

後期高齢者医療制度に関するお知らせ(令和7年7月発行)

マイナ保険証の有無に関わらず、全ての方に令和8年7月末まで使える
「資格確認書」をお届けします

資格確認書の送付について

◎これまでお送りしていました被保険者証は、令和6年12月2日に廃止され、マイナンバーカードと健康保険証の一体化により、マイナ保険証※を基本とする仕組みに移行しました。

※マイナ保険証とは、健康保険証として利用登録したマイナンバーカードのことをいいます。

◎上記の制度変更および資格確認書の一齐交付に伴い、後期高齢者医療制度に加入する皆様には今回暫定的な措置として、**マイナ保険証の有無に関わらず、全ての方に令和8年7月末まで使える「資格確認書」(水色)をお届けします。**

マイナ保険証での受付が難しい方でも、「資格確認書」で医療が受けられます。

8月以降に病院等を受診する際は、資格確認書(水色)を提示してください。

マイナ保険証をお持ちの方はマイナ保険証をご使用していただいてもかまいません。

令和7年7月31日以前の保険証や資格確認書は、裁断するなどしてご自身で破棄してください。



◎医療機関での一部負担金の割合(一般の方は1割、一定以上の所得のある方は2割、現役並み所得者は3割)は、前年中の所得をもとに決定されます。

保険料額決定通知書等の送付について

◎保険料は、前年中の所得をもとに決定し令和7年度保険料額決定通知書等を市町からお送りしています。(今回の資格確認書の送付とは到着が前後します。)

保険料の軽減について

◎所得の低い方や、被用者保険の被扶養者だった方は保険料が軽減されます。

詳細については、同封の「後期高齢者医療制度のご案内」または、石川県後期高齢者医療広域連合のホームページをご参照ください。

【石川県後期高齢者医療広域連合】

<http://www.ishikawa-kouiki.jp>

限度額適用・標準負担額減額認定証の廃止について

◎令和6年12月2日以降、「限度額適用・標準負担額減額認定証」は廃止となったことから、医療機関の受診時に、**自己負担限度額や食事代の軽減の適用を受けるには、「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。**

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軽減されます。

◎**世帯全員が住民税非課税**の場合は、病院等を受診する際の自己負担限度額や食事代などが軽減されます。

マイナ保険証の利用申込みについて

◎マイナ保険証の利用申込みは医療機関・薬局等でも受付します。

マイナンバーカードをお持ちいただくだけで、健康保険証としての利用を申し込むことや、マイナ保険証としてご利用いただくことができます。

マイナ保険証の有効期限について

◎マイナンバーカードには、カード本体の有効期限と電子証明書の有効期限があり、各々がマイナ保険証の有効期限となります。

マイナンバーカードの有効期限は、発行日から10回目の誕生日まで、電子証明書の有効期限は発行日から5回目の誕生日までです。

◎電子証明書の有効期限は券面に記載されています。

なお、記載されていない場合はマイナポータルからご確認ください。

保健事業のお知らせ

～受けよう健康診査 のばそう健康寿命 守ろう皆保険～

年1回は治療中の方も**健康診査**を受けて、心と体の状態を見直し、**フレイル**や**生活習慣病**の重症化（高血圧・高血糖の継続から狭心症・心筋梗塞・脳梗塞・脳出血・認知症等）を予防しませんか。

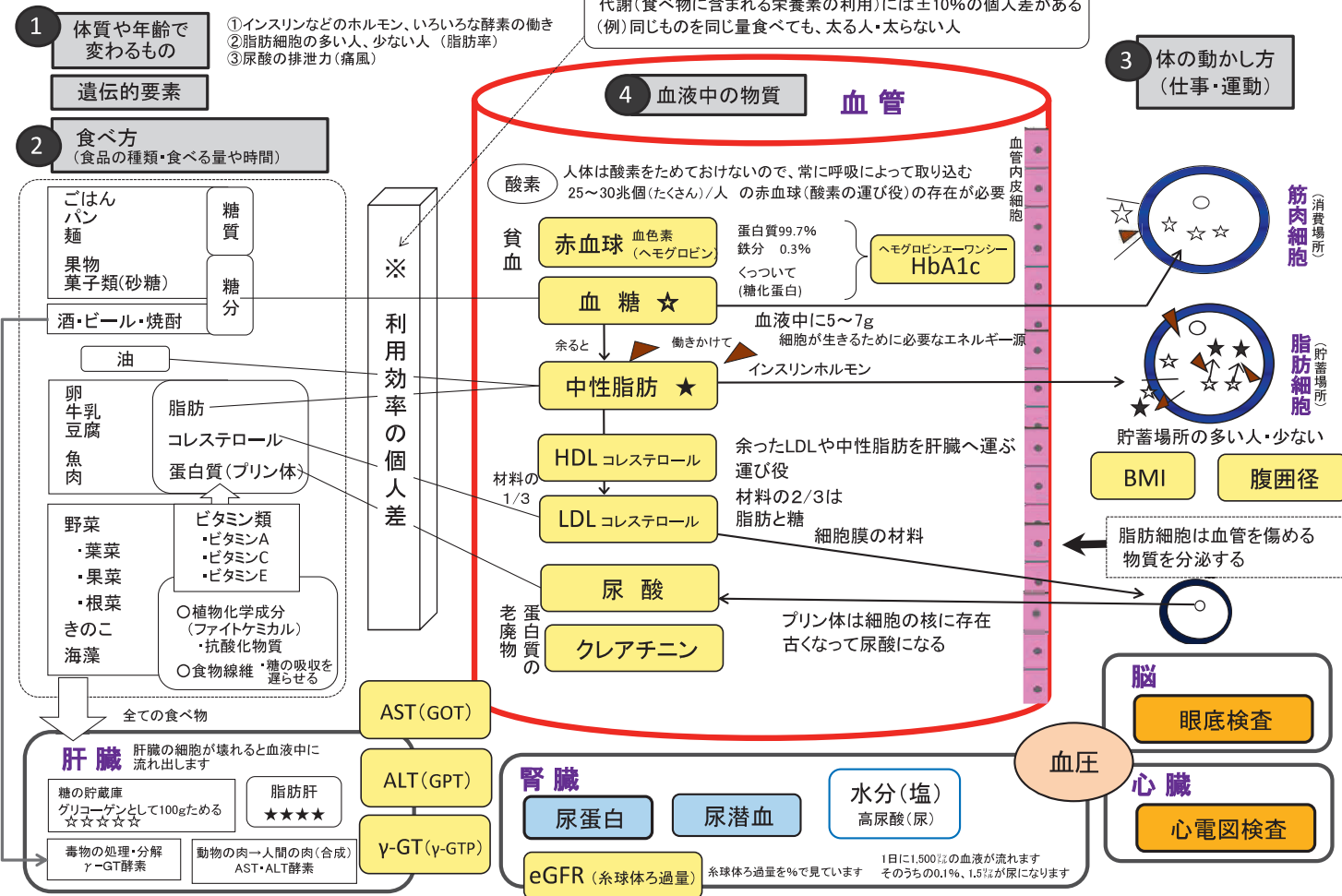
健診結果と生活との関連の読み取り

早期発見・早期治療では悲しい！ 私の値はどこへむかっているのか。予測してみよう。

○健診では何を見ているのでしょうか。

○検査項目が多いのは血液です。（100ccの中の物質の量をはかっています。）

○一人ひとりの値もちがいます。そして、私の値も変化します。



保健活動を考える自主的研究会提供

黄色の項目のうち、あなたの気になる項目は**①体質年齢遺伝②食べ方③体の動かし方**どこに関係しているでしょうか

健診結果については、お住いの市役所や町役場にて相談事業を行っています

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に努めましょう**

フレイル※をチェックしよう

※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。

類型名	No	質問文	回答*	
健康状態	1	あなたの現在の健康状態はいかがですか	①よい ②まあよい ③ふつう	④あまりよくない ⑤よくない
心の健康状態	2	毎日の生活に満足していますか	①満足 ②やや満足	③やや不満 ④不満
食習慣	3	1日3食きちんと食べていますか	①はい	②いいえ
口腔機能	4	半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか ※さきいか、たくあんなど	①はい	②いいえ
	5	お茶や汁物等でむせることがありますか	①はい	②いいえ
体重変化	6	6か月間で2～3kg以上の体重減少がありましたか	①はい	②いいえ
運動・転倒	7	以前に比べて歩く速度が遅くなってきたと思いますか	①はい	②いいえ
	8	この1年間に転んだことがありますか	①はい	②いいえ
	9	ウォーキング等の運動を週に1回以上していますか	①はい	②いいえ
認知機能	10	周りの人から「いつも同じことを聞く」などの物忘れがあるとされていますか	①はい	②いいえ
	11	今日が何月何日かわからない時がありますか	①はい	②いいえ
喫煙	12	あなたはたばこを吸いますか	①吸っている	②吸っていない ③やめた
社会参加	13	週に1回以上は外出していますか	①はい	②いいえ
	14	ふだんから家族や友人との付き合いがありますか	①はい	②いいえ
ソーシャルサポート	15	体調が悪いときに、身近に相談できる人がいますか	①はい	②いいえ

出典：高齢者の特性を踏まえた保健事業ガイドライン 第3版

！ピンク色の項目に該当した方は、フレイル状態の可能性がありそうです！

各種フレイル対策は、お住いの市役所や町役場にて予防事業を行っています

地域の通いの場やサロン等を積極的に活用して**フレイル予防に努めましょう**