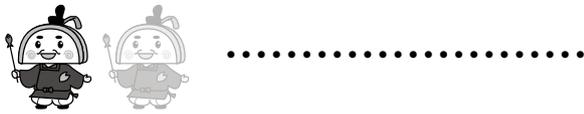


編集・発行

塩竈市健康福祉部保険年金課

☎355-6497



日本人の**2人**に**1人**が
がんにかかっています



日本人の**3人**に**1人**が
がんで亡くなっています



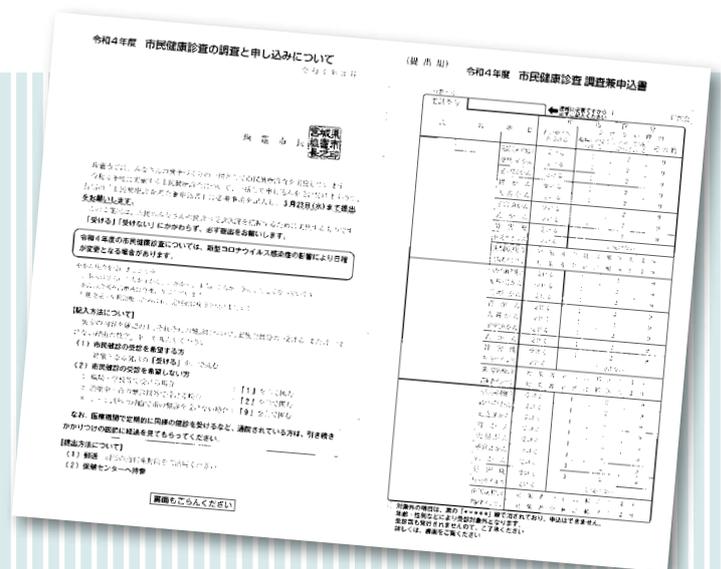
塩竈市国保加入者の
5割～8割が
がん検診を受けていません

「自分だけは大丈夫」 その思い込みはキケンです

「市民健康診査調査兼申込書」を3月上旬に送付します。必ず開封し、確認をお願いします。

自覚症状が出る前の早期発見・早期治療が大切です。対象となった検診は受けましょう。

詳しくは2～3ページをご覧ください



「自分は大丈夫」と思っていますか？

がんは誰もが身近な病気です

がんは日本人の死因の半数以上を占めています。また、自覚症状がなく進行するため、症状が出るころにはかなり進行してしまい、手遅れになってしまふ場合があります。

がん検診は、自覚症状のない早期にがんを見つけることができます。現在では、早期発見・早期治療により、非常に高い確率で治癒しますので、症状がなくても、定期的ながん検診を受けることが重要です。

出典・国立がん研究センターHP
 ・公益財団法人日本対がん協会HP
 ・日本医師会 知っておきたいがん検診HP

がん検診の流れ

3/23(水)締切

3月
市民健康診査調査兼申込書を提出する

6月上旬(予定)～
各検診の時期が近付くと受診票が送付される

6月下旬(予定)～
検診を受診する

受診後
検診結果が送付される

「精密検査」が必要と判定されたら、必ず精密検査を受診しましょう

がんの治療

異常がなかった方は、
次回の検診を受診しましょう



胃がん

早期には自覚症状がなく、あつたとしても胸やけや食欲不振といった軽いものなので、検診でなければ気づけません。



肺がん

最大の原因として、たばこの影響が指摘されますが、肺がん死の2人に1人は喫煙者でも受動喫煙者でもありません。たばこを吸っていないから大丈夫と考えず、定期的に検診を受けましょう。



助成により無料で受診できます

塩竈市国民健康保険または後期高齢者医療制度に加入している方は、数千円かかる検査費用を市が負担しますので、すべてのがん検診を無料で受診することができます。社会保険に加入している方も、少ない個人負担金額で受診できますので、ぜひ受診ください。

※大腸がん検診の容器代(200円)はかかります。



大腸がん

女性のがんによる死亡数の第1位です。大腸がんによる死亡数は年々増加しており、食生活の欧米化(高脂質・低繊維食)が関与していると考えられています。検診は自宅で簡単にできる便検査です。



子宮頸がん

子宮頸がんは子宮の入り口付近にできやすいため、検診での早期発見率が高いがんです。



乳がん

日本人女性の10人に1人がかかると言われており、女性が最もかかりやすいがんです。

40～74歳の皆さん！ 特定健診の受診もお忘れなく！

40～74歳を対象とした特定健診は、塩竈市国民健康保険に加入している方全員に受診票を送付します。

特定健診は、心臓病や脳卒中などの生活習慣病を引き起こす危険性が高いメタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)に着目した健診です。生活習慣病の多くは進行するまで自覚症状がなく、知らず知らずのうちに、病気を進行させてしまいます。

受診票が届いたら、受診の予定を組みましょう。

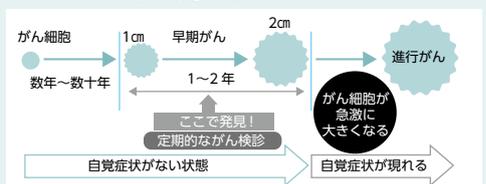


受診控えはキケン！

コロナ禍でもがん検診は必要です

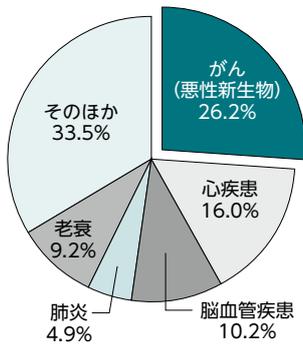
一般的に、早期発見ほど治りが早く、発見が遅れるほど治療が困難になります。コロナは防いだけれど、がんが進行していたのでは本末転倒です。

健康が気になる今だからこそ、定期的に検診を受けましょう。



データで見る「がん」

塩竈市の死因別死亡割合 (平成30年)



がんによる死亡が一番多く、4人に1人ががんで亡くなっています

宮城県衛生統計年報 (人口動態統計編)より

塩竈市のがん検診で がんが見つかった人数 (令和元年度)

34人

精密検査結果より

令和元年度の精密検査受診率は平均80.8%です。早期発見ほど治りが早くなるので、精密検査は必ず受けましょう。

大腸がん検診を1万人が受診した場合、「異常あり」と判定される人 607人
精密検査を受ける人 417人(約70%)
がんが見つかる人 17人

と、最終的にがんと診断される人がそれほど多くないことが分かります。しかし、精密検査を受けていない30%の中にも一定の割合でがんが潜んでいます。精密検査は必ず受けてください。

日本対がん協会2017年度がん検診の実施状況より

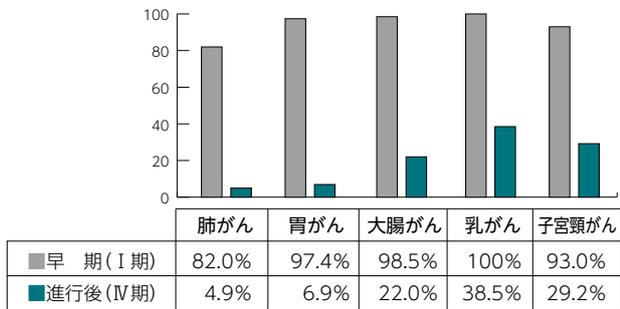
塩竈市国民健康保険における 疾病ごとの医療費(令和2年度)

- 1位 **がん** 7億6,800万円
- 2位 高血圧症など 7億 800万円
- 3位 糖尿病など 4億8,900万円
- 4位 腎不全など 3億6,500万円
- 5位 統合失調症など 3億2,800万円

塩竈市国民健康保険医療費分析より

がんによる医療費が最も多くかかっています。一人当たりに換算すると約24万円です。

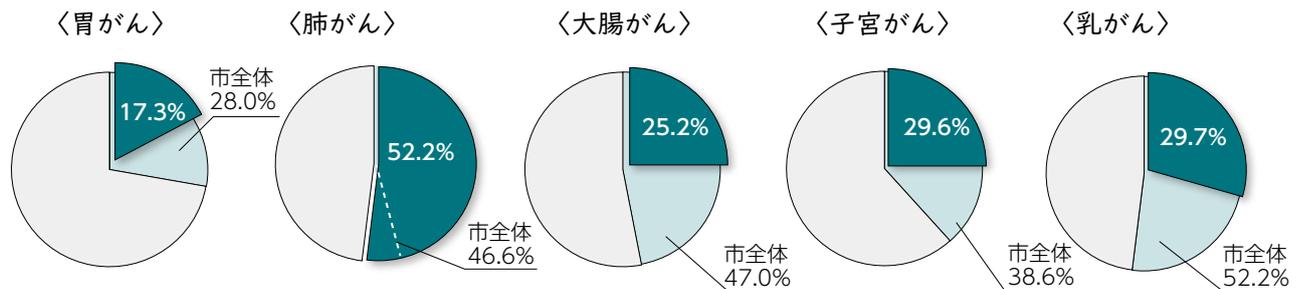
病期による5年生存率の差



国立がん研究所HPより

がんの治療を受けてから5年後の生存者の割合を5年生存率といいます。早期であれば、高い確率で治ります。

塩竈市国民健康保険被保険者の がん検診受診率(令和元年度)



「定期的に通院しているので…」という皆さん！ みなし健診にご協力ください！

「みなし健診」とは、医療機関に定期的に通院し、検査を受けている方が、検査結果を市に提供することで、特定健診を受診したとみなす健診のことです。

特定健診やみなし健診を受診していただくことで、より多くの健診データを集めることができ、それを分析することで、データに基づいた健康づくりや保健事業を展開することができます。

対象期間 令和4年3月31日まで

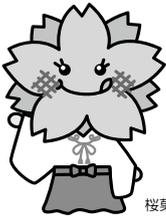
対象医療機関

及川内科医院/大井産婦人科医院/くろさわ脳外科
画像診断クリニック/金医院/清水沢クリニック/
高橋ジェネラルクリニック/富永内科医院/平澤内科
医院/無量井内科クリニック/おおば医院/関口
内科胃腸科医院/関クリニック/山田憲一内科医院
/よねち内科クリニック/中山クリニック/かしま
田園クリニック/利府内科胃腸科医院

問 保険年金課保険総務係 ☎355-6497

詳しくは市ホームページをご覧ください→





国民健康保険の届け出をお忘れなく！

桜葉子姫

問 保険年金課給付年金係 ☎355-6503

こんなとき		必要なもの	書類と本人確認書類 マイナンバーカード、またはマイナンバーを確認できる
加入するとき	転入したとき	なし	
	ほかの健康保険をやめたとき	ほかの健康保険をやめた証明書	
	子どもが生まれたとき	母子健康手帳	
やめるとき	転出するとき	保険証	
	ほかの健康保険に加入したとき	国民健康保険の保険証、加入した健康保険の保険証 後期高齢者医療制度に加入する場合は手続き不要です	
	亡くなったとき	保険証、会葬御礼のはがき、喪主名義の通帳	
その他	住所や氏名、世帯主が変わったとき	保険証	
	修学のため、子が転出するとき	保険証、在学証明書（原本）	

必ず**14日以内**に届け出をお願いします。

なお、対象者と同一世帯でない方(家族も含む)が代理で手続きする場合は、次の2点が必要です。

①委任状 ②代理で手続きする方の本人確認書類

本人確認書類

① 次のうち1点

- ・運転免許証 ・パスポート
- ・特別永住者証明書 ・身体障害者手帳
- ・精神障害者保健福祉手帳 ・療育手帳
- ・公的機関が発行した身分証明書(写真付き)

② ①をお持ちでない方は次のうち2点

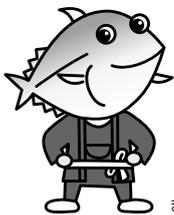
- ・健康保険証 ・年金手帳または証書 ・医療受給者証
- ・学生証 ・公的機関が発行した身分証明書(写真なし)

加入の届け出が遅れると

- ・国民健康保険税をさかのぼって納めていただきます
- ・保険証を使えないため、その間の医療費がいったん全額自己負担になります

脱退の届け出が遅れると

- ・国民健康保険の保険証を使って受診した場合、国民健康保険負担分の医療費を返還していただきます
- ・新たに加加入した健康保険と国民健康保険の両方から保険税(料)の請求があります



後期高齢者医療制度のしくみ

まぐ介

問 保険年金課医療係 ☎355-6519

後期高齢者医療制度とは

75歳以上の方(または一定の障がいがある65歳以上75歳未満の方)が加入する医療制度で、75歳の誕生日を迎えると、それまで加入していた健康保険(国民健康保険や健康保険組合、共済組合など)から移行します。

一定の障がいとは・・・

- 身体障害者手帳1～3級、4級の一部
- 療育手帳の障害程度A
- 精神障害者保健福祉手帳の障害等級1、2級
- 障害年金受給者(年金証書1、2級)

後期高齢者医療制度に加入するとき

75歳の誕生日から自動的に加入します。手続きは必要ありません。

ただし、一定の障がいがある65歳以上75歳未満の方が加入する際は、申請が必要です。

ご注意ください！

会社の健康保険に加入していた方が後期高齢者医療制度に加入した場合、その被扶養者だった方も会社の健康保険の資格を喪失します。新たに国民健康保険や別の健康保険に加入する手続きが必要です。

医療費の自己負担

医療機関などの窓口で支払う自己負担割合は1割です。ただし、現役並み所得世帯の方は3割です。

自己負担割合は、保険証の「一部負担金の割合」欄に記載されています。

自己負担割合の判定には、後期高齢者医療制度の加入にかかわらず、世帯全員の所得の申告が必要です。

加入対象者と保険証について

加入対象者	75歳以上の方	一定の障がいがある65歳以上75歳未満の方
対象となる日	75歳の誕生日当日から	申請により認定を受けた日から
保険証の交付	75歳の誕生日の前月中に郵送	認定された日に交付
保険証の更新	毎年8月1日に更新(7月中に郵送します)	

こんなときは届け出が必要です

こんなとき	必要なもの	マイナンバーカード、またはマイナンバーを確認できる書類と本人確認書類 (本ページ上部を参照)
住所が変わったとき	保険証、減額認定証・特定疾病療養受領証(お持ちの方)	
転出するとき	前住所地での医療費負担区分証明書	
転入したとき	保険証、減額認定証・特定疾病療養受領証(お持ちの方)、会葬御礼のはがき、または葬儀の日程表、喪主名義の通帳	
一定の障がいがある65歳から75歳未満の方が加入するとき(随時受け付けています)	保険証、障害年金証書、各種手帳(身体障害者、療育、精神障害者保健福祉)など障害程度が確認できる書類、本市生活福祉課からの通知	

新型コロナウイルス感染症に関するお知らせ

塩竈市国民健康保険または後期高齢者医療制度に加入の方で、新型コロナウイルス感染症の影響により、次の要件を満たす方は、下記までお問い合わせください。

国保税・後期保険料の減免

対象者

- (1)主たる生計維持者が死亡し、または重篤な傷病を負った世帯
- (2)主たる生計維持者の事業収入等または給与収入の減少が見込まれ、①～③のすべてに該当する世帯
 - ①事業収入等のいずれかの減少額が前年の当該事業収入等の額の3/10以上
 - ②令和2年の所得金額の合計が1,000万円以下
 - ③減少が見込まれる事業収入等の合計に係る所得以外の前年所得合計額が400万円以下
- (3)主たる生計維持者が事業を廃止または失業*した世帯

*非自発的失業者に該当する方は別途申請

対象となる国保税および後期保険料

令和3年度のもの（令和4年3月31日までの間に普通徴収の納期限(特別徴収の場合は、対象年金給付の支払日)が設定されているもの)

傷病手当金の支給

対象者

次の①～④のすべてに該当する方

- ①塩竈市国民健康保険または後期高齢者医療制度に加入している
- ②会社などに勤め、給与の支払いを受けている
- ③新型コロナウイルス感染症に感染、または感染が疑われたため、3日間連続して休み、4日目以降にも仕事を休んだ日がある
- ④仕事を休んでいる期間に給与の全部、もしくは一部の支給がなかった

適用期間

令和3年1月1日から令和4年6月30日までの間で労務に服することができない期間。ただし、入院が継続する場合などは最長1年6カ月まで



事前にお電話で問い合わせください

国民健康保険に加入している方の減免について [問](#) 税務課諸税係 ☎355-6519
国民健康保険に加入している方の傷病手当金について [問](#) 保険年金課給付年金係 ☎355-6503
後期高齢者医療制度に加入している方の減免、傷病手当金について [問](#) 保険年金課医療係 ☎355-6519



高額介護合算療養費制度



医療保険と介護保険における自己負担額の合算が高額となった世帯の負担軽減を図る制度です。

同じ医療保険に加入する方全員の令和2年8月1日から令和3年7月31日までの1年間の医療保険と介護保険の自己負担額の合計が、限度額を超えた場合に、その超えた額を支給します。

手続き

高額介護合算療養費の計算は、基準日(令和3年7月31日)に加入している医療保険者が行います。

令和3年7月31日現在、塩竈市国民健康保険または宮城県後期高齢者医療制度に加入していた方には、4月中旬から順次「お知らせ」をお送りします。同封の申請書を提出してください。

- 医療保険と介護保険のそれぞれから支給されます。
- 令和2年8月～令和3年7月の間に住所変更された方やほかの医療保険に移られた方、死亡された方がいる世帯には、お知らせできない場合があります。該当すると思われる方は、お問い合わせください。

後期高齢者医療制度の方の限度額

		所得区分	限度額
現役並み 所得者	Ⅲ	課税所得690万円以上	212万円
	Ⅱ	課税所得380万円以上	141万円
	Ⅰ	課税所得145万円以上	67万円
一般		課税所得145万円未満等	56万円
低所得Ⅱ（住民税非課税世帯）			31万円
低所得Ⅰ（住民税非課税世帯で所得が一定以下）			19万円

※低所得Ⅰで介護保険受給者が複数いる世帯の場合は限度額の適用方法が異なります。

障害者医療費助成対象の皆さん 助成額の返納が必要です！

障害者医療費助成を受けている方が、高額介護合算療養費を支給される場合、重複支給にならないように、医療費助成として支給した額を返納いただきます。

対象者には、返納通知を送付しますので、期日までに返納ください。

介護保険について [問](#) 長寿社会課介護保険係 ☎364-1204
国民健康保険について [問](#) 保険年金課給付年金係 ☎355-6503
後期高齢者医療保険、障害者医療費助成について [問](#) 保険年金課医療係 ☎355-6519

マイナンバーカードが健康保険証として利用できます！※

※マイナンバーカードを健康保険証として利用するためには、事前に登録が必要です。



1 マイナンバーカードをカードリーダーにかざす

カードの顔写真を機器で確認します。
※顔写真は機器に保存されません。

2 オンラインであなたの医療保険資格を確認!

マイナンバーカードのICチップにある電子証明書により医療保険の資格をオンラインで確認します。

このステッカーが目印!

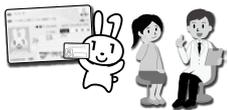


まだ取得していない方はぜひお早めに!!

マイナンバーカードを取得すると便利がいっぱい

POINT1 健康保険証としてずっと使える!

マイナンバーカードを使えば、就職や転職、引越しても保険証の切替えを待たずにカードで受診できます。



※医療保険者への加入の届出は引き続きが必要です。

POINT2 手続きなしで限度額以上の一時的な支払が不要に!

限度額適用認定証がなくても、高額療養費制度における限度額以上の支払が免除されます。



※自治体独自の医療費助成等については書類の持参が必要です。

POINT3 健康管理や医療の質が向上!

マイナポータルで、自分の特定健診情報や自分の薬剤情報を確認できます。
※特定健診情報の確認は、医療保険者によって開始時期が異なります。
本人が同意をすれば、初めての医療機関等でも、今までに使った薬剤情報や特定健診情報が医師等と共有できます。

POINT4 医療費控除もカードで便利!

マイナポータルを活用して、ご自身の医療費情報を確認できます。
また、2021年分所得税の確定申告から、医療費控除の手続きで、マイナポータルを通じて自動入力(2021年9月分以降)が可能です。



マイナンバーカードの
↓申請方法はこちら↓



<https://www.kojinbangocard.go.jp/kofushinse/>

国民健康保険の保険証について 問 保険年金課給付年金課係 ☎355-6503
後期高齢者医療制度の保険証について 問 保険年金課医療係 ☎355-6519
上記以外の保険証について 問 加入している健康保険に問い合わせください

特定健診データの保険者間の引き継ぎ

塩竈市の国民健康保険に加入する前に、協会けんぽや他市町村の国民健康保険など別の健康保険(旧保険者)で特定健診を受けていた場合、令和2年度以降に実施し登録された過去5年分の特定健診データを、旧保険者から塩竈市に引き継ぎできるようになりました。

これにより、加入している健康保険が変わっても、経年の健診結果を活用した保健指導が受けられるなどのメリットがあります。

この引き継ぎは、国が提供する「オンライン資格確認等システム」により自動で行われるため、ご自身での手続きは不要です。

また、保険者間の引き継ぎを希望しない場合は、「不同意申請書」を提出いただくことにより、引き継ぎを停止することができます。

なお、後期高齢者の健診データも同様です。

問 保険年金課保険総務係 ☎355-6497

マイナンバーカード交付

マイナポイント利用登録支援

臨時窓口を設置します

マイナンバーカードの交付およびマイナポイント利用登録のための、臨時窓口を設置します。必要な端末をお持ちでない方や操作方法がご不明な方は、ぜひご利用ください。

なお、マイナポイントの予約・申し込みには、①マイナンバーカード、②マイナンバーカードに設定した数字4桁(利用者証明用電子証明書)の暗証番号が必要です。また、③各キャッシュレス決済事業者が指定する「決済サービスID」と「セキュリティコード」の入力が必要ですので、事前に確認ください。

期間 令和4年3月1日(火)~12月28日(水)

場所 塩竈市役所東第二分庁舎(本庁舎敷地内)

※駐車場が混み合うため、なるべく公共交通機関をご利用ください。

問 マイナポイントについて
マイナンバー総合フリーダイヤル(無料) ☎0120-95-0178
マイナンバーカードの交付について
市民安全課窓口係 ☎355-6494