



国民健康保険の決算状況

国民健康保険(以下「国保」)は、病気やけがをしたときに安心して医療を受けられるように、お互いの助け合いで成り立っている医療保険制度です。地域保険と位置づけられ市町村ごとに独立した特別会計を設けて運営しています。

平成28年度の国保特別会計の決算状況をお知らせいたします。

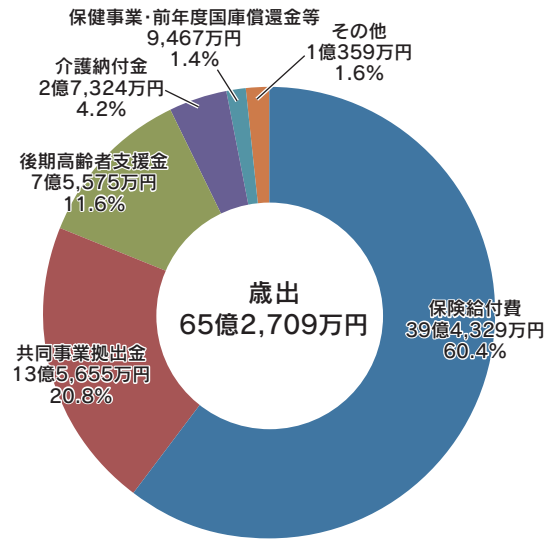
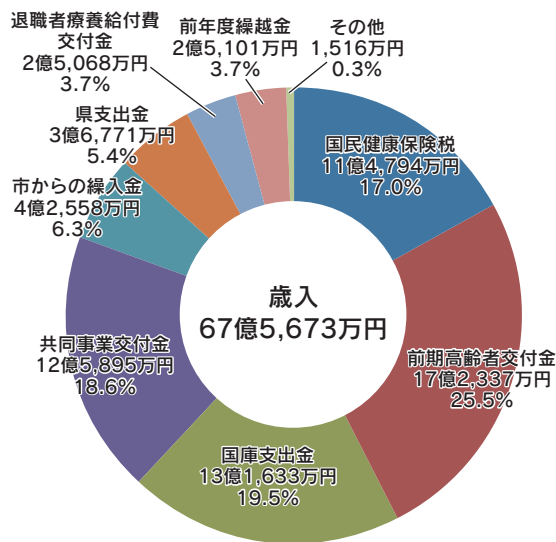
歳入(国保会計に入ったお金)は、67億5,673万円となり、前年度に比べて1億447万円の減となりました。歳入の主な項目は、皆さんがお支払いいただいた保険料が17.0%、健康保険組合等からの前期高齢者交付金が25.5%、国庫支出金が19.5%となっています。

歳出(国保会計が使ったお金)は、65億2,709万円となり、前年度に比べて8,310万円の減となりました。歳出の主な項目は、医療費の支払いに充てる保険給付費が60.4%、共同事業拠出金が20.8%となっています。

この結果、歳入歳出差引額は、2億2,964万円となり、前年度からの繰越金、国保財政調整基金からの繰入金等を除いた平成28年度の単年度の実質収支額は、7,125万円の赤字となりました。

医療費は年々増加しており、一人当たりの医療費で見ると、平成24年度は28万3,614円でしたが、平成28年度には33万8,052円となり増加の一途をたどっています。

今後も国保制度が持続して成り立ち、安心した医療が受けられるよう医療費の節減にご協力をお願いします。

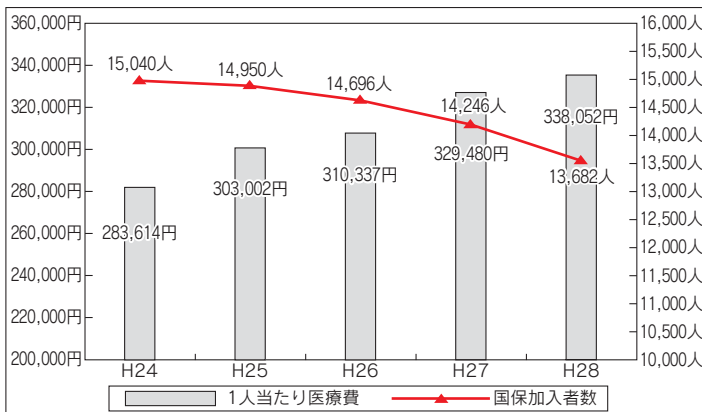


健康に留意して医療費の節減を

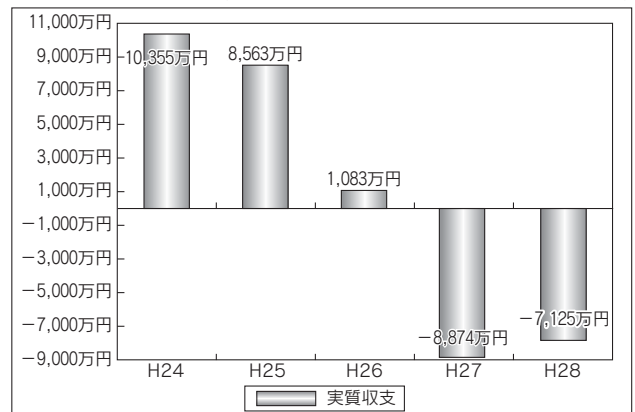
国民健康保険制度の安定のために、次のようなことに心がけましょう。

- ・バランスのとれた食事、適度な運動、十分な睡眠に心がけましょう。
- ・特定健診を受けましょう。定期的な健診で健康状態を把握することは、病気の早期発見・早期治療につながり、重症化を防ぐことで医療費の節減につながります。
- ・かかりつけ医を持ち、気になることがあったら、まずはかかりつけの医師へ相談しましょう。
- ・紹介状を持たずに最初から大病院を受診すると費用が余計にかかることがあります。
- ・同じ病気で複数の医療機関を受診することは控えましょう。
- ・薬が余っているときは、医師や薬剤師に相談しましょう。
- ・薬の飲み合わせによっては、副作用を生じることがあります。お薬手帳の活用により、既に処方されている薬を医師や薬剤師に伝え、飲み合わせに注意しましょう。
- ・緊急でない場合の休日・夜間受診は控えましょう。
- ・長野県小児救急電話相談「#8000」も活用ください。(アナログ回線・IP電話の場合は、「0263-34-8000」相談日時：毎日午後7時から午後11時まで)
- ・ジェネリック医薬品(後発医薬品)は新薬と同一の効果・効能を持った安いお薬ですので、利用しましょう。

国保加入者数と一人当たり医療費の推移



単年度実質収支の推移(前年度繰越金及び基金繰入金等を除いた額)



年金相談窓口における予約制を実施しています

日本年金機構では、相談待ち時間の解消と相談時間の短縮を図ることを目的として、予約制による年金相談を実施しています。ぜひご利用ください。

予約申込方法

予約相談希望日の1か月前から前日までにお電話または年金相談窓口にご相談ください。

予約の際、相談者氏名、配偶者氏名、基礎年金番号、電話番号、相談内容等について確認します。

予約時間帯

平日 午前8時30分～10時30分 午後2時～4時(週初営業日午後6時まで)

第2土曜日 午前9時30分～10時30分 午後1時～3時

※予約状況によっては、ご希望の日時を調整させていただく場合がありますので、ご了承ください。

注意事項

年金相談の際は、年金手帳(基礎年金番号通知書)、年金証書、振込通知書などの他、相談者本人であることを確認できるもの(運転免許証、パスポート等)をご持参のうえ、予約時間までに来所し総合相談窓口にお申し出ください。

※代理の方が相談に行く場合は、委任状が必要です。

※ご都合により行かれなくなった場合はご連絡をお願いします。

予約申込電話番号

ねんきんダイヤル ☎0570-05-1165

または、岡谷年金事務所 ☎23-3661

(自動音声ガイダンスのその他を選択してください。)

電話の受付時間は、午前8時30分～午後5時

(土・日・祝日、12月29日～1月3日は除く)



国民年金保険料を納めましょう

国民年金保険料の納め忘れはありませんか？

平成29年度の国民年金保険料は、月額16,490円です。納めた保険料は「社会保険料控除」として全額控除の対象になり、所得税、住民税の負担が軽減されます。

まだ、納付がお済みでない方は、至急お近くの金融機関またはコンビニエンスストア等で納付してください。

国民年金をさらに上乗せしたい方は…国民年金基金

国民年金基金は、国民年金の保険料を納めている20歳以上60歳未満の方、および日本国内に住所を有する60歳以上65歳未満で国民年金に任意加入している方が加入できる公的個人年金です。ただし、付加年金と両方に加入することはできません。

年金の給付は年金額の加入口数によって決まり、年金受取期間の基本は終身です。毎月の掛金は加入時の年齢、性別によって異なり、口数を自由に設定できます。また、掛金は全額社会保険料控除の対象になります。

詳しくは、長野県国民年金基金☎026-232-6591へお問い合わせください。