

平成30年6月  
第  
**197**  
号

**品**  
沖縄市

# 国保だより

KOKUHO-DAYORI

**今月の被保険者数**

(平成30年4月末現在)

人 口 141,540

世 帯 数 61,216

被保険者数 43,496

国保世帯数 24,136



**沖縄市国民健康保険、後期高齢者医療制度**

**～はり、きゅう、あん摩マッサージ指圧施術利用券について～**

沖縄市国民健康保険及び後期高齢者医療制度の加入者を対象とした「はり、きゅう、あん摩マッサージ指圧施術利用券」の交付を行っています。

- ※利用券は、国民健康保険及び後期高齢者医療制度の加入者で有効期限内の保険証をお持ちの方を交付対象としています。
- ※利用券は、予算の範囲内で交付します。(6枚綴りの利用券を1冊交付し、全て使用後に再度申請があれば2冊目を交付します。また、全体の利用状況等により3冊目の交付を行う場合があります。)
- ※利用券には、有効期限がありますのでご注意ください。
- ※沖縄市指定施術所で、利用券1枚につき1,000円の助成となります。(利用券は1人1日1枚までです。)

**<国民健康保険の方>**

- ※申請は国保の世帯主での手続きとなり、申請者の身分証(運転免許証等)及び印鑑(認印可)、施術利用者の保険証が必要です。
- ※同一国保世帯以外(異なる国保世帯・社保加入者等)の方が申請する場合は、委任状等(必須)が必要です。詳しくは、沖縄市役所国民健康保険課管理係までご確認ください。

**<後期高齢者医療制度の方>**

- ※申請する際には、本人の被保険者証と印鑑(認印可)が必要です。代理の方が手続きされる場合は代理人の身分証と印鑑(認印可)も必要です。

お問い合わせ： 国民健康保険課 TEL939-1212 管理係(内線2117)、後期高齢医療係(内線2118,2128)

**沖縄市国民健康保険、後期高齢者医療制度 はり、きゅう、あん摩マッサージ指圧 指定施術所**

施 術 所 名	住 所	電話番号	施術の種類
長嶺東洋鍼灸院	大里2-18-14	938-3114	鍼、灸、マッサージ
あづまや針灸院	城前町20-31	938-8263	鍼、灸、マッサージ
久場針灸院	中央2-16-18	937-3137	鍼、灸
米須鍼灸指圧マッサージ院	松本1-4-12	938-2431	鍼、灸、マッサージ
東京鍼灸院	仲宗根町15-19	939-8551	鍼、灸、マッサージ
東医堂鍼灸院	泡瀬3-17-6 みどりコーポ103	939-2256	鍼、灸、マッサージ
中央鍼灸院	中央1-25-7	939-4011	鍼、灸
ティーピー針灸	中央3-7-2 キャッスルマンション1F3号	090-7920-0617	鍼、灸、マッサージ
照はり灸・指圧マッサージ院	高原4-27-13 2階	932-0677	鍼、灸、マッサージ
あらた治療院	登川1-5-15	989-8076	鍼、灸
はりきゅう処寧心(ねいしん)	上地4-7-3 伊礼アパートC-101	911-2134	鍼、灸
おきなわしあわせ鍼灸院	泡瀬1-25-1 宇根アパート201	080-4175-4804	鍼、灸



# 届いていますか?健康診断の受診券

## 個別健診(病院での健診)が4月より始まっております!



### ○個別健診【病院で受診】 ※要予約

受診期間：平成30年4月1日～平成31年3月31日

受診できる項目：特定健診(40～74歳の沖縄市国保加入者)、一般健診(18～39歳) 長寿健診(後期高齢者医療制度に加入している方)、がん検診等

健診費用：特定・一般・長寿健診は無料です!! ※がん検診は一部自己負担金あり

### ○人間ドック【病院で受診】 ※要予約(一部自己負担あり)

対象者

- ① 30歳以上の国保加入者
- ② 30～39歳の国保以外の市民(職場等で健診機会のない者)
- ③ 30歳以上の生活保護受給者
- ④ 40歳以上の社会保険加入者(被扶養者)
- ⑤ 後期高齢者医療制度加入者



受診期間：平成30年4月1日～平成31年3月31日

受診方法：病院へ各自で予約(後期高齢者医療制度に加入の方の承認書の申請は不要になりました。)

\*各種健診や人間ドックの詳細は、3月下旬に青色の封筒で送付の「沖縄市健診ガイド」をご参照ください。

**がん検診は個別検診(病院)でも受診できます!**

都合のつく日に受けたい方  
**必見!!**

検診名	検査方法	対象者	自己負担額		
			※個別検診	集団健診	
胃がん検診	バリウム検査	30歳以上	1,600円	0円	
大腸がん検診	便潜血検査(2日採便法)		650円	0円	
肺がん・結核検診	胸部レントゲン撮影		340円	0円	
	痰の検査 (※胸部レントゲン受診者で条件該当者のみ)	620円	0円		
子宮頸がん検診	子宮頸部の細胞診	20歳以上 偶数年齢の女性	2,000円	/	
乳がん検診	マンモグラフィ検査	40歳以上 偶数年齢の女性	1,500円		
骨粗鬆症検診	骨密度を測定する検査	18歳以上の女性			0円
肝炎ウイルス検診	採血によりB型・C型肝炎ウイルスに罹患していないか調べる検査	40歳以上 (受診歴がある者は除く)			0円
前立腺がん検診	PSA(前立腺特異抗原)検査	50歳の男性 (S43.4.1～S44.3.31生まれ)			0円
胃がんリスク検診	ヘリコバクターピロリ菌検査 ペプシノゲン検査	40歳の男女 (S53.4.1～S54.3.31生まれ)			0円

※ がん検診等受診券の「がん検診料金区分」に「自己負担なし」と記載されている方は、個別健診も無料で受診できます。  
 ※ 個別健診にて、胃がん検診(バリウム検査)を胃カメラに変更した場合の追加料金については、各検診機関へお問合せ下さい。

お問合せ先：市民健康課 健診係(代表)939-1212 内線2240

## 平成30年度 沖縄市 市民集団健診日程表

日曜日も  
受診できます!

日程	会場	対象地区
6月	13日(水)	産業交流センター 古謝・泡瀬第一
	17日(日)	沖縄市役所(1日) 東・宮里
	21日(木)	沖縄市体育館 南桃原・園田
	22日(金)	
	27日(水)	かりゆし園 知花・東松本
7月	11日(水)	沖縄市体育館 美里・吉原
	12日(木)	
	15日(日)	沖縄市役所(1日) 室川・照屋
8月	22日(日)	沖縄市役所(1日) 胡屋
	4日(土)	社会福祉センター 越来・城前
	5日(日)	
17日(金)	かりゆし園 松本・明道	
9月	3日(月)	産業交流センター 海邦町・泡瀬第二・大里・東桃原
	20日(木)	かりゆし園 登川
	29日(土)	沖縄市役所 センター・八重島

日程	会場	対象地区
10月	11日(木)	池原公民館 池原
	28日(日)	沖縄市役所(1日) 安慶田
11月	4日(日)	沖縄市役所(1日) 高原
	7日(水)	泡瀬公民館 泡瀬
	8日(木)	
12月	21日(水)	泡瀬第三公民館 泡瀬第三
	1日(土)	比屋根小学校 比屋根・与儀
	6日(木)	沖縄市体育館 諸見里・山里
7日(金)		
1月	16日(日)	沖縄市体育館 全地区
	13日(日)	沖縄市役所(1日) 全地区
	20日(日)	産業交流センター 全地区
2月	10日(日)	沖縄市役所(1日) 全地区
	24日(日)	産業交流センター 全地区
3月	3日(日)	産業交流センター 全地区

※集団健診の受付時間は午前8時30分～午前10時30分です。

※(1日)と書かれた日程は、午後1時～午後2時も受付有ります。(胃がん検診は午前のみ実施)

お問合せ先:市民健康課 健診係(代表)939-1212 内線2240

### 30代からの生活習慣病予防健診(一般健診)・保健指導について

近年増加傾向にある生活習慣病を**早期に予防**するために、沖縄市国保加入者の30代を対象とした**30代からの生活習慣病予防健診(一般健診)**を実施します!

さらにその健診から要指導などの結果を受けた方に対しては、「**管理栄養士による保健指導**」により健康への一歩をサポートします!!

がんや糖尿病などの生活習慣病は**食事や運動**などの生活習慣を改善することにより、予防することができます。

「**30代からの健診**」そして「**生活改善に繋がる保健指導**」を受けて生き生き健康な生活を送りましょう!!

相談窓口:市民健康課 健診係 内線(2240)



### 平成30年度から国民健康保険料が変わります

\*\*\*\*\*国民健康保険料の軽減拡充と賦課限度額の引き上げ\*\*\*\*\*

下記の国が定める所得基準を下回る世帯については、国保料の均等割額と平等割額が7割・5割・2割軽減されています。

平成30年度からは5割・2割軽減の基準が変更され、軽減対象となる所得基準が拡充されます。

※ただし、世帯全員の所得が申告されていない場合は、基準を下回るかどうかが判断できないため、軽減はされません。

また、国保料の医療分・後期高齢者支援金分・介護納付金分の合計賦課限度額は、現行の89万円から93万円になります。

#### 【軽減の拡充】

	軽減判定所得	
	これまで	平成30年度
7割軽減	33万円以下	33万円以下
5割軽減	33万円+ 被保険者数× <u>27万円</u>	33万円+ 被保険者数× <u>27万5千円</u>
2割軽減	33万円+ 被保険者数× <u>49万円</u>	33万円+ 被保険者数× <u>50万円</u>

#### 【賦課限度額(年間)】

	これまで	平成30年度
医療分	<u>54万円</u>	<u>58万円</u>
後期高齢者支援金分	<u>19万円</u>	<u>19万円</u>
介護納付金分	<u>16万円</u>	<u>16万円</u>
合計	<u>89万円</u>	<u>93万円</u>

お問い合わせ:国民健康保険課 TEL 939-1212 第2係(内線2114・2115)

400名の方に  
特典をプレゼント!

# おきはくん健康ポイント

健康づくりに取り組んで特典をもらおう!



○参加対象者 市内在住の18歳以上の方

○実施期間(応募期間) 前期:平成30年6月1日~9月30日 後期:平成30年10月1日~平成31年1月31日

各種健康診査・がん検診の受診や対象事業に参加してポイントを貯める→100から150ポイント以上貯まったら、ポイントカード(ハガキ)に必要事項を記入し、切手を貼ってポストへ投函または市民健康課窓口へ提出→400名の方に健康ポイント協力店で利用できる特典引換券を抽選でプレゼント!

ポイント対象事業や特典については市ホームページまたは市民健康課窓口等にあるチラシをご覧ください。

お問い合わせ: 沖縄市 市民健康課 ☎ 939-1212(内線2241)

## 国保脳ドック

## 脳ドックの受診について

対象者: 沖縄市国保加入者で、昭和18年4月2日生~昭和59年3月31日生の方(ただし、昭和18年4月2日生~昭和19年3月31日生の方については、誕生日の前日まで)

受診期間: 平成30年4月1日~平成31年3月31日

受診方法: 各自で契約医療機関へ予約。受診の際は、「沖縄県国民健康保険被保険者証」と「受診券(市民健康課より青色の封筒で送付されております)」が必要です。詳しくは、青色の封筒に同封の「平成30年度保存版 沖縄市 健診ガイド」をご覧ください。

お問い合わせ: 国民健康保険課 管理係 939-1212(内線2117)

## 後期高齢脳ドック

後期高齢者医療制度の被保険者で脳ドックの受診を希望される方は窓口で「脳ドック承認書」への引き換えが必要です。

受付開始: 平成30年5月1日~(定員150名(予定)に達し次第、受付を終了します)

受付場所: 沖縄市役所1F 国民健康保険課 後期高齢医療係窓口

必要書類: ①被保険者証(ピンク色) ②長寿健診受診券(黄色) ③印鑑(認印可)

※代理人が手続きをされる場合は、上記の書類のほかに代理人の身分証と印鑑が必要です。

助成費用: 脳ドック受診料に対して12,000円を助成します。

○有効期限は平成31年3月末までです。期限が到来する前に受診してください。

○人間ドックの受診は、受診する病院に長寿健診受診券(黄色)とがん検診等受診券の2つを提出し、人間ドックの基本料金から受けた検査内容に対して沖縄市からの補助額を差し引いた残りを自己負担額としてお支払いしていただきます。詳しくは受診券と同封の「平成30年度保存版 沖縄市健診ガイド」をご覧ください。

お問い合わせ: 国民健康保険課 後期高齢医療係 939-1212(内線2118,2128)

## 【入院時食事代の変更について】

平成30年4月から、一般所得(住民税課税世帯)の入院時食事代の自己負担額が1食360円から460円に変更になっています。

※住民税非課税世帯、低所得II、低所得Iの自己負担額は変更ありません。

### ◆入院時食事代の標準負担額(1食あたり)

区分		平成30年3月まで	平成30年4月から
一般所得(住民税課税世帯)		360円	460円
住民税非課税世帯	90日までの入院	210円	
低所得II	過去12ヵ月で90日を超える入院	160円	
低所得I		100円	

※負担額引き上げ対象者のうち、指定難病の方等の負担額は260円に据え置きとなります。

お問い合わせ: 国民健康保険課 TEL 939-1212 給付係(内線 2107・2112)、後期高齢医療係(内線2118・2128)

あなたの一生懸命に答えて



株式会社 **沖産業**

■印刷全般(オフ・シール・スクリーン)

■ゴム印・印鑑

■名札・プレート・バッジ

■看板ブランニング製作・施工

■総合看板資材及び機器販売

■LPガス・ガス器具・電化製品

本 社 〒901-2221 沖縄県宜野湾市伊佐2-1-1 TEL 098-898-2191

浦添支店 TEL 098-878-5514 (美工部)・098-878-5513 (資材部)

TEL 098-878-5511 (ガス住設)

沖縄支店 TEL 098-934-0987

名護支店 TEL 0980-53-7221

<http://www.okisangyo.co.jp>

## 女性専用の内科です

生活習慣病の予防と治療に力を入れています  
風邪や膀胱炎もお気軽にご相談下さい



女性 **オレンジ**  
内科

院長 富着 泉

女性内科オレンジ

検索

沖縄市古謝津嘉山町30-22  
武ハウス1号室 有(12台)

TEL.098-921-3636