

30歳からの若年者健診

高血圧や糖尿病などの生活習慣病については、生活習慣を改善することでその予防や重症化、合併症を避けることができます。

本市では、若い頃から自分自身の健康について関心を高め、予防に対する取り組みを進めることを目的に、本市国民健康保険に加入する30歳から39歳までの方を対象に生活習慣病健診を実施しています。

この機会にご自分の体の状態を確認してみませんか？

- 対象者** 30歳～39歳までの本市国民健康保険加入者
(令和8年度中に30～39歳の誕生日を迎える方)
- 場所・実施日** 地区コミュニティセンターなどで実施する集団健診
- 申込方法** 予約が必要です。
- 自己負担** 1,000円
- 健診内容** 問診、身体測定、診察、血圧、尿検査、
血液検査(脂質・血糖・腎機能・血清尿酸・肝機能)、心電図



特定健診・若年者健診・後期高齢者健康診査 集団健診日程(令和8年9月～11月)

集団健診の受診は予約が必要です。

- インターネット 右の二次元コードを読みとってください。
- 予約専用電話 ☎ 0120-611-711
(長崎県健康事業団けんしん予約センター 平日の8:30～17:15)



**予約はインターネット
または予約専用電話**
(医療保険課での予約受付は行っていません。)

場所	実施日
すこやかプラザ	9月5日(土)
	※9月13日(日) 予約開始日:8/5
	※10月4日(日) 予約開始日:8/21
	10月5日(月)
	10月31日(土)
	※11月14日(土) 予約開始日:10/8
労働福祉センター	11月21日(土)
相浦地区コミュニティセンター	10月22日(木)
九十九地区コミュニティセンター	9月30日(水)
三川内地区コミュニティセンター	10月16日(金)
早岐地区コミュニティセンター	※11月18日(水) 予約開始日:10/13
花高体育室	10月18日(日)
	10月21日(水)

※印の実施日は予約開始日が決まっています。それ以外は受付中です。
各日程とも受付期間が設定されています。期間外の予約はできません。詳細はホームページをご覧ください。

場所	実施日
広田地区コミュニティセンター	※9月9日(水) 予約開始日:7/31
	11月6日(金)
エコスパ佐世保	9月28日(月)
卸団地組合会館	9月11日(金)
中里皆瀬地区コミュニティセンター	9月10日(木)
大野地区コミュニティセンター	9月25日(金)
柚木地区コミュニティセンター	11月9日(月)
吉井地区コミュニティセンター	11月4日(水)
	※9月15日(火) 予約開始日:8/6
	11月16日(月)
小佐々地区コミュニティセンター	※11月19日(木) 予約開始日:10/14
	9月6日(日)
インフィニタス(江迎地区文化会館)	10月15日(木)
鹿町温泉・美人の湯やすらぎ館	※10月29日(木) 予約開始日:9/18

【問い合わせ先】 佐世保市役所 ☎0956-24-1111(代表)			
国民健康保険の更新	医療保険課	給付係	直通電話 0956-25-9710
高額療養費・ジェネリック医薬品	医療保険課	給付係	直通電話 0956-25-9710
特定健診・若年者健診・後期高齢者健康診査	医療保険課	特定保健係	直通電話 0956-37-6102

佐世保市国民健康保険

させぼの国保

令和8年
8月
特集号

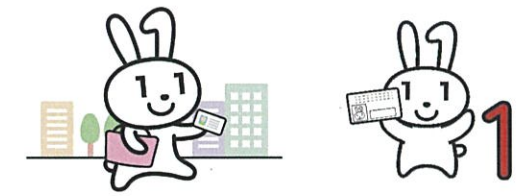
国民健康保険の更新は8月1日です

資格情報のお知らせ

- ・資格情報のお知らせが届いた方は、マイナ保険証で医療機関等を受診してください。
 - ・資格情報のお知らせのみでは受診等できませんが、顔認証付きカードリーダーの不具合など、何らかの事情で医療機関等でマイナ保険証を利用できない場合に、**マイナ保険証とセットでご提示ください。**
- ※70歳未満の方の資格情報のお知らせには原則、有効期限がありません。
すでに資格情報のお知らせをお持ちの70歳未満の方には新しく届かない場合があります。

資格確認書

- ・マイナンバーカードをお持ちでない方、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には、**申請によらず「資格確認書」**が交付されます。
- ・資格確認書を医療機関等の窓口で提示することで、**これまでどおり受診等**ができます。



限度額適用認定証等の更新(申請)のお知らせ

◎本人の同意があり、オンライン資格確認対応可能な医療機関であれば限度額認定申請は不要です。

申請場所

市役所1階医療保険課給付係 ②番窓口、
各支所及び宇久行政センター住民課

申請に必要なもの

資格確認書または資格情報のお知らせ、
届出者の顔写真身分証明書及び
世帯主・対象者のマイナンバーがわかるもの

※郵送やオンライン申請手続きも可能です。

【注意事項】

- ①「限度額認定証」は個人ごとに申請が必要で、毎年8月に更新が必要です。
- ②70～74歳の方については、認定証を発行できるのは、「現役並みⅠ」・「現役並みⅡ」及び市民税非課税世帯「Ⅰ」「Ⅱ」に該当される場合のみです。所得区分が「一般」・「現役並みⅢ」の方は、医療機関にマイナ保険証(資格情報のお知らせ)または資格確認書を提示することで窓口での自己負担は限度額までとなります。
- ③未申告の方がいらっしゃる世帯は、認定できない場合があります。
- ④マイナ保険証を利用すれば、事前の手続きなく、**高額療養費制度における限度額を超える支払いが免除されます。限度額適用認定証の事前申請は不要となりますので、マイナ保険証をぜひご利用ください。**

高額療養費についてお知らせ

高額療養費制度とは、同じ診療月内に医療費が高額になり、自己負担額が限度額を超えた分が払い戻される制度です。高額療養費の自己負担限度額（月額）は年齢や収入によって異なります。（※保険適用外の治療、入院時の食事代や差額ベッド代などは対象外です）

令和8年6月分から食事代、令和8年8月から自己負担限度額が見直されます。

掲載内容は令和8年4月現在の情報に基づいて作成したものです。今後、制度内容が変更となる場合があります。

○令和8年6月の見直し内容

・入院した時の食事代の標準負担額（1食あたり）が引き上げられます。

○令和8年8月の見直し内容

・各所得区分の自己負担限度額（月額）が引き上げられます。
・長期療養者への配慮として、年間上限（年単位の上限度）の制度が創設されます。
・低所得Ⅱ区分において、多数回該当の限度額及び外来年間合算の限度額が設けられます。

自己負担限度額について

■ 70歳～74歳の方 ≪自己負担割合 3割≫ 外来と入院の区別がなく、世帯ごとにすべての医療機関の自己負担額を合算することができます。

所得 区分	所得要件	自己負担限度額（月額）	年間上限※4	入院時の食事代 （1食あたり）
		外来+入院（世帯単位）		
現役 並みⅢ	課税所得 690万円以上	270,300円+(医療費－901,000円)×1% [140,100円※1]	1,680,000円	550円
現役 並みⅡ	課税所得 380万円以上690万円未満	179,100円+(医療費－597,000円)×1% [93,000円※1]	1,110,000円	
現役 並みⅠ	課税所得 145万円以上380万円未満	85,800円+(医療費－286,000円)×1% [44,400円※1]	530,000円	

≪自己負担割合 2割≫ 外来は個人ごとに、入院を含む場合は世帯ごとにすべての医療機関の自己負担額を合算することができます。

所得区分	所得要件	自己負担限度額（月額）		年間上限※4	入院時の食事代（1食あたり）
		外来（個人ごと）	外来+入院（世帯ごと）		
一般	課税所得145万円未満	22,000円 [外来年間限度額216,000円※2]	61,500円 [44,400円※1]	530,000円※5	550円
Ⅱ	市民税非課税世帯	11,000円 [外来年間限度額96,000円※2]	25,700円 [24,600円※1]	290,000円	270円 220円※3
Ⅰ	市民税非課税世帯で収入が一定基準未満の方	8,000円	15,700円	180,000円	130円

（課税所得・・・市民税算出の基礎となる額で、総所得等から基礎控除額や必要経費、その他の控除を差し引いた額）

■ 69歳以下の方

・同じ世帯内で、自己負担額21,000円以上（※合算対象額）を複数回支払った場合に、それらの自己負担額を合算することができます。
※合算対象額は、ひとつの医療機関ごとに計算しますが、同じ医療機関でも医科と歯科、入院と外来は別計算となります。なお、院外処方で薬局に支払った自己負担額は、処方せんを出した医療機関の自己負担額と合算します。

所得区分	所得要件（基礎控除後の所得）	自己負担限度額（月額）		年間上限（世帯単位）※4	入院時の食事代（1食あたり）
		1～3回目	4回目以降※1		
ア	901万円超	270,300円+(医療費－901,000円)×1%	140,100円	1,680,000円	550円
イ	600万円超～901万円以下	179,100円+(医療費－597,000円)×1%	93,000円	1,110,000円	
ウ	210万円超～600万円以下	85,800円+(医療費－286,000円)×1%	44,400円	530,000円	
エ	210万円以下	61,500円	44,400円	530,000円※5	
オ	市民税非課税世帯	36,900円	24,600円	290,000円	270円 220円※3

（基礎控除後の所得・・・国民健康保険税算出の基礎となる額で、総所得等から基礎控除額を差し引いた額）

※1 過去12か月間で、同一世帯での高額療養費の該当が4回以上あった場合

※2 8月診療分から翌年7月診療分の年間限度額（外来分）

※3 過去12か月以内に、入院日数が91日以上で、長期申請をされた場合（マイナ保険証の人も必ず長期申請が必要）

※4 8月診療分から翌年7月診療分の年間上限額（入院含む）

※5 一部、年間上限41万円が適用される場合があります。

医療費が高額になる予定の方は、**「マイナ保険証」**または**「限度額認定証」**を利用しましょう

あらかじめ「限度額適用認定証」の交付を受け、医療機関に提示することにより、窓口での支払いが自己負担限度額まで（月ごと、医療機関ごと）になります。

申請方法は表紙をご覧ください。

マイナ保険証を利用すれば、事前の手続きなく、高額療養費制度における限度額を超える支払いが免除されます。限度額適用認定証の事前申請は不要となりますので、マイナ保険証をぜひご利用ください。

※「マイナ保険証」または「限度額適用認定証」を利用されても、更に世帯内で合算して自己負担限度額を超えた場合や、医療機関等で多数回該当に当てはまることについて確認できない場合は申請を行うことにより差額分が支給されます。



オンライン申請が便利です

市役所などの窓口を訪れることなく、パソコンやスマートフォン等で市への申請などができますので、ぜひご利用ください。窓口で申請された場合と同様に、住民登録地の世帯主様あてに郵送にて約1週間ほどでお届けします。

資格確認書の再交付



限度額適用及び標準負担額減額認定証の交付申請



使っていますか？ジェネリック医薬品



なにがいいの？

💊 低価格

先発医薬品に要した開発費用が抑えられるので、価格が安く、経済的です。

💊 同等の効き目・安全性

先発医薬品と同等の効き目があり、有効性、安全性及び品質について、国が厳格な審査のうえ、製造販売を承認しているため、安心して使うことができます。

ジェネリック医薬品とは？

先に開発された薬（先発医薬品）の特許期間終了後に、製造販売され、有効成分・分量・容量において同等の効果を持つ医薬品です。

ジェネリック医薬品を希望される場合は、医師または薬剤師にご相談ください。

国民健康保険税は貴重な財源です

国民健康保険税は、佐世保市の国民健康保険に加入されている被保険者の医療費等に当てられる貴重な財源です。その年に予測される医療費から、病院などで支払う一部負担金や国などの補助金を除いたものが国民健康保険税となります。被保険者の皆さんが病気やけがをした時、経済的に心配なく、安心して医療を受けられるように、所得などに応じてみんなで負担しています。