

令和8年度版

後期高齢者医療制度 の ご案内



石川県後期高齢者医療広域連合
<http://www.ishikawa-kouiki.jp>

もくじ

後期高齢者医療制度のしくみ	3
被保険者	3
資格確認書	5
資格情報のお知らせ	6
マイナンバーカードを利用しましょう！ (マイナ保険証)	7
保険料	10
お医者さんにかかるとき	16
医療費が高額になったとき（高額療養費）	18
高額医療・高額介護合算制度	20
入院時の食事代	21
柔道整復（接骨院・整骨院）の 正しいかかり方	22
あんま・マッサージ、はり・きゅうの 正しいかかり方	23
このようなときにかかった費用も 支給されます	23
適正受診及び適正服薬のお願い	24
適正受診を心がけましょう	24
「お薬手帳」を活用しましょう	25
ご存じですか？ ポリファーマシー	25
セルフメディケーション	26
ジェネリック医薬品（後発医薬品）の 利用のお願い	27
医療費のお知らせ	28
交通事故にあったとき	29
生き活き・楽しい毎日のための 保健事業のご案内	30
健康診査（健診）・保健指導	30
高齢者の保健事業と介護予防の 一体的実施事業	31

後期高齢者医療制度のしくみ

後期高齢者医療制度は、都道府県単位で設置された広域連合が主体となり、市町と協力して運営しています。

広域連合

- 保険料の決定
 - 医療を受けたときの給付
 - 資格確認書の交付
- などを行います。

市町（窓口業務）

- 保険料の徴収
 - 申請や届出の受付
 - 資格確認書の引渡し
- などを行います。

◆ 保険料は大切な財源です

医療にかかる費用のうち、医療機関等で支払う窓口負担を除いた費用を、公費（国・県・市町の負担金）で約5割、後期高齢者支援金（現役世代の保険料）で約4割、残りの約1割を被保険者の皆さまが保険料として負担し、社会全体で後期高齢者医療制度を支えています。

医療にかかる費用

患者負担額（窓口負担分）

後期高齢者支援金 (現役世代の負担)	公 費
約 4 割	約 5 割
皆さまの保険料	国：県：市町 (4：1：1)
約 1 割	

● 被保険者

● 75歳以上の方※

※生活保護を受けている方は除きます。

● 一定の障がいがある65歳から74歳までの方※

※申請して広域連合から認定を受ける必要があります。

● 対象となる日

75歳の誕生日当日から後期高齢者医療制度の対象となります（届出は不要）。

一定の障がいがある65歳から74歳までの方は、広域連合から認定を受けた日から対象となります。

資格確認書

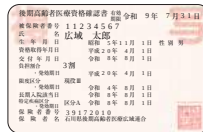
【重要】8月の一斉更新から、届く「書類」が変わります！

85歳以上の被保険者の方

令和8年8月1日時点の年齢

全員に
「資格確認書(だいたい色)」
をお送りします。

●「特定記録郵便」で届きます。



84歳以下の被保険者の方

令和8年8月1日時点の年齢



マイナ保険証を
お持ちでない方

マイナ保険証を
お持ちの方

資格情報のお知らせ
●●広域連合
氏名 広域 太郎
負担割合 3割
受診の際
マイナ保険証が必要

資格確認書
(だいたい色)

●「特定記録郵便」で
届きます。

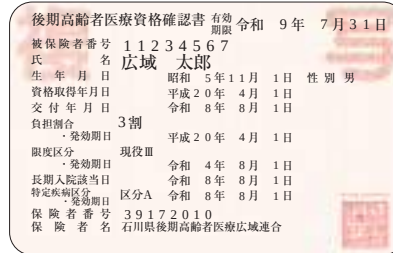
資格情報
のお知らせ

●「普通郵便」で届
きます。

重要なお知らせ

- 資格確認書または資格情報のお知らせは、7月中旬にお届けします。8月1日からご使用ください。
- 現在お持ちの水色の資格確認書の有効期限は7月31日までとなります。8月1日以降は使用できませんので、裁断するなど、ご自身で破棄してください。
- マイナ保険証での受診が難しくなった場合は、申請により資格確認書を交付できます。詳しくは、お住まいの市町窓口へご相談ください。

- 令和8年8月1日お誕生日の方を含む、85歳以上のすべての被保険者の方に、資格確認書を交付します。
- 84歳以下の被保険者の方については、マイナ保険証を有していない方にのみ資格確認書を交付します。
- 交付を受けた資格確認書の券面に変更があった場合は、新たな資格確認書が交付されます。



有効期限
令和9年7月31日
(だいたい色)

【お使いになるとき】

- ◆ 医療機関等で提示していただくことで、保険診療を受けることができます。
- ◆ 有効期限を過ぎたものは使用できません。
- ◆ 申請により、限度区分などの資格情報を記載できます。

【次のようなときは、お住まいの市町担当窓口へ】

- ◆ 記載内容に誤りがあるとき。
- ◆ 資格がなくなったとき。
- ◆ 紛失・破損により再発行を受けたいとき（申請が必要）。

【ご注意ください】

貸し借りは絶対にしないでください。
コピーしたものは使えません。

資格情報のお知らせ

- 84歳以下で、マイナ保険証を有する方にのみ資格情報のお知らせ（A4サイズ）を交付します。

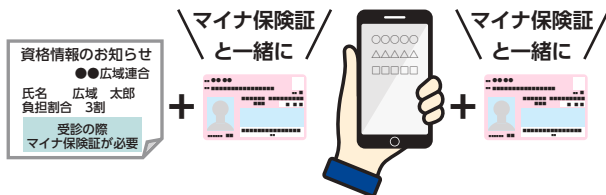


有効期限
令和9年7月31日

【お使いになるとき】

窓口では、マイナ保険証と一緒にご提示ください。

マイナ保険証と一緒に提示する2つの方法



方法1：
赤枠内の「資格情報のお知らせ」とマイナ保険証

方法2：
マイナポータルの資格情報画面表示とマイナ保険証

【ご注意ください】

- 資格情報のお知らせのみでは医療機関を受診できません。
- スマートフォンで画面表示する場合は、図の青枠内の二次元コードを読み取り、マイナポータルの資格情報画面を開いてください。

マイナンバーカードを利用しましょう！（マイナ保険証）

- マイナンバーカードをお持ちの方は、保険証の利用登録をすることで、マイナ保険証として利用することができ、医療機関の機械で読み取りをすることで、保険診療を受けることができます。

マイナ保険証には、下記のとおりさまざまなメリットがあります。

医療機関などを受診される際は、ぜひマイナ保険証をご利用ください。

こんなメリットがあります！

●保険証としてずっと使える！

引っ越しをしてもマイナンバーカードを保険証として使うことができます。

※保険者が変わった場合、異動の届出は必要です。



●手続きなしで限度額を超える一時的な支払いが不要に！

窓口でマイナ保険証を提示するだけで、高額療養費制度の限度額を超える支払いが免除されます。



●健康管理や医療の質が向上！

マイナポータルで、自分の薬剤情報や後期高齢者健診情報を確認できます。



●医療費の事務コストの削減！

医療保険の請求誤りが減少するなど、保険者等の事務処理のコスト削減につながります。

マイナ保険証の利用のしかた

STEP1 マイナンバーカードを取得する

◆申請方法

- オンライン申請
(スマートフォン・パソコン)
- 郵送(手書き申請書)による申請
- 申請に対応する証明写真機からの申請

マイナンバーカードの
オンライン申請は
こちら！



STEP2 マイナ保険証の利用登録

◆登録方法

- 医療機関、薬局のカードリーダーから登録
- マイナポータルで登録
(スマートフォン・パソコン)
- セブン銀行ATMから登録

マイナポータルは
こちら！



「資格情報のお知らせ」が届き、マイナ保険証をご利用になれない方へ(申請のご案内)

マイナ保険証をお持ちの方へ「資格情報のお知らせ」をお送りしていますが、施設入所などの理由により、マイナ保険証での受診が難しくなった場合は、市町窓口への申請により「資格確認書」の交付を受けることができます。

必要な方は、お住まいの市町窓口へご相談ください。

※「資格情報のお知らせ」の詳しい使い方や交付対象などについては、P.6をご覧ください。

資格確認書の任意記載事項併記について

「限度額適用・標準負担額減額認定証」の廃止に伴い、自己負担限度額の区分(限度区分)や特定疾病等の適用区分を「資格確認書」に記載することができます。記載された資格確認書を医療機関等の窓口で提示することで、窓口での自己負担額を限度額までに抑えられます。

併記を希望される場合は、お住まいの市町担当窓口での申請が必要です(初回のみ)。

※マイナ保険証をご利用の方は、お手続きなしで高額療養費等の自己負担限度額を超える支払いが免除されます。

(任意記載事項)

- ・ 限度区分、発効期日
- ・ 長期入院該当日
- ・ 特定疾病区分、発効期日



資格確認書の交付と併記の自動継続について

一度、資格確認書の交付及び任意の併記の申請をされた方については、次回以降自動的に併記された資格確認書をお送りします。

保険料

保険料は全員に納めていただきます

後期高齢者医療制度では、被保険者となるすべての方に、一人ひとり保険料をお納めいただきます。

次のような方も、新たに保険料を納めていただきます。

- これまでご家族の医療保険（職場の健康保険など）の「被扶養者」だった方
- 75歳になられた方（一定の障がいがあり、申請により65歳以上で加入された方を含みます）

国の新制度「子ども・子育て支援金」へのご協力をお願いします

令和8年度より、少子化対策を強化するための新たな国の制度として「子ども・子育て支援金」が創設されました。



Q なぜ高齢者も支援金を負担するのですか？



支援金

子どもたちは成長し、やがて社会保障制度（皆さまの医療や年金など）の担い手となります。子どもの育ちを支えることはすべての方にメリットがあるため、現役世代だけでなく、高齢者の皆さまや企業も含めた「社会全体」で拠出するしくみとなっております。

Q 支援金はどのように納めるのですか？

国の定めにより、後期高齢者医療保険の毎月の医療保険料とあわせて納めていただきます。

支援金は所得に応じてご負担いただきますが、医療保険料と同様に、所得の低い方に対する軽減措置が設けられています。

※具体的な保険料額の計算方法については、P.11をご覧ください。

本制度に関するご意見・お問い合わせ

国の専用窓口（こども家庭庁）へ直接お問い合わせください。

☎ コールセンター **0120-303-272**（フリーダイヤル）

受付時間：9時から18時まで（日曜・祝日を除く）

令和8年度の保険料の額

保険料の年額は、「医療分」と「子ども分」の額の合計です。「医療分」と「子ども分」の額は、それぞれ被保険者全員に均等に賦課する「均等割額」と、所得に応じて賦課する「所得割額」の合計です。

令和8・9年度の医療分は、診療報酬の大幅な引き上げによる医療費の増加等により、全国的に引き上げとなっています。

令和8年度の保険料額＝

医療分

＋

子ども分

医療分

均等割額

57,300円

所得割額

被保険者の所得
×11.14%

子ども分

1,360円

被保険者の所得
×0.24%

※医療分の限度額は85万円です。

※子ども分の限度額は2万1千円です。

※所得割額の算定に係る被保険者の所得は「基礎控除後の総所得金額等」を基準とします。



※令和9年度の子ども分の保険料率については、令和8年度中に改めて決定し、お知らせします。



年度途中の加入脱退に係る保険料の計算

年度途中の加入・脱退に係る保険料は月割で算定します。

加入の場合

資格取得月の分から保険料がかかります。

※月末に資格があれば当月の保険料がかかります。

脱退の場合

資格喪失月の前月分まで保険料がかかります。

所得の低い方の軽減措置

世帯の所得に合わせて、保険料の「均等割額」が軽減されます。令和8・9年度は、医療分保険料について特例措置があります。

令和
8・9年度は
特例が
ありますよ！



あなたの軽減割合は？(所得要件の目安)

**7.2割
軽減**

※医療分のみ特例、
子ども分は7割

43万円

+10万円×(年金・給与所得者の数-1) 以下

**5割
軽減**

43万円 + 31万円 × (世帯の
被保険者数)

+10万円×(年金・給与所得者の数-1) 以下

**2割
軽減**

43万円 + 57万円 × (世帯の
被保険者数)

+10万円×(年金・給与所得者の数-1) 以下

【重要】令和8・9年度の特例措置

急激な負担増を抑えるため、**2年間限定**で、**医療分均等割のみ**従来の7割軽減から「**7.2割軽減**」へ拡大します。

均等割軽減の判定・計算に関する注意点

均等割軽減の「世帯」

世帯の判定は、原則**4月1日時点**



公的年金の15万円控除

65歳以上で公的年金収入がある方は、当該所得から**15万円**を控除します。
(年齢判定は収入年の12月31日時点)



[年金所得]
-15万円

年金・給与所得者の数について



世帯主及び世帯の被保険者全員のうち、**右記に該当する人の合計人数**です。

※年金・給与所得者の数が1人以下の場合は、下線部の加算はありません。

65歳未満：年金等収入が**60万円超**
65歳以上：年金等収入が**125万円超**
給与収入：**55万円超**

被扶養者だった方の軽減措置

職場の健康保険などの被扶養者として、これまでご自身で保険料を納めていなかった方でも、後期高齢者医療保険に加入し被保険者になれば、保険料をご負担いただくことになります。

ただし、保険料負担が急に増えないようにするため、加入から2年間は均等割を5割軽減し、所得割を課さない措置を講じています。

ただし、国民健康保険、国保組合に加入していた方は対象外です。



保険料の納め方

年金が年額18万円以上の方の場合は、保険料は年金からの天引き（特別徴収）となります。

それ以外の場合は、個別にお住まいの市町に納めます（普通徴収）。

また、介護保険料とあわせて保険料額が年金額の2分の1を超える場合は、年金からの天引きの対象にはなりません。



年金天引きされていない場合

市町から送られてくる納付書または口座振替により、納めていただきます。

保険料の納付は、口座振替が便利です。

手続きについては、市町の担当窓口にご相談ください。



保険料を滞納したとき

特別な理由なく保険料を滞納した場合は、高額療養費等の給付金を滞納額に充当する場合があります。また、悪質な滞納の場合、法令に基づく滞納処分（強制徴収）を行う場合があります。

保険料は、医療保険制度を維持するための大切な財源です。納期内にきちんと納めてください。

※保険料納付に関してのご相談は、お住まいの市町の窓口にお問い合わせください。



資格確認書等一斉交付・保険料等に関するお問い合わせ先

ご不明な点は以下にお問い合わせください。

① 国が設置する後期高齢者医療制度 改正コールセンター

☎0120-617-111

受付期間：令和8年7月～令和9年3月末まで

受付時間：9時から18時まで（日曜・祝日・年末年始を除く）

対応内容：高額療養費の見直しや保険料率改定、資格確認書など、制度改正全般

② いしかわ後期高齢者医療コールセンター

☎0570-020-007 ※通話料がかかります。

受付期間：令和8年7月15日～令和8年10月30日

受付時間：9時から16時30分まで（土日祝日を除く）

対応内容：資格確認書等一斉交付または保険料についての一般的なご質問

③ 資格確認書・保険料額等に関する 個別のお問い合わせ

お住まいの市町または広域連合にお問い合わせください。

連絡先：本パンフレットの裏表紙の一覧をご覧ください。

対応例：【市町】

保険料の納付方法や資格確認書等の再発行に関すること

※保険料の算定にかかる前年中の所得については、各市町の住民税担当課にお問い合わせください。

【広域連合】

料率改定や保険料の年額等に関すること

お手元に「後期高齢者医療資格確認書」または「資格情報のお知らせ」、「保険料額決定通知書」をご用意いただくと、ご案内がスムーズです。



お医者さんにかかるとき

窓口負担割合は、所得や世帯構成の変更などにより、判定が見直されることがあります。

医療機関の窓口負担割合

負担割合	所得区分	要件
3割	現役並みⅢ	同一世帯に住民税課税所得※1が690万円以上の被保険者がいる方
	現役並みⅡ	同一世帯に住民税課税所得※1が380万円以上の被保険者がいる方
	現役並みⅠ	同一世帯に住民税課税所得※1が145万円以上の被保険者がいる方
	ただし、次の要件のいずれかに該当する場合は、「一般Ⅰ・Ⅱ」の区分となります。	
	①同一世帯に被保険者が2人以上の場合 被保険者全員の収入の合計が520万円未満	
	②同一世帯に被保険者が1人の場合 本人の収入が383万円未満、または本人の収入が383万円以上で同一世帯の70歳から74歳までの方との収入合計額が520万円未満	
	③生年月日が昭和20年1月2日以降の被保険者の場合 本人及び同一世帯の被保険者の総所得金額等（所得に応じた基礎控除後）の合計額が210万円以下	

負担割合	所得区分	要件
2割	一般Ⅱ	同一世帯に住民税課税所得※1が28万円以上の被保険者がいる方で、次の①または②に該当する方 ①同一世帯に被保険者が1人の場合 年金収入+その他の合計所得金額※2が200万円以上 ②同一世帯に被保険者が2人以上の場合 年金収入+その他の合計所得金額※2が320万円以上 ※現役並み所得者の方を除く
1割	一般Ⅰ	現役並みⅠ・Ⅱ・Ⅲ、一般Ⅱ、区分Ⅱ及び区分Ⅰ以外の方
	区分Ⅱ	世帯の全員が住民税非課税の方（区分Ⅰ以外の方）
	区分Ⅰ	世帯の全員が住民税非課税で、その世帯の各所得が必要経費・控除（年金所得は控除額を82.65万円として計算。給与所得がある場合は、給与所得から10万円を控除）を差し引いたときに0円となる方

※1 「住民税課税所得」とは、総所得金額等から各種所得控除を差し引いて算出します。住民税の通知には「課税標準額」や「課税される所得金額」と表示されている場合があります。
なお、前年の12月31日現在において世帯主であって同一世帯内に合計所得（給与所得から10万円を控除）が38万円以下である19歳未満の方がいる場合は、住民税課税所得から次の①と②の合計を控除した額で判定します。
①16歳未満…………… 1人につき33万円
②16歳以上19歳未満…………… 1人につき12万円

※2 「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のことです。

医療費が高額になったとき（高額療養費）

1か月（同じ月内）の医療費が高額になったときは、所定の金額（右表参照）を自己負担していただき、それを超えた部分を広域連合から支給します。

なお、一度振込口座の登録をすると、次回以降は登録した口座に自動で振り込みます。

限度区分について

資格確認書をご利用の方

医療機関にかかるとき、自己負担限度額の適用を受けるには、所得区分（P.16・17参照）に応じた「限度区分」が記載された資格確認書を提示する必要がありますので、お住まいの市町担当窓口申請して「限度区分」が記載された資格確認書の交付を受けてください。

マイナ保険証をご利用の方

上記の申請をしなくても、高額療養費の限度額を超える支払いが免除されます。

●「長期入院該当」に係る限度区分の適用を受けるためには、申請が必要です（P.21参照）。

- 入院時の食事代や差額ベッド代などは含まれません。
- 75歳になって、後期高齢者医療制度に移行する月は、75歳になる方の自己負担限度額が、それまで加入していた医療保険と後期高齢者医療制度でそれぞれ2分の1となります。
※月の初日に75歳になった方は除きます。
- 厚生労働大臣が指定する特定疾病（人工透析が必要な慢性腎不全など）の場合は、同一医療機関につき入院・外来それぞれ限度額（月額）は10,000円です。

*自己負担限度額（令和8年8月～）

※令和8年7月までの限度額は、広域連合のホームページに掲載しております。

所得区分 (P.16・17参照)		月額		(注3) 年間上限額
		外来 (個人単位)	外来+入院 (世帯単位)	
現役並み所得者	Ⅲ 課税所得 690万円 以上	270,300円+ (医療費-901,000円)×1% (多数回 140,100円) (注1)		1,680,000円
	Ⅱ 課税所得 380万円 以上	179,100円+ (医療費-597,000円)×1% (多数回 93,000円) (注1)		1,110,000円
	Ⅰ 課税所得 145万円 以上	85,800円+ (医療費-286,000円)×1% (多数回 44,400円) (注1)		530,000円
一般Ⅱ		22,000円 (年間の上限 216,000円) (注2)	61,500円 (多数回) (注1)	530,000円 一部 (410,000円 の場合あり)
一般Ⅰ				
区分Ⅱ		11,000円 (年間の上限 96,000円) (注2)	25,700円 (多数回 24,600円) (注1)	290,000円
区分Ⅰ		8,000円	15,700円	180,000円

(注1) 過去12か月以内に3回以上、上限額に達した場合は、4回目から「多数回」該当となり、上限額が下がります。

(注2) 年間（8月～翌年7月）の外来（個人単位）の自己負担額の合計が年間上限額を超えた分も支給されます。

(注3) 年間（8月～翌年7月）の外来及び入院（世帯単位）の自己負担額の合計が年間上限額を超えた分も支給されます。

高額医療・高額介護合算制度

医療費が高額になった世帯に介護保険の受給者がいる場合、後期高齢者医療と介護保険の両方の自己負担額を年間（8月～翌年7月）で合算し、下記の限度額を超えた場合にその超えた分が支給される高額医療・高額介護合算制度があります。

*合算する場合の限度額

（年額・令和7年8月～令和8年7月）

所得区分(P.16・17参照)	限度額
現役並み所得者Ⅲ	212万円
現役並み所得者Ⅱ	141万円
現役並み所得者Ⅰ	67万円
一般Ⅰ・Ⅱ	56万円
区分Ⅱ	31万円
区分Ⅰ	19万円

- 区分Ⅰで介護保険の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。

高額な外来診療を受ける皆さまへ

各医療機関等に対し、1か月間に支払う外来診療の自己負担額の合計は、所得区分に応じた負担限度額までとなります（限度額を超えて支払った分は、後日還付されます）。

- 柔道整復、はり・きゅう、あんま・マッサージなどは対象外です。

入院時の食事代(令和8年6月～)

入院したときの食事代は、下記のとおりです。

※令和8年5月までの標準負担額は、広域連合のホームページに掲載しております。

療養病床以外に入院の場合



*食費の標準負担額

所得区分（P.16・17参照）			食 費 (1食につき)
現役並み所得者 一般Ⅰ・Ⅱ			550円 ^(注1)
区分Ⅱ	過去 12か月の 入院日数	90日以内の入院	270円
		90日を超える入院 ^(注2) (長期入院該当)	220円
区分Ⅰ			130円

(注1) ①指定難病患者の方は1食330円です。

②精神病床へ平成27年4月1日以前から平成28年4月1日まで継続して入院した方は、当分の間1食260円に据え置かれます。

(注2) 以前加入していた医療保険で「区分Ⅱ」相当であった期間の入院日数も含めます。

- 資格確認書をご利用の方は、区分Ⅰもしくは区分Ⅱの適用を受けるには、「限度区分」が記載された資格確認書の提示が必要です。マイナ保険証をご利用の方は、手続きなしで区分Ⅰもしくは区分Ⅱが適用されます（長期入院該当の場合は申請が必要です）。

療養病床に入院の場合

*食費・居住費の標準負担額

所得区分(P.16・17参照)	食費 (1食につき)	居住費 (1日につき)
現役並み所得者 一般Ⅰ・Ⅱ	550円 ^(注)	430円
区分Ⅱ	270円	
区分Ⅰ	160円	0円
老齢福祉年金受給者	130円	

(注) 一部医療機関では510円

- 入院医療の必要性の高い状態が継続する方や回復期リハビリテーション病棟に入院している方は、上記の療養病床以外に入院の場合の食費の標準負担額と同額の負担となります。居住費は、指定難病患者の方は0円に据え置きとなります。

柔道整復(接骨院・整骨院)の正しいかかり方

医療保険が使える施術

- 打撲 ■ねんざ ■挫傷(肉離れなど)
- 骨折・脱臼(応急手当の場合を除き、医師の同意が必要です。)

- 負傷の原因を正しく伝えましょう。
- 治療が長引く場合は、一度医師の診断を受けましょう。

医療保険を正しく利用しましょう

注意 全額自己負担になる施術

- 日常生活での疲れや肩こり・腰痛
- 運動による肉体疲労
- 特にけがはないが、気持ちがいから受けるもの(慰安目的)
- 病気(神経痛・リウマチ・五十肩・関節炎・ヘルニアなど)からくる痛み
- 古傷など、症状改善の見られない長期の治療
- 脳疾患後遺症などの慢性病
- 整形外科や外科で治療中の部位 など



- ◆療養費支給申請書の傷病名・施術日数・金額などをよく確認し、自分で署名しましょう。
- ◆領収書をもらいましょう。
- ◆医療費のお知らせ(8月、2月に送付)の施術日数と実際の施術日数が合っているか確認しましょう。

あんま・マッサージ、はり・きゅうの正しいかかり方

医療保険が使える施術

あんま・マッサージ

- 筋麻痺・関節拘縮などで、医療上マッサージを必要とする症状

はり・きゅう

- 神経痛 ■腰痛症 ■頸椎ねんざ後遺症
- 五十肩 ■リウマチ ■頸腕症候群

- 医師の同意書が必要です。また継続して受ける場合は、定期的に医師の同意を受けなければなりません。
- 歩行不能・歩行困難などの通院ができない特別な理由がある場合で、医師が同意した緊急的な往療料(往診にかかる費用)も医療保険が使えます。

注意 全額自己負担になる施術

あんま・マッサージ

はり・きゅう

- 単なる疲労性や慰安を目的としたもの
- 疾患予防のためのもの
- 歩行不能である特別な理由がないときに、施術所へ赴くのが面倒、交通手段がない、歩くのが大変、などの理由として、施術師に直接自宅へ赴いてもらって施術を受ける場合

はり・きゅう

- 病院、診療所などで同じ負傷で治療を受けているもの

このようなときにかかった費用も支給されます

療養費の支給

- 医師が必要と認めたコルセットなどの補装具代にかかった費用
- やむを得ない理由でマイナ保険証や資格確認書を持たずに受診した場合や保険診療を扱っていない医療機関にかかった費用(海外渡航中に治療を受けた場合を含む)
- 緊急やむを得ず医師の指示があり、重病人の入院・転院などの移送にかかった費用
※広域連合の承認が必要です。

葬祭費の支給(定額5万円)

被保険者が死亡し、葬儀を行った場合に支給します。

適正受診及び 適正服薬のお願い

●適正受診を心がけましょう

- 体や病気のことを、気軽に相談できる「かかりつけ医」を持ちましょう！（登録制）



- 同じ症状で複数の医療機関を受診されることについて（セカンドオピニオンを求める場合を除く）

重複する「検査や投薬」による体への悪影響が心配されます！



- 薬の飲み残しは、かかりつけ医・薬局に相談を！



- 緊急でない場合の休日・夜間の救急医療機関受診等について

救急対応への支障が懸念されるため、平日時間帯の受診をお願いします。同様に、救急車の安易な利用はお控えください。



●「お薬手帳」を活用しましょう



「お薬手帳」とは処方された薬の名前・量・日数・使用法などを記録できる手帳のことです。

副作用歴、アレルギーの有無、過去にかかった病気、体調の変化などについても記入できます。

忘れがちな質問や意見、要望などもメモしておきましょう。

「お薬手帳」の役割を十分に発揮させるために、**1人1冊にまとめましょう！**

「お薬手帳」は常に持ち歩きましょう。

「お薬手帳」の役割

- 薬の重複を避ける
- 副作用の回避や飲み合わせの確認
- 副作用歴、アレルギー歴などの情報を伝える
- 災害時や旅先での急病のときに、いつもの薬がわかる



かかりつけ薬局で薬をもらうとき、「お薬手帳」を持っていけば、薬代が安くなる場合があります（過去3か月以内に同じ薬局で薬をもらった場合）。

●ご存じですか？ ポリファーマシー

多剤服用の中でも、副作用や薬物有害事象*など害をなすものを特に「ポリファーマシー」と呼び、問題になっています。
※薬との因果関係がはっきりしないものを含め、患者に生じる好ましくない、あるいは意図しない兆候、症状、または病気。

●薬が6種類以上になるとリスクが高くなります

薬が6種類以上になると、副作用や薬物有害事象が起こるリスクが高くなるといわれています。

また、異なる医療機関から同じ効能の薬が重複して処方される**重複服薬**も注意が必要です。

薬の種類が多い場合は、お医者さんや薬剤師さんに薬の種類を減らせないか相談してみましょう。

＼かかりつけ薬局を持ちましょう！

ポリファーマシー（多剤服用）、重複服薬を防ぐためには、かかりつけ薬局を持つことが有効です。

複数の医療機関にかかっている場合でも、薬の情報をまとめて管理してくれるので、薬の重複や飲み合わせなどをチェックしてもらえます。



セルフメディケーション

セルフメディケーションとは、「自分自身の健康に責任を持ち、軽度な身体の不調は自分で手当てすること」です。

日頃から健康を意識する

自然治癒力を高める

適度な運動

十分な睡眠・休息



バランスのとれた食事

健康診断



自分で体調管理

- 家庭で体温、血圧、体重や体脂肪率などを確認
- スマートウォッチなどで歩数や心拍数、睡眠時間なども管理



健康に気をつけていても、軽いけがや風邪などの体調不良を起こしたら

OTC医薬品*
(市販薬) などを利用して、自分で手当て



医療機関で受診する手間が省け、費用が抑えられる

医療費節約

※OTC医薬品とは：

OTCは「Over The Counter（オーバー・ザ・カウンター）」の略です。OTC医薬品とはカウンター越しに販売される市販薬のこと、薬局やドラッグストアなどで、処方せんなしで購入できます。

購入するときは、症状に合った薬を選ぶために、薬剤師さんに相談しましょう！



セルフメディケーション税制

セルフメディケーション税制（医療費控除の特例）とは、健康診断・予防接種などを受けている方が、対象となるOTC医薬品などを年間12,000円を超えて購入した場合、所得控除が受けられる税制です。

ジェネリック医薬品とは

先発薬の特許期間が切れた後で、国の承認のもと、新薬と同じ有効成分でつくられた低価格な薬のことです。



ジェネリック医薬品は経済的

- 多くの場合で、自己負担が安くなり、医療費の節約や保険料負担増加を抑えることにもつながります。
- すべての先発医薬品に対して、ジェネリック医薬品があるわけではありません。治療内容や医薬品の在庫状況によっては、ジェネリック医薬品に変えられない場合もあります。
- ジェネリック医薬品がある薬で、新薬を希望すると、その価格差の2分の1相当額を負担する場合があります。

*ジェネリック医薬品差額通知

当広域連合では、現在服用している先発医薬品をジェネリック医薬品に切り替えた場合に、自己負担が一定以上軽減されると見込まれる方に通知しているので、切り替えの検討をお願いします。

リフィル処方せんをご存じですか

リフィル処方せんとは、再診なしで最大3回まで、調剤薬局でお薬を受け取ることができる処方せんのことです。主に慢性疾患などで、「症状が安定していると医師に判断された方」が対象です。

- 投薬量に制限のある医薬品や湿布薬は、リフィル処方せんにできません。

バイオ医薬品をご存じですか

バイオ医薬品とは、生物の細胞などを使ってつくる、タンパク質を有効成分とするもので、これまで治療が困難だった病気にも効果が期待される、画期的な新薬です。

バイオ医薬品が治療に使われる主な病気

- がん
- 糖尿病
- 関節リウマチ
- 骨粗鬆症
- 潰瘍性大腸炎 など

バイオ医薬品の後続品「バイオシミラー」

特許期間が切れた薬に「ジェネリック医薬品」があるように、バイオ医薬品にも「バイオシミラー」があります。バイオシミラーは有効性・安全性が先行バイオ医薬品と同等でありながら、価格が約70%と安価です。

医療費のお知らせ

皆さまに医療費を、年2回（8月・翌年2月）お知らせします。

●記載項目

- 受診年月 ●診療を受けた医療機関名 ●診療区分
- 日数 ●医療費の総額 ●自己負担相当額 など

※確定申告の医療費の明細として利用できます。

医療費控除の確定申告にマイナポータル連携をご利用ください

マイナポータルから閲覧できる医療費通知情報を引用することで、医療費控除の確定申告ができます。紙の医療費通知は前年10月分までの記載ですが、マイナポータルの情報は、例年2月9日以降に申告年分の1月～12月の情報を取得できるため、たいへん便利です。マイナ保険証をお持ちの方はぜひご利用ください。

※マイナポータル連携とは

年末調整や所得税確定申告の手続において、マイナポータル経由で、給与所得の源泉徴収票や、控除証明書等のデータを一括取得し、各種申告書の該当項目へ自動入力する機能です。

マイナポータルを活用した年末調整及び所得税確定申告のメリット

Before	After
●控除証明書等の書面の収集・管理・提出が必要 ●書面の控除証明書等1件1件確認しながら記入・入力	●控除証明書等の書面の管理・保管が不要！データ提出でらくらく！ ●取得したデータを申告書の所定の項目に自動入力！

- マイナポータル連携で取得する医療費通知情報は、柔道整復・あんま・マッサージ・はり・灸治療等の施術費用等を含みません。
- マイナポータルでは、医療費控除の確定申告は行えません。国税庁ホームページをご利用ください。
- 医療費通知情報のマイナポータル連携は、マイナンバーカードを利用してe-Taxで確定申告書を提出する場合に限られます。

詳しくは



◆マイナポータルとe-Taxの連携方法



◆マイナポータル連携特設ページ



医療費控除に係る所得税の確定申告については、お住まいの地域の税務署までお問い合わせください。

交通事故にあったとき

必ず市町の担当窓口へ届出を

- ①交通事故にあったときは、警察に届け出て自動車安全運転センターで「**事故証明書**」を発行してもらってください。
- ②マイナ保険証または資格確認書、印かん、事故証明書を持って、市町の担当窓口で「**第三者行為による傷病届**」の手続きをしてください。

交通事故など第三者の行為によって病気やけがをした場合でも、届出により後期高齢者医療で医療を受けることができます。広域連合が医療費を立て替え、後で加害者に費用を請求することになります。

加害者から治療費を受け取ったり示談しようとしたりする場合は、示談の前に市町の担当窓口へ必ずご相談ください。



！ 高齢者の交通事故が多発しています。注意しましょう。

保健事業のご案内

**受けよう健康診査！ のばそう健康寿命！
守ろう皆保険！**

健康診査(健診)・保健指導

年1回は治療中の方も健康診査を受けて、生活習慣病の重症化予防やフレイル予防をしましょう。



基本項目

- 身体計測：身長、体重、BMI
 - 血圧測定
 - 血液検査：中性脂肪、コレステロール、肝機能、血糖値
 - 検尿：尿糖、蛋白
 - 質問票：食・生活習慣や運動・口腔機能のフレイル状態※
- ※フレイルとは、加齢によって「心と身体の活力が低下した状態」をいう。

追加・詳細項目：基準に基づき医師が必要と認める項目

- 貧血検査 (Hb・Ht・赤血球)
- 心電図検査
- 眼底検査
- 血清クレアチニン検査



※健診結果で再検査や要治療の場合は、医療機関で必要な治療等を受けましょう。

※健診日程や申込方法、受診場所等は住所地の市町健診担当窓口へお問い合わせください。

※長期入院や施設入所者の場合は、病院や施設で治療や健康管理をするため、健診を受診いただく必要はありません。



高齢者の保健事業と介護予防の 一体的実施事業

●目的

- 住み慣れた地域で、できるだけ長く自立した日常生活をおくることができるようになる。
- 医療費や介護費の負担増加を抑え、社会保障制度の堅持につながる。



●対象者

被保険者の皆さま

●内容

個別支援は、健診のデータや問診の結果から事業対象者を抽出して、生活習慣病の重症化予防等の相談を電話・通知・訪問等で支援します。



集団支援は、地域サロン等で生活習慣病の重症化予防や介護予防の講話や体操等を行います。



※内容は、お住まいの市町あるいは地域サロン等で異なります。

詳しくは、お住まいの市町にお問い合わせください。

当広域連合ホームページでも紹介(一部)しております。

※高齢者特性に考慮して、市町の健康課題や優先順位等を踏まえて関係部署が連携・協働して一体的に実施するという特徴があります。

※広域計画や高齢者保健事業の実施計画(データヘルス計画)に沿った事業内容を実施しています。

お問い合わせ先

市町名	担当課	電話番号
金 沢 市	保険年金課	050-1792-1620 (自動応答)
七 尾 市	保 険 課	0767-53-8988
小 松 市	医療保険課	0761-24-8148
輪 島 市	市 民 課	0768-23-1124
珠 洲 市	市 民 課	0768-82-7744
加 賀 市	保険年金課	0761-72-7867
羽 咋 市	市民窓口課	0767-22-7194
か ほ く 市	保険医療課	076-283-7123
白 山 市	保険年金課	076-274-9521
能 美 市	保険年金課	0761-58-2236
野々市市	保険年金課	076-227-6071
川 北 町	住 民 課	076-277-1126
津 幡 町	町 民 課	076-288-7959
内 灘 町	保険年金課	076-286-6702
志 賀 町	住 民 課	0767-32-9121
宝達志水町	健康づくり推進室	0767-23-4545
中能登町	健康保険課	0767-72-3129
穴 水 町	住民福祉課	0768-52-3621
能 登 町	健康福祉課	0768-62-8512

令和8年7月時点の連絡先です。

◆いしかわ後期高齢者医療コールセンター◆

受付期間：令和8年7月15日～令和8年10月30日

電話番号：0570-020-007

石川県後期高齢者医療広域連合

〒920-0968

石川県金沢市幸町12番1号 石川県幸町庁舎5階

電話 (076) 223-0140



この印刷物は、印刷用の紙へ
リサイクルできます。



禁無断転載

KITC0700 - 1815619 - A18