

健康保険の大切なお知らせ (資格確認書等の更新)

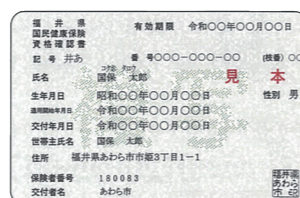
7月中旬から下旬にかけて、国民健康保険および後期高齢者医療保険の資格に関する書類を郵送します。届いた書類は、氏名や住所に誤りがないか必ずご確認ください。**問合せ 市民課 ☎ 73-8015**

国民健康保険加入者

対象者	郵送書類
マイナ保険証の登録をしていない人	資格確認書
マイナ保険証の登録をしている70歳以上の人	資格情報のお知らせ

※マイナ保険証の登録をしている70歳未満の人には、書類は郵送されません。

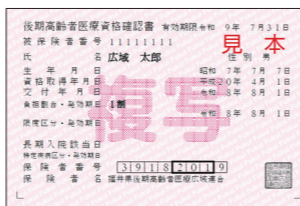
▼ 8月1日からの資格確認書



▲ 国民健康保険資格確認書

後期高齢者医療保険加入者

対象者	郵送書類
85歳以上の人	資格確認書
マイナ保険証の登録をしていない85歳未満の人	資格確認書
マイナ保険証の登録をしている85歳未満の人	資格情報のお知らせ



▲ 後期高齢者医療資格確認書

後期高齢者医療保険料が見直されます

後期高齢者医療保険料は、2年ごとに見直されています。令和8年度からは、新たに「子ども・子育て支援分」が創設されるほか、均等割軽減の基準額が一部変更されます。なお、令和8年度の保険料決定通知は、7月下旬までに郵送します。**問合せ 市民課 ☎ 73-8015**

変更後の保険料（令和8年度）

医療分：均等割額 54,140円 + 所得割額 10.83%（上限額 85万円）
子ども・子育て支援分：均等割額 1,300円 + 所得割額 0.26%（上限額 2万1,000円）

均等割軽減基準額が変更されます

所得に応じた均等割の軽減判定基準が見直され、一部の基準額が引き上げられました。

軽減割合	条件
7.2割(※)	世帯の総所得金額が 43万円 + 10万円 × (給与所得者等の数 - 1) 以下
5割	世帯の総所得金額が 43万円 + 31万円 × 被保険者数 + 10万円 × (給与所得者等の数 - 1) 以下
2割	世帯の総所得金額が 43万円 + 57万円 × 被保険者数 + 10万円 × (給与所得者等の数 - 1) 以下

※赤字部分の基準額が見直され、増額されました。

※令和8・9年度は、法律に基づく7割軽減に加え、国の交付金により、さらに0.2割の軽減（合計7.2割軽減）が行われます。

熱中症予防のために

「熱中症」とは、高温な環境下において、発汗による体温調節などがうまく働かなくなり、体内に熱がこもることによってさまざまな症状が現れる状態を指します。屋外だけでなく、室内で何もしていないときでも発症することがあり、場合によっては死亡に至ることもあります。



▲ 熱中症予防情報サイト (厚生労働省)

暑さを避ける!

✓ エアコン等で温度をこまめに調節

✓ 遮光カーテン・すだれの利用、打ち水の実施

✓ 外出時には日傘の使用、帽子の着用

✓ 天気の良い日は日陰の利用、こまめな休憩

✓ 吸湿性・速乾性のある通気性のよい衣服を着用

✓ 保冷剤、氷、冷たいタオルなどで、からだを冷やす

『熱中症警戒アラート』発表時には、外出をなるべく控え、暑さを避けましょう

こまめに水分を補給する!

室内でも、外出時でも、のどの渇きを感じていなくてもこまめに水分を補給



出典：厚生労働省 熱中症予防のために

高齢者は特に注意が必要です

1. 体内の水分が不足しがちです
高齢者は若年者よりも体内の水分量が少ない上、体の老廃物を排出する際に多くの尿を必要とします。
2. 暑さに対する感覚機能が低下しています
加齢により、暑さやのどの渇きに対する感覚が鈍くなります。
3. 暑さに対する体の調節機能が低下します
高齢者は体に熱がたまりやすく、暑い時には若年者よりも循環器系への負担が大きくなります。
※心臓や腎臓に疾患のある人や持病のある人は、かかりつけの医師にご相談ください。

出典：高齢者のための熱中症対策

熱中症警戒アラートは、熱中症の危険性が極めて高くなると予測される日に発表されます。なお、過去に例のない危険な暑さが予測される場合には、熱中症特別警戒アラートが発表されます。熱中症特別警戒アラート発表時には、暑さをしのぐ場所として、市内のクーリングシェルターを開放します。また、クーリングシェルターののぼりが出ている施設は涼み処として、アラート発表時以外でもご利用いただけます。クーリングシェルター一覧 ▶

