

ぴっぴのこくほ



令和7年12月発行【No. 122】

～今回のテーマ：高額療養費について～

高額療養費とは、同一月（1日から月末まで）にかかった医療費の自己負担額が高額になった場合、自己負担限度額を超えた分が払い戻される制度です。

自己負担限度額については、以下のとおりです。

①70歳未満の方（自己負担額が21,000円を超える医療費分を合算して計算）

所得要件 (旧ただし書き所得※)		限度額	多数回該当※2
ア	901万円超	252,600円+(総医療費-842,000円)×1%	140,100円
イ	600万円超～901万円以下	167,400円+(総医療費-558,000円)×1%	93,000円
ウ	210万円超～600万円以下	80,100円+(総医療費-267,000円)×1%	44,400円
エ	210万円以下	57,600円	44,400円
オ	住民税非課税世帯	35,400円	24,600円

※「旧ただし書き所得」＝ 総所得金額から基礎控除(所得金額により変化)を引いた所得

※2「多数回該当」＝高額療養費の支給が過去12か月以内に4回以上になったときの4回目からの限度額

②70歳以上 75歳未満の方

所得要件（課税所得）			限度額 (個人単位外来)	限度額 (世帯単位入院含)	多数回該当
現役 並み 所得者	III	690万円以上	252,600円+(総医療費-842,000円)×1%	140,100円	
	II	380～690万円未満	167,400円+(総医療費-558,000円)×1%	93,000円	
	I	145～380万円未満	80,100円+(総医療費-267,000円)×1%	44,400円	
一般		145万円未満	18,000円	57,600円	44,400円
低所得者	II	住民税非課税	8,000円	24,600円	
	I	住民税非課税 (所得が一定以下)	8,000円	15,000円	

高額療養費に該当した場合は、国保医療係から案内を送らせていただきます。申請の際は振込先口座の確認が必要になりますので、通帳等をご持参ください。

なお、入院などで事前に高額な医療費がかかることが分かった場合は、「限度額適用認定証」の発行手続をしておくと、限度額を超える請求はされなくなります。限度額適用認定証の発行については、国保医療係へお問い合わせください。マイナ保険証をご利用の方は、合わせて限度額の確認も出来るので、必要ありません。



【国保医療係からのお知らせ】

○生活習慣病について知る：

『(虚血性)心疾患ってどんな病気?』

心臓に何らかの障害が起き、血液の循環不全が引き起こされる病気を心疾患といいます。心疾患は日本人の死因の第2位、特に心筋梗塞は、突然死の最大の原因といわれています。

生活習慣病が原因の心疾患に「虚血性心疾患」があります。これは血管の動脈硬化などにより、心臓を動かしている心筋に酸素や栄養が行き渡らなくなる疾患で、代表的な症状に「狭心症(心筋への血液不足により胸に痛みを引き起こす)」「心筋梗塞(血管が詰まり、胸に激しい痛みが生じる)」があります。なお、高齢者や糖尿病の方などは、これらが発症しても痛みを感じない場合もあるため、特に注意が必要です。

虚血性心疾患は動脈硬化が原因となる場合が多いことから、予防には、①食べ過ぎ・飲み過ぎを控える(エネルギーを摂りすぎない)、②適度な運動をする(エネルギーを使う)、③たばこを吸わないなど、生活習慣を見直し、改善することが重要です。



虚血性心疾患の発症を予防するためには、日ごろから健診を受ける習慣をつけ「自分の健康状態を知る」ことが大切です。1年に1度は健康診査を受け、生活習慣を見直すことで、安心で健康的な生活を続けましょう。

- ・令和6年12月2日以降、「国民健康保険証」は「資格確認書」へ変更になりました。令和7年7月下旬に、マイナンバーカードの保険証利用登録状況に合わせて、資格確認書または資格情報のお知らせをお送りしております。
- ・マイナ保険証の利用登録の解除を希望される方は、役場国保窓口でご申請ください。

【お問い合わせ先】

保健福祉課 国保医療係 電話：85-4804（直通）



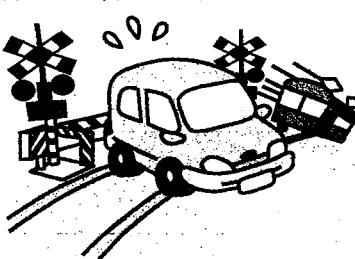
令和7年12月号 こんにちは比布・簡留駐在所です

飲酒運転の根絶



住宅街は安全な速度で 停止場所は一旦停止！

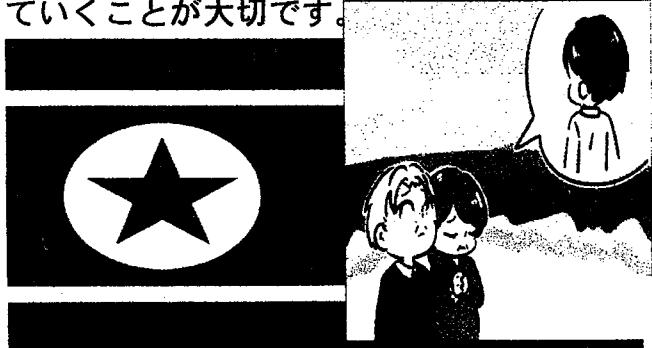
住宅街を走る車の速度が速い！踏切や一時停止で停止しない！との情報が寄せられています。特に早朝の時間帯です。



安全な速度と安全確認でこの町から交通違反と交通事故をなくしましょう。

北朝鮮人権侵害問題啓発週間

対象期間 12月10日から16日までの間
拉致問題は、我が国の喫緊の国民的課題です。この問題について関心と認識を深めていくことが大切です。



重大事故につながる危険を高めます
二日酔い運転も「飲酒運転」です
飲酒運転は、運転者以外も处罚対象
を防止！

運転する人への酒類提供や飲酒している人への車両提供や飲酒運転の車に同乗することいすれも处罚対象
「ハンドルキー・バー運動」で飲酒運転を防止！

お酒を飲まない人を決めておきそ
の人が仲間を送り届ける
飲酒運転情報の提供を！

北海道警察では、「飲酒運転ゼロボ
ックス」に飲酒運転情報や飲酒運転根絶のアイディアを受け付けています

飲酒運転は、悪質な犯罪！
飲酒は注意力、判断力を低下させ
象

飲む前に車じゃないよね？ 再確認

ひ
つ
ぶ

作成者
比布駐在所
工藤浩義
85-2225

空き家の網戸は外しましょう



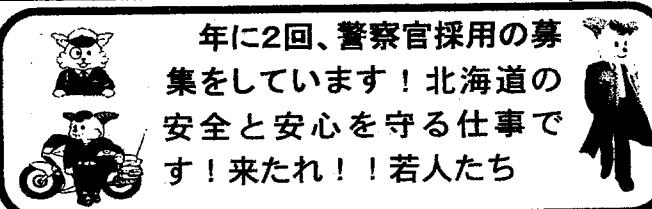
侵入される事件が発生しています。
網戸のある窓の鍵付近のガラスを破り、網戸を元に戻す手口で発見が遅れています。
網戸は外す、定期的に点検する、発見時はすぐに通報するようにして下さい。

知ってて良かった情報！

11月から旭川中央警察署の代用電話は、自動音声案内・通話録音システムが導入されています。ガイダンスに沿ってお話し下さい。ダイヤル回線の方は今までと同じです。



北海道警察官募集中！



年に2回、警察官採用の募集をしています！ 北海道の安全と安心を守る仕事です！ 来たれ！！若人たち

「比布町は、だまされない！」 110番で「詐欺退治」裏面もご覧下さい

特殊詐欺チェックリスト

1つでもチェックがついたらサギの可能性アリ！
すぐに家族や警察に相談をしてください！



手段	相手	相手に言われた内容
電話が掛かってきた	息子や孫など	<input type="checkbox"/> 風邪(又はポリープ)で、のどの調子が悪い。 <input type="checkbox"/> 会社のお金や書類が入ったカバンをなくした。 <input type="checkbox"/> 携帯番号が変わった。(携帯をなくした。携帯が壊れた。) <input type="checkbox"/> 会社のお金を使って、株に失敗した。 <input type="checkbox"/> 弁護士(又は上司の息子)が、お金を受け取りに行く。
	警察・弁護士・会社	<input type="checkbox"/> 【警察】あなた名義の口座が悪用されている。 <input type="checkbox"/> 【警察又は金融機関】自宅にキャッシュカードを取りに行く。 <input type="checkbox"/> 【弁護士又は会社】レターパック(ゆうパック、宅配便)で現金を送つて。 <input type="checkbox"/> 【弁護士又は会社】電子マネーを購入して。(代行決済で支払つて。) <input type="checkbox"/> 【会社から】名義を貸して。([弁護士]名義貸しは違法だ。) <input type="checkbox"/> 【役所】医療費や保険金を還付する。携帯を持ってATMへ行って。
手段	ハガキやメール、パンフレットに書かれている内容	
などが届いた	ハガキ、メール	<input type="checkbox"/> 【ハガキ】「消費料金」「訴訟最終告知」などと記載。 <input type="checkbox"/> 【メール】「有料サイト利用料金未納」などと記載。
	パンフレット	<input type="checkbox"/> 【パンフ】「老人介護施設の入居権が当たった」などと記載。 <input type="checkbox"/> 【メール・パンフ】「〇〇万円が当選した」などと記載。 <input type="checkbox"/> 【メール・パンフ】「パチンコ必勝法」「競馬大穴情報」などと記載。

お金を要求されたら、必ずチェックして確認を！！

北海道警察 相談電話 #9110