

笛吹市国民健康保険通信

「国民健康保険加入者の皆さんへみんなの国保を守るために」
このコーナーでは、国民皆保険制度を根底で支えつづけている国民健康保険（以下「国保」）の制度や笛吹市の現状についてお知らせしていきます。「みんなの国保を守るために」に、一緒に考えていきましょう。

平成24年度国民健康保険証を郵送しました

保険証の色が、一般はうぐいす色、退職は肌色になります。有効期限に気をつけていただき、4月になったら古い保険証は破棄してください。

▶国保税完納の方



有効期限
平成25年
3月31日

▶国保税に収め忘れがある方 ▶分納誓約中の方



有効期限
平成24年
4月30日

▶長期間収め忘れのある方



有効期限
平成25年
3月31日

医療費が一旦全額自己負担になる資格証明証です。（早めの納付相談をお願いします）

完納の方でも、次の方は保険証切り替えの為、有効期限が短くなっています

年度途中で75歳の誕生日を迎える方

誕生日の前日まで

退職国保の方で年度途中で65歳を迎える方

誕生月の末日まで

既に納付してあるにもかかわらず、短期証が届いてしまった方は、行き違いのためご容赦いただけますようお願いいたします。なお、このような場合はご連絡をお願いします。

被保険者証の臓器提供意思表示欄について

改正臓器移植法の施行に伴い、被保険者証の裏面に臓器提供に関する意思表示欄が設けられました。裏面には、次のような意思の表示を確認する記述欄があります。

私は、脳死後及び心臓が停止した死後のいずれでも、移植の為に臓器を提供します。
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せん。

私は、臓器を提供しません。

被保険者証を受け取った方は、必ず裏面を確認していただき、ご自身の意思について家族や友人と話し合ってください。また、ご記入後は個人情報保護シールを貼ってください。



保険証裏面

健診を受けて、慢性腎臓病を予防しよう!!

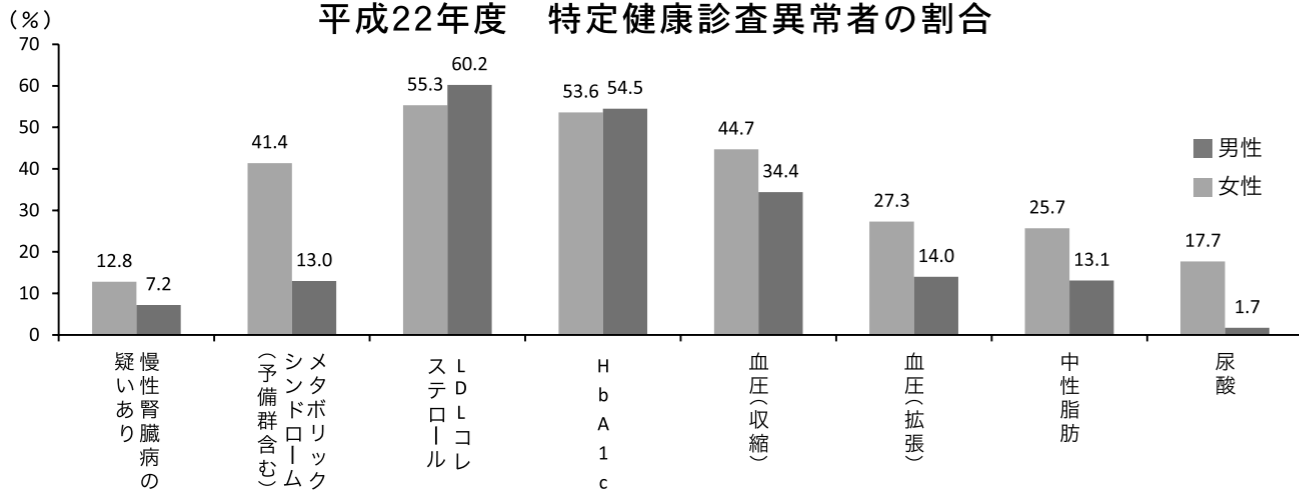
VOL.7

腎臓について 知識を持とう

市は3回コースで、腎臓病予防教室を開催しました。第2回目の3月8日には、山梨慢性腎臓病対策協議会代表の原口医師を講師に招き、病気について及び悪化防止の必要性について、お話を聞きました。



平成22年度 特定健康診査異常者の割合



昨年10月号の『広報ふえふき』から、毎月、慢性腎臓病を予防しようというテーマで、腎臓内科の先生方にコラムを書いていただきました。皆さん、ご覧になりましたか。

国保の被保険者で、人工透析を必要とする「腎不全」患者の医療費は、毎年上位を占め、年間3億円以上にのぼっています。市では、この病気の予備群である、「慢性腎臓病」を予防、または早期に発見するために、特定健康診査にクレアチニンと尿酸を追加しています。

特定健康診査結果より

平成22年度では、尿検査やクレアチニンの数値から、慢性腎臓病が疑われる受診者は、10人に1人の割合でした。特定健康診査の結果は、グラフの通りです。男女ともに、半数以上がHbA1c（糖尿病の検査）、LDL（悪玉）コレステロールに異常があり、男性のメタボリックシンドロームも多いことが分かります。

予防が大切です

肥満や高血圧・糖尿病などの、生活習慣病からおこる慢性腎臓病は、予防が可能です。4月からの

70歳以上75歳未満の自己負担割合が据え置かれました

平成25年3月末まで1割（現役並み所得者は3割のまま）に据え置かれます。

対象者には平成24年3月中に高齢受給者証を再度送付しました。



平成24年度の国保税について

7月中旬に平成24年度国保税の納税通知書を送付します。納期は、7月末から平成25年2月末までの毎月納期となります。1年分を8回に分けて納めます。特別徴収対象者は、納期に関係なく年金支給からの天引きになります。



問合せ先
国民健康保険課 国保総務担当
055(262)4111

「集団健診」で、39歳以下の方にも、クレアチニンと尿酸を追加することになりました。

毎年、職場または市の健康診査を受けて、検査結果から日常生活を振り返り、肥満の解消、血圧のコントロール、糖尿病の予防・悪化防止等に努めましょう。生活習慣病の治療をしている方は、日常生活の注意点について、かかりつけ医によく相談してください。

特に、山梨県は、男女ともに塩分摂取量が全国1位です。（男性13.3g 女性11.2g）塩分の取りすぎは、腎臓に大きな負担をかけます。積極的に減塩に心がけましょう。

また、『各種検診希望調査書』をまだ提出していない方は、今からでも間に合いますので、提出してください。

（山梨慢性腎臓病対策協議会 <http://www.yckdi.org/>）



問合せ先
国民健康保険課 国保指導担当
055(262)4111