方) ※4	現役並みⅢ課税所得690万円以上の方	270,300円+(医療費-901,000円)×1% (4回目以降※2: 140,100円)		168万円
	現役並みⅡ課税所得380万円以上の方	179,100円+(医療費-597,000円)×1% (4回目以降: 93,000円)		111万円
	現役並みⅠ課税所得145万円以上の方	85,800円+(医療費-286,000円)×1% (4回目以降: 44,400円)		53万円
市民税課税世帯(一般)		22,000円 (年間上限: 216,000円)	61,500円 (4回目以降: 44,400円)	53万円※3
市民税非課税世帯※5	低所得Ⅱ	11,000円 (年間上限: 96,000円)	25,700円 (4回目以降: 24,600円)	29万円
	低所得Ⅰ	8,000円	15,700円	18万円

- ※1 同じ世帯の国保加入者の所得金額から基礎控除を控除した額の合計金額。
- ※2 過去12か月に、同じ世帯での自己負担限度額までの支払が4回以上あった場合、4回目以降は () 内の金額が限度額となります。
県内の他市町村へ転出した場合で「世帯の連続性」が認められた場合は、「高額療養費の多数該当」の該当回数を通算されます。
- ※3 69歳以下の場合には旧ただし書き所得86万円未満、70～74歳の場合は課税所得28万円未満に該当することが確認できた世帯は、年間上限41万円を適用し、令和9年8月以降に償還払いいたします。
- ※4 国保加入者で70～74歳の方のうち、1人でも課税所得が145万円以上の方が同じ世帯にいる方。ただし、70～74歳の方の年収の合計が2人以上の世帯で520万未満(単独世帯では383万円未満)の方は、「一般」となります。
- ※5 ●低所得Ⅱ
同じ世帯の世帯主と国保加入者の全員が市民税非課税の方(低所得Ⅰ以外の方)
●低所得Ⅰ
同じ世帯の世帯主と国保加入者の全員が市民税非課税であり、その世帯の各所得が必要経費・控除(年金の所得は、年金収入から826,500円(令和8年7月31日までは806,700円)を控除した金額を所得として計算)を差し引いたときに0円となる方

◆ 医療費・介護サービス：高額介護合算療養費 ◆ 費が高額になった場合

世帯に介護保険の受給者がいる場合、毎年8月1日～翌年7月31日の1年間で、世帯ごとに決められた自己負担限度額を超えて医療費・介護サービス費を支払った場合、申請をすると、その超えた分が「高額介護合算療養費」として払い戻されます。

(計算した支給額が500円以下の場合には支給されません。)

■ 世帯の年間での自己負担限度額 (年額：8月～翌年7月) ■ 70歳～74歳を含む世帯 69歳以下を含む世帯

所得区分		自己負担限度額	所得区分(年間所得)		自己負担限度額
上位所得	現役並みⅢ	212万円	ア	市民税課税世帯 901万円を超える世帯	212万円
	現役並みⅡ	141万円	イ	600万円超 901万円以下の世帯	141万円
	現役並みⅠ	67万円	ウ	210万円超 600万円以下の世帯	67万円
市民税課税世帯(一般)		56万円	エ	210万円以下の世帯	60万円
市民税非課税世帯	低所得Ⅱ	31万円	オ		34万円
	低所得Ⅰ	19万円			

◆ 療養病床に入院する場合：生活療養費 ◆

65歳以上の方が療養病床(※)に入院する場合、医療費の自己負担金のほかに次の食事代と光熱水費の一部を自己負担しますが、残りは国保が負担します。

指定難病患者は、食事代のみの負担となります。(P7参照)

※ 療養病床とは、一般病床とは違い、慢性疾患で長期療養が必要な方が入院する病床のことです。

■ 自己負担限度額 ■

所得区分		生活療養費負担額					
		食事代(1食当たり)				居住費 (1日当たり)	
		医療の必要性の高い方		医療の必要性の低い方			
		～令和8年 5月	令和8年 6月～	～令和8年 5月	令和8年 6月～		
上位所得		510円	550円	510円	550円	370円	430円
市民税課税世帯			(※1)		(※1)		
市民税 非課税世帯	低所得Ⅱ	240円	270円 (※2)	240円	270円		
	低所得Ⅰ	110円	130円	140円	160円		

・医療機関の施設基準によって1食当たり510円(※1)で計算される場合があります。いずれに該当するかは直接医療機関にお問い合わせください。

・過去12か月の入院日数が90日を超える場合は、1食当たり220円(※2)になります。該当の場合は切り替えの申請手続きが必要になります。

- ・市民税非課税世帯の方で、マイナ保険証をご利用の場合は、原則として「限度額適用・標準負担額減額認定証」の提示なしに限度額が適用されます。
- ・オンライン資格確認を導入していない医療機関を受診される場合やマイナ保険証をお持ちでない方は、医療機関に「限度額適用・標準負担額減額認定証」の提示が必要です。事前に認定証の交付申請をしてください。

◆ 特定疾病の治療を：特定疾病療養受療証 ◆ 長期間続ける場合

高額な治療を継続して行う血友病、人工透析が必要な慢性腎不全、血液凝固因子製剤の投与に起因するHIV感染症の場合、自己負担限度額は1か月10,000円となります。

慢性腎不全で人工透析をしている70歳未満の方で、基礎控除後の総所得金額が600万円を超える場合、又は国保加入者のうち所得の申告のない方がいる場合は、1か月20,000円となります。

・特定疾病の認定にはマイナ保険証の有無にかかわらず申請が必要です。申請をすることによって、マイナ保険証をご利用の場合は、原則として「特定疾病療養受療証」の提示なしに限度額が適用されます。

・オンライン資格確認を導入していない医療機関を受診される場合やマイナ保険証をお持ちでない方は、医療機関に「特定疾病療養受療証」の提示が必要です。受療証の交付申請をしてください。

申請に必要なもの

- ・ 個人番号（マイナンバー）が分かるもの
- ・ 国保資格が確認できるもの
- ・ 医師の証明書

◆ 交通事故にあった場合 ◆

交通事故や傷害事件など第三者（加害者）から受けたけがによる医療費は、原則として加害者が負担すべきものです。



■ マイナ保険証等を使った場合は、届出が必要です ■

マイナ保険証等を使って治療を受けた場合、国保は一旦医療機関へ医療費を支払った後、加害者又は保険会社に請求しますので、「第三者行為による被害届」を提出してください。

また、自損事故の場合でも届出が必要です。

届出に必要なもの

- ・ 個人番号（マイナンバー）が分かるもの
- ・ 交通事故にあった方の国保資格が確認できるもの
- ・ 事故証明書
- ・ 印かん（認印）



上手な医療機関のかかり方

医療機関を受診するときは、次のことに注意しましょう。

必要な人が安心して医療を受けられるように、医療機関の適正な受診について、皆さんのご理解とご協力をお願いします。

かかりつけ医を持ち、気になることがあれば相談しましょう。

同じ病気で、複数の医療機関にかかることはやめましょう。

休日や夜間の受診は控えましょう。

やむを得ない場合を除き、平日の診療時間内の受診を心掛けましょう。

薬のもらいすぎに注意しましょう。

薬が余っているときは、医師や薬剤師に相談しましょう。

■ 知っていますか？ジェネリック医薬品 ■

ジェネリック医薬品は、最初に開発された薬（先発医薬品）の特許期間が終わった後に、同等の効果で製造販売される低価格の薬です。

ジェネリック医薬品を使うことで、医療費の負担も軽くなります。

効き目など、詳しくは医師、薬剤師にご相談ください。

マイナポータルによる 特定健診結果の閲覧について

マイナンバーカードの健康保険証利用登録を行った方は、令和2年度以降の特定健診の結果を「マイナポータル」にて閲覧することができます。ご自身の健康管理にご活用ください。

スマートフォンから閲覧する方法

- ①アプリ「マイナポータル」をインストール



iPhone



Android

- ②健康保険証利用登録済みのマイナンバーカードを用意
ログインの際に必要となります。
- ③マイナポータルにログイン
- ④メニューから「その他のわたしの情報」→「健康・医療」→「健康診断・健診情報」の順に選択
- ⑤取得する情報が「特定健診情報・後期高齢者健診情報」になっていることを確認し「表示する」を選択

特定健診・特定保健指導について

◆ 自分の健康状態を知りましょう ◆

三条市では、40歳～74歳の国保加入者を対象に特定健診、特定保健指導を行っています。

特定健診は皆さんの現在の健康状態を客観的に確かめる貴重な機会です。「健康だ」と思っている方も年に1回は、是非受けてください。

■ 特定健診の流れ ■

特定健診の案内が届きます（申込不要）

年 齢	受診場所
40歳～59歳	公民館などの公共施設、県央健診スクエア(要予約)
60歳～74歳	公民館などの公共施設、県央健診スクエア(要予約) 又は市の指定医療機関

※ 特定健診を受診する際は、5月上旬にお送りしている「特定健康診査個人記録票兼受診券」が必要です。

※ 国保加入者で人間ドックを受診される場合は、人間ドックの検査に特定健診の検査項目が含まれていますので、再度特定健診を受診することはできません。

令和3年10月から、以前加入していた健康保険での特定健診等データの引継ぎが可能となり、国保で健康づくりのための保健指導をよりの確に行えるようになりました。

以前加入していた健康保険での健診データの引継ぎを希望しない場合は、お問合せください。

◆ 健診を受けた後は ◆

健康づくり課が行っている健診結果説明会や生活習慣予防教室などをご利用ください。

結果の見方や生活習慣の
改善方法が分かる！

健診結果説明会

メタボを脱却し生活
習慣病を未然に防ぐ！

特定保健指導

具体的な生活習慣の
改善方法が分かる！

生活習慣病予防教室

健康づくりのために
運動に取り組む！

ちょこっと筋トレ等の講習会

開催日程は、三条市健康だより、
ホームページ等をご覧ください。



人間ドック・骨ドック・脳ドックの助成を行っています

市の契約健診機関で人間ドックなどを受診する場合、かかった費用の一部を助成しています。

助成を受ける場合は、受診する前に申請をしてください。

※ 検査の内容については、各健診機関にお問合せください。

助成の対象となる方

- ① 納期が到来した国保税を全て納付されている方
- ② 人間ドック・骨ドックは、年度内で30歳～75歳になる方
※ 年度内で75歳になる方は、誕生日前日までに受診する場合のみ。
※ 受診日までに職場の健康保険などに加入した方は助成ができませんので、必ずご連絡をお願いします。
- ③ 脳ドックは、年度内に45・50・55・60・65・70歳になる方

申請に必要なもの

- ・人間ドック、脳ドックの受診を希望する方の国保資格が確認できるもの
- ・40歳以上の方…特定健康診査個人記録票(兼受診券)※
※ 毎年5月上旬に郵送しています。

■ 人間ドック・骨ドックの助成が受けられる健診機関と自己負担額 ■

No.	契 約 健 診 機 関 名	所 在 地 電 話 番 号	人間ドック 自己負担額	骨ドック 自己負担額
1	済 生 会 三 条 病 院	三条市 0256-33-1551	11,880円	990円
2	新潟県労働衛生医学協会 県 央 健 診 ス ク エ ア	三条市 0256-92-3300	13,200円	960円
3	新潟県労働衛生医学協会 岩室成人病検診センター	新潟市西蒲区 0256-92-3300	13,200円	960円
4	新潟県労働衛生医学協会 新 潟 健 診 ス ク エ ア	新潟市西区 025-378-1201	13,200円	960円
5	新潟県労働衛生医学協会 プラーカ健康増進センター	新潟市中央区 025-378-1201	13,200円	960円
6	新潟県労働衛生医学協会 アクアール長岡健康増進センター	長岡市 025-378-1241	13,200円	960円
7	新 潟 縣 健 康 管 理 協 会	新潟市中央区 025-283-3939	11,880円	930円
8	新 潟 県 け ん こ う 財 団 新 潟 健 診 プ ラ ザ	新潟市中央区 025-245-1177	11,880円	930円
9	新 潟 県 け ん こ う 財 団 西 新 潟 健 診 プ ラ ザ	新潟市西区 025-231-1122	11,880円	930円

※次ページに続きます。

No.	契 約 健 診 機 関 名	所 在 地 電 話 番 号	人間ドック	骨ドック
			自己負担額	自己負担額
10	新潟県けんこう財団 長岡健康管理センター	長岡市 0258-28-3666	11,880円	930円
11	新潟県保健衛生センター	新潟市中央区 025-267-6328	12,210円	800円
12	たちかわ総合健診センター	長岡市 0258-36-6221	12,210円	1,190円
13	長岡赤十字病院 (※30～39歳の方限定)	長岡市 0120-145-800 予約専用電話 (受付14:00～16:30)	13,200円	1,190円
14	長岡中央総合病院	長岡市 0258-35-3700	12,540円	1,190円
15	新潟脳外科病院 (※胃部健診 胃カメラのみ)	新潟市西区 025-231-5125	12,540円	1,190円

※ 骨ドックは、人間ドックと併せた受診の場合のみ助成されます。
胃カメラや追加項目を希望する場合、追加料金が必要となる場合があります（健診機関によって異なります。）。

金額は、令和9年3月31日までの金額で、消費税が含まれています。

40歳以上の方が受診する場合は、健診機関へ「特定健康診査個人記録票(兼受診券)」の提出が必要です。

次の場合は特定健診分の費用が自己負担となりますので、人間ドックの自己負担額に7,170円が加算されます。

- ① 「特定健康診査個人記録票(兼受診券)」を提出しなかった。
- ② 人間ドックとは別に特定健診を既に受診した。

■ 脳ドックの助成が受けられる健診機関と自己負担額 ■

No.	契 約 健 診 機 関 名	所 在 地 電 話 番 号	脳ドック	脳・人間ドック併用
			自己負担額	自己負担額
1	済生会三条病院	三条市 0256-33-1551	14,850円	22,440円
2	新潟県労働衛生医学協会 新潟健診スクエア	新潟市西区 025-378-1201	14,850円	23,760円
3	新潟県けんこう財団 新潟健診プラザ	新潟市中央区 025-245-1177	11,550円	21,780円
4	新潟県けんこう財団 長岡健康管理センター	長岡市 0258-28-3666	11,550円	21,780円
5	新潟脳外科病院 (※胃部健診 胃カメラのみ)	新潟市西区 025-231-5125	17,820円	27,840円
6	川瀬神経内科クリニック	三条市 0256-33-9070	13,500円	
7	社会医療法人 嵐陽会 三之町病院	三条市 0256-33-0581	14,850円	
8	燕三条すごろ 脳脊髄クリニック	三条市 0256-47-4811	16,500円	

※ 金額は、令和9年3月31日までの金額で、消費税が含まれています。

温泉保養施設の利用助成券をお送りしています

助成の対象となる方	三条市の国保加入者で、前年度の保険税に未納がない世帯	同左の世帯で、特定健康診査を受診された方（人間ドック受診者は除く。）
送付する枚数	加入者1人当たり2枚	受診者1人当たり1枚
送付する時期	7月中旬にお送りする本算定納税通知書に同封します。	受診結果に同封します。
有効期限	翌年3月末日	

■ 利用できる施設と割引額について ■

施設の名前	所在地など	割引される金額
いい湯らてい	三条市南五百川16-1 TEL 0256-41-3011 HP http://www.iiyuratei.com/	500円
しらさぎ荘	三条市矢田888 TEL 0256-45-0888 HP http://saginoyu.net/	300円 ※11歳以下の施設利用者の割引は100円

- ・助成券は、三条市国保加入者1人につき、1回1枚有効です。
- ・施設の利用条件を守ってください。
- ・場合によっては、施設に入館できないこともありますのでご了承ください。

その他お知らせ

健康家庭褒賞事業は、令和7年度をもって終了させていただくことになりました。

MEMO

このような場合は届出を

このような場合は必ず14日以内に届出をしてください。

このような場合		届出に必要なもの
加入する	他の市区町村から転入してきた	個人番号(マイナンバー)が分かるもの 転出証明書
	職場の健康保険をやめた	個人番号(マイナンバー)が分かるもの 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からはずれた	個人番号(マイナンバー)が分かるもの 被扶養者からはずれた証明書
	子どもが生まれた	個人番号(マイナンバー)が分かるもの 母子健康手帳
	生活保護を受けなくなった	個人番号(マイナンバー)が分かるもの 保護廃止決定通知書
	外国人が入国してきた	パスポート (あれば、在留カード又は外国人登録証)
脱退する	他の市区町村へ転出する	個人番号(マイナンバー)が分かるもの 国保の資格確認書等
	職場の健康保険に加入した	個人番号(マイナンバー)が分かるもの 国保の資格確認書等、 職場の健康保険の資格が確認できるもの
	職場の健康保険の被扶養者になった	
	国保に加入している方が亡くなった	亡くなった方の資格確認書等、印かん(認印)、 喪主名義の預金通帳など振込先の分かるもの
	生活保護を受けるようになった	個人番号(マイナンバー)が分かるもの 国保の資格確認書等、保護開始決定通知書
その他の	市内で住所が変わった	個人番号(マイナンバー)が分かるもの 国保の資格確認書等
	世帯主や氏名が変わった	
	世帯分離、世帯合併した	
	国保上の世帯主を変更したい	個人番号(マイナンバー)が分かるもの 国保の資格確認書等、現在の世帯主の 同意書
	修学のため他市町村に転出する	個人番号(マイナンバー)が分かるもの 国保の資格確認書等、在学証明書又は 学生証のコピー
	資格確認書等をなくした、 汚れて使えなくなった	個人番号(マイナンバー)が分かるもの 本人であることを証明するもの (運転免許証・パスポートなど)
	交通事故にあった	個人番号(マイナンバー)が分かるもの 国保の資格が確認できるもの、事故証 明書、印かん(認印)

■ 外国人の方も国保に加入します ■

3か月以上の在留資格があり、住民登録されていることが条件です。勤務先の健康保険に入っている人や生活保護を受けている人、旅行者などの一時滞在者は国保に加入できません。

届出・申請窓口

- ・三条市役所 市民総合窓口
- ・栄サービスセンター
- ・下田サービスセンター

受付時間

月曜日～金曜日（祝休日・年末年始を除く）
午前9時～午後4時30分

窓口の手続きは

予約をしてから お越しください

※栄・下田各サービスセンター
での手続きは予約不要です。

予約専用電話：050-1809-8302

オンライン予約



お問合せ・相談

三条市役所 健康づくり課 国保係
電話 0256-34-5442（直通）

くらしを守る国民健康保険

◆資格・保険給付編◆ / ◆国民健康保険税編◆

パンフレットは三条市の
ホームページからでも
ご覧いただけます。→

