

国民健康保険からのお知らせ

問 い 国保・年金グループ
合 わ せ (☎ 1771)

◎高齢受給者の負担割合を4月から1年間据え置きます

4月から70歳以上の国民健康保険加入者の医療費の自己負担割合が『2割』へ引き上げられる予定でしたが、平成22年3月31日までの1年間『1割』のまま据え置きます。今月中に新しい高齢受給者証を送付しますので4月1日以降は新しい高齢受給者証をお使いください（すでに『3割』負担をされている方は除きます）。

現在お持ちの高齢受給者証	これから送付する高齢受給者証	有効期限
2割（3月31日までは1割）	2割（7月31日までは1割）	7月31日
3割（現役並所得者※[注1]）	送付しません （現在お持ちの高齢受給者証をそのままお使いください）	7月31日

※誕生日などによって負担割合の表記や有効期限が変わる場合があります。

[注1] 課税所得が145万円以上で、70歳以上の方が1人の場合は383万円、2人以上の場合は520万円以上の収入がある世帯の方

◎出産育児一時金の支給金額の変更について

国民健康保険加入者が出産した場合、申請により出産育児一時金が支給されます。

産科医療保証制度に加入している分娩機関で平成21年1月1日以降に産出した場合、出産育児一時金として38万円を支給します（ただし、退職後6カ月以内の出産で、以前加入していた健康保険などから給付を受ける場合は支給できません）。

●産科医療保障制度とは

分娩に関して発症した重度脳性麻痺児とその家族に対して保障を行うために、平成21年1月1日から始まった新しい制度で、この制度に加入している医療機関で産出する場合、出産費に約3万円の費用が上乗せされます。

●出産育児一時金の金額

平成20年12月31日までの出産	平成21年1月1日以降の出産	
35万円	産科医療保障制度に加入している分娩機関※[注2]での出産	38万円
	上記以外での出産	35万円

[注2] 登別・室蘭管内の分娩機関は、すべてこの制度に加入しています。

※里帰り出産などで登別・室蘭管外で産出される場合は、産出される分娩機関に直接お問い合わせください。

●手続きに必要なもの

①被保険者証、②印鑑（シャチハタ以外）、③世帯主の振込口座が確認できるもの、④母子手帳または出生証明証の写し、⑤産科医療保障制度に加入している医療機関で産出したことを確認できる書類（請求書や領収証など）

●受取代理制度や出産費貸付制度をご利用したい場合は事前にご相談ください。

◎市民プール水中運動教室の受講料助成を行っています

教室参加者にアンケート調査を行ったところ、水中運動は、体重の減少・維持に役立つだけでなく、体力づくりや、楽しく運動できる機会となっていることが分かりました。教室のプログラムも、水中エアロビクス・水中ウオーキングなど複数あり、自分に合った教室を選ぶことでできます。ぜひご利用ください！

▶対象者 国民健康保険加入者

▶助成額 受講料2,000円のうち、1,000円の助成

※教室の内容など、詳しくは市民プール窓口へお問い合わせください。

～水中運動の効果～

(アンケート結果より)

- 水中運動教室に参加してから、
体重が減った 21.7%
- 体重を維持している 62.7%
- 体を動かすのが楽になった 50.6%
- 体力がついた 45.8%
- 体を動かすことが気持ちいい 57.8%
- ストレス解消になった 45.8%
- 仲間づくりができた 36.1%

(複数回答)