

国保が支える安心社会

国民健康保険税の税率が改正されました

資産割がなくなりました

「平成30年度国民健康保険税の納税通知書」を、7月中旬に世帯主宛に郵送します。

※国保税の納税義務者は、世帯主です。（世帯主が社会保険等に加入されている場合でも、世帯内に国保加入者がいる場合には、世帯主

名義で通知します。）
平成30年度から国保税の算定方法が変更となり、資産割がなくなりました。詳しくは表1のとおりです。
また、税率改定により、保険税額・限度額も変更となっております。詳しくは表2のとおりです。

【表1】国保税の算定方法

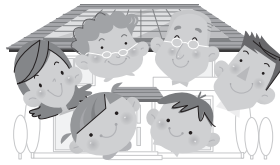
国民健康保険税（年税額）

$$\begin{aligned}
 & \text{所得割} \\
 & + \\
 & = \text{均等割} \\
 & + \\
 & \text{平等割}
 \end{aligned}$$

国保加入者の所得に応じて計算します。
(前年中の総所得金額等－基礎控除額33万円)^{※1}×税率
※1 国保加入者ごとに計算します。

世帯内の国保加入者に応じて計算します。
世帯内加入者数×定額

1世帯につきいくらかと計算します。
1世帯×定額



※平成30年度より資産割がなくなりました。

【表2】国保税の税額改定

※国保税は県から示される納付金や標準税率を基に決定されます。変動があった時は見直しをすることになります。

平成29年度					
税率・限度額	所得割	資産割	均等割 (1人あたり)	平等割 (1世帯あたり)	賦課限度額
医療分	7.0%	25.0%	24,700円	21,200円	540,000円
後期高齢者支援金分	2.7%	7.0%	7,900円	8,600円	190,000円
介護分	2.5%	7.0%	9,500円	7,200円	160,000円

平成30年度					
税率・限度額	所得割	資産割	均等割 ^{※2} (1人あたり)	平等割 ^{※2} (1世帯あたり)	賦課限度額
医療分	6.5%		21,800円	15,800円	580,000円
後期高齢者支援金分	2.2%		7,300円	5,300円	190,000円
介護分 ^{※1}	1.8%		8,200円	4,200円	160,000円

※1 介護分は、40歳～64歳の方のみ

※2 一定の所得以下の世帯は、均等割・平等割が最大7割軽減されます。（申請は不要です。）

医療費の節約ポイント！

日頃のお医者さんのかかり方などを見直すことで、支払う医療費が節約できます。

■かかりつけ医（薬局）を持つ
紹介状を持たずに大病院を受診すると、一部負担金に加え定額負担金が発生する場合があります。まずは地域の開業医など、すぐ受診できる、かかりつけ医（薬局）を持つようにしましょう。

■休日・夜間の受診は控える
休日や夜間の救急医療機関は、緊急性の高い患者さんのためのもので、医療費も高く設定されています。緊急時以外は、平日の時間内に受診することを心がけましょう。

■重複受診はやめましょう
同じ疾患で、複数の医療機関にかかる「重複受診」は、医療費が増加するばかりでなく、検査や薬が重複することで、体に悪影響を与えてしまう心配もあります。

■ジェネリック医薬品を活用
ジェネリック医薬品（後発医薬品）は、新薬と同等の効果がありませんが、価格が安く設定されています。医師や薬剤師と相談して、利用が可能であれば積極的に活用してみましょう。

離職された方の国保税軽減について

倒産、解雇、雇止めなどで離職し、国民健康保険に加入された方については、前年の給与所得を100分の30として所得割が算定されます。軽減を受けるには申請が必要となりますので、市民生活課国保年金担当で手続きをしてください。

■対象となる方

次の①～③の全ての条件を満たす者

①平成21年3月31日以降に離職した方

②離職日時点で65歳未満の方

③雇用保険の失業等給付を受ける方で、雇用保険受給資格者証の「離職理由コード」が11、12、21、22、23、31、32、33、34に該当する方

■申請に必要なもの

- ・雇用保険受給資格者証
- ・印鑑

有効期限にご注意ください

国民健康保険に加入している方に発行している「限度額適用・標準負担額減額認定証」の有効期限は平成30年7月31日です。8月以降も認定証が必要です。

な場合は、8月中に市民生活課国保年金担当で更新手続きをしてください。

■申請に必要なもの

- ・被保険者証
- ・印鑑
- ・本人・同居の家族以外が来られる場合は委任状（様式不問）
- ・過去1年間の入院日数が90日を超える場合は、入院日数の確認できる医療機関発

【表3】70歳以上の人の自己限度額（月額）
〔平成30年8月診療分～〕

所得区分	個人単位 (外来)	世帯単位（外来+入院）	
		年3回まで	年4回目以降
課税所得	690万円以上	—	252,600円 ^{*1}
	380万円以上	—	167,400円 ^{*2}
	145万円以上	—	80,100円 ^{*3}
一般	18,000円 (年間上限 144,000円)	57,600円	44,400円
低所得者Ⅱ	8,000円	24,600円	—
低所得者Ⅰ	8,000円	15,000円	—

- ※1 総医療費が842,000円を超えた場合は、その超えた分の1%を加算。
- ※2 総医療費が558,000円を超えた場合は、その超えた分の1%を加算。
- ※3 総医療費が267,000円を超えた場合は、その超えた分の1%を加算。



行の領収書等（住民税非課税世帯のみ）

高額療養費制度の70歳以上の自己限度額が変わります

高額療養費制度とは、医療機関等で1カ月に支払った額が自己限度額を超えた場合、その超えた分を支給する制度です。平成30年8月診療分以降の自己限度額は、表3のとおりです。

知って！食育ひろば ―食改推の簡単レシピ！―

「トマトと豆腐のサラダ」旬の食材を楽しまう！

ご存知ですか？

夏の旬野菜として代表的な「トマト」。真っ赤な色が食卓を鮮やかにし、またビタミンC・葉酸・カリウムといった栄養素が豊富で、健康的な食生活につながる優れた食材です。

【作り方】

- ①トマトはヘタを取り、縦半分にし、薄いくし切りにする。
- ②豆腐はペーパーに包んでしばらくおき、水気を切り2cmの角切りにする。
- ③きゅうりは薄い輪切りにする。
- ④和風ドレッシングの材料を混ぜ合わせておく。
- ⑤お皿にトマトを並べて、その上に豆腐・きゅうり・かつお節を盛り付け、和風ドレッシングをかける。

【栄養量（1人分）】
エネルギー 60kcal
食塩相当量 0.4g



■問い合わせ
健康づくり課
健康増進担当
☎23-4310

【材料（4人分）】

- ・トマト 1個
- ・木綿豆腐 150g
- ・きゅうり 1/2本
- ・かつお節 適量
- 〈和風ドレッシング〉
- ・しょう油 小さじ2
- ・酢 小さじ2
- ・サラダ油 大さじ1/2
- ・塩 少々
- ・白いりごま 小さじ1

油断しないで
熱中症



今年も、猛暑日があることが予想されます。熱中症を正しく理解し、早めの対策、予防に努めましょう！！

■予防するには

- ・こまめな水分補給
- ・扇風機、エアコンなどを活用した室温調節
- ・日傘、帽子、通気性の良い衣服の着用
- ・炎天下で長時間の活動を避ける

■問い合わせ

健康づくり課
健康増進担当
☎23-4310