

平成28年6月
第
187
号



国保だより

KOKUHO-DAYORI

今月の被保険者数

(平成28年4月末現在)

人 口 140,857

世 帯 数 59,242

被保険者数 47,552

国保世帯数 25,044



沖縄市国民健康保険

～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、全て利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枚までとなります。)

※申請は国保の世帯主での手続きとなり、申請者の身分証及び印鑑、施術利用者の保険証が必要です。

※国保の世帯が別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。

【お問い合わせ】 沖縄市役所 国民健康保険課 管理係 TEL939-1212 (内線2117)

沖縄市国民健康保険 はり、きゅう、あん摩マッサージ指圧 指定施術院

施術院名	住 所	電話番号	施術の種類
長嶺東洋鍼灸院	大里2-18-14	938-8990	鍼、灸、マッサージ
きな鍼灸院	比屋根2-13-25	932-9723	鍼、灸
あづまや鍼灸院	城前町20-31	938-8263	鍼、灸、マッサージ
久場鍼灸院	中央2-16-18	937-3137	鍼、灸
米須鍼灸指圧院	松本1-4-12	938-2431	鍼、灸、マッサージ
上間あん摩マッサージ治療院	知花6-39-45	938-9955	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
ティービー針灸	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 2F	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



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!
市民集団健診は6月より開始します!!



○個別健診【契約医療機関(病院)で受診】※要病院予約

受診期間：平成28年4月1日～平成29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(3ページ参照)
健診費用:基本検査項目は無料です!! ※がん検診は一部自己負担金あり(3ページ参照)

「受診券」と「健康保険証」
を忘れずに持ってきてね。

○人間ドック・脳ドック【契約医療機関(病院)で受診】※要病院予約

受診期間：平成28年4月1日～平成29年2月28日 ※一部自己負担金あり
 対象者：35歳以上の沖縄市国保加入者、後期高齢者医療制度に加入している方
 ※後期高齢者医療制度に加入している方は、5月2日より後期高齢医療係窓口にて「ドック助成承認書」の
 交付(定員700人)が必要です(4ページ参照)



○市民集団健診(下記日程表の会場で受診できる健診)

市民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時も受付しています。【胃がん検診は午前中のみ実施】
 受診できる項目：特定健診、長寿健診、一般健診、がん検診等(3ページ参照)
健診費用:上記健診の対象者は無料です!! ※対象外の方の受診やオプション検査は自己負担がかかります。

★平成28年度に40～74歳となる社会保険の被扶養者は、全国健康保険協会(TEL951-2011)から届いた受診券と保険証をお持ち頂ければ有料(基本検査項目:269円)にて集団健診の受診が可能です。
 ただし国保以外の保険に加入している40～74歳の方は、加入している保険者に問い合わせの上、それぞれが定めている健診を受けてください。

平成28年度 沖縄市 市民集団健診日程表

日程	対象地区	会場
6月	12日(日)	東・宮里 沖縄市役所(1日)
	15日(水)	山内・久保田 沖縄市体育館
	16日(木)	南桃原・園田 沖縄市体育館
	29日(水)	泡瀬第三 泡瀬第三公民館
7月	3日(日)	室川・照屋 沖縄市役所(1日)
	13日(水)	美里・吉原 市民会館中ホール
	14日(木)	美里・吉原 市民会館中ホール
	21日(木)	知花・東松本 農民研修センター
8月	3日(水)	古謝・泡瀬第一 産業交流センター
	21日(日)	松本・明道 農民研修センター
9月	4日(日)	海邦町・泡瀬第二 大里・東桃原 産業交流センター
	8日(木)	登川 農民研修センター
	14日(水)	センター・八重島 市民会館中ホール
	15日(木)	全地区 市民会館中ホール
	24日(土)	越来・城前 社会福祉センター
	25日(日)	住吉・嘉間良 社会福祉センター
10月	2日(日)	胡屋 沖縄市役所(1日)

日程	対象地区	会場
10月	12日(水)	諸見里・山里 沖縄市体育館
	13日(木)	諸見里・山里 沖縄市体育館
	20日(木)	池原 池原公民館
	23日(日)	全地区 沖縄市役所(1日)
11月	30日(日)	高原 産業交流センター
	9日(水)	泡瀬 泡瀬公民館
	10日(木)	泡瀬 泡瀬公民館
	13日(日)	安慶田 沖縄市役所(1日)
12月	15日(火)	中の町 沖縄市体育館
	20日(日)	全地区 農民研修センター
	4日(日)	比屋根・与儀 比屋根小学校
1月	11日(水)	全地区 沖縄市体育館
	12日(木)	全地区 沖縄市体育館
	15日(日)	全地区 産業交流センター
2月	5日(日)	全地区 沖縄市役所(1日)
	12日(日)	全地区 農民研修センター
	26日(日)	全地区 産業交流センター

※お近くの会場以外でも受診できますので、年に1回の健診をぜひ受診してください。

お問い合わせ先：沖縄市役所 市民健康課 健診係 ☎098-939-1212 (内線2240)

平成28年度よりがん検診が病院(個別検診)でも 受診できるようになりました!(一部自己負担金あり)

検診名	検査方法	自己負担額		対象者
		個別検診	集団検診	
胃がん検診	バリウムを飲んで行う検査	1,600円	無 料	30歳以上の方
大腸がん検診	便潜血検査(2日採便法)	650円		
肺がん検診・ 結核検診	胸部レントゲン撮影	340円		
	痰(たん)の検査(※胸部レントゲン受診者で条件該当者のみ)	620円		
子宮頸がん検診	子宮頸部の細胞診	2,000円	無 料	20歳以上の偶数年齢の女性の方
乳がん検診	視触診検査	700円		30~38歳の偶数年齢の女性の方
	視触診検査とマンモグラフィ検査	1500円		40歳以上の偶数年齢の女性の方
骨粗鬆症検診	骨密度を測定する検査	無 料	18歳以上の女性の方	
肝炎ウイルス検診	採血によりB型・C型肝炎ウイルスに り患していないか調べる検査		40歳以上で過去に検診を受けていない方 <small>※既に肝炎ウイルス検診を受けた方は 再度受ける必要はありません。</small>	
前立腺がん検診	PSA検査		50歳の男性の方(\$41.4.1~\$42.3.31生まれ)	
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歳の方(\$51.4.1~\$52.3.31生まれ) <small>※受診条件あり</small>	

※がん検診等《受診券》の「料金区分」の欄に「自己負担なし」と記載のある方は、個別検診(病院)も無料です。
 ※受診できる病院については、市ホームページまたは市民健康課 健診係へご確認ください。

お問い合わせ先:市民健康課 健診係(代表) TEL:098-939-1212 (内線2240・2245)

平成28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28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85万円から89万円になります。

【軽減の拡充】

	軽減判定所得	
	これまで	平成28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×26万円	33万円+ 被保険者数×26.5万円
2割軽減	33万円+ 被保険者数×47万円	33万円+ 被保険者数×48万円

【賦課限度額(年間)】

	これまで	平成28年度
医療分	52万円	54万円
後期高齢者支援分	17万円	19万円
介護納付金分	16万円	16万円
合 計	85万円	89万円

お問い合わせ先:国民健康保険課(内線2114・2115)

入院時食事代の変更について

平成28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260円から360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。

区 分		平成28年3月まで	平成28年4月から
一般所得(住民税課税世帯)		260円	360円
住民税非課税世帯 低所得Ⅱ	90日までの入院	210円	
	過去12ヶ月で90日を超える入院	160円	
低所得Ⅰ		100円	

◆入院時食事代の標準負担額(1食あたり) ※負担額引き上げ対象者のうち、指定難病患者の方等の負担額は260円の据置きとなります。

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

後期高齢医療係からのお知らせ

① H28年度 人間ドック(または脳ドック)の申請受付が始まりしました。

沖縄市では、後期高齢者医療被保険者で、人間ドック(または脳ドック)の受診を希望される皆様に受診費用の一部を助成しています。平成28年度の承認書の申請受付を下記の通り開始していますのでお知らせいたします。

- 受付開始:平成28年5月2日(月)～(定員700名に達し次第、受付終了します。)
- 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(黄色または白色の券)、③印鑑
※代理人が手続きされる場合は、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:人間ドック(または脳ドック)に12,000円を助成します。



「長寿健診」が「人間ドック(または脳ドック)」の、どちらか一つを選んで受診してください。もし両方の検査を受けた場合は、ドックの費用が全額自己負担になりますのでご注意ください。後期高齢医療係では長寿健診とドックの二重受診を防ぐために、ドック申請時には必ず長寿健診受診券と引き換えて「人間ドック・脳ドック助成承認書」を交付しています。
～ ご理解とご協力をお願いします ～



※人間ドックを希望されない皆様へ

長寿健診は無料で受診することができます。

今回お送りした黄色または白色の受診券を使って、お近くの病院が集団健診会場で受診してください。

② はり・きゅう・あん摩マッサージ指圧施術利用券について。

平成28年度 はり・きゅう・あん摩マッサージ指圧施術利用券を交付しています。

- はり・きゅう・あん摩マッサージ指圧施術利用券とは...
 - ・1冊6枚つづりの利用券です。
 - ・沖縄市指定の施術院で施術ごとに1枚提出することで、1,000円の助成が受けられます。
- 申請に必要なもの
 - ・本人の被保険者証・本人の印鑑(認印可) ※代理人が手続きされる場合は、代理人の身分証と印鑑も必要です。
- 利用期間
 - ・平成28年4月から平成29年3月末まで。



お問い合わせ:沖縄市役所 1階 国民健康保険課 後期高齢医療係 TEL:098-939-1212 (内線2118・2128)

30代からの生活習慣病予防健診・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」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)



梅雨入り前にセメント瓦から赤瓦へ葺き替え工事しませんか! 防水機能バッチリ!

過去に補助を受けた方も申請可能です(規程あり)

沖縄市住宅リフォーム支援事業補助金あり

補助金限度額20万円

対象工事費総額の20%、補助限度額20万円

バリアフリー工事、省エネ工事等は補助率5%、補助限度額が5万円上乗せです。

- 増築工事 ●外壁塗装 ●防水工事
- 断熱工事 ●電気工事 ●水道工事
- 瓦葺き工事 ●タイル補修 ●浴室・トイレ工事
- 玄関戸取替 ●ヒビ割れ補修 ●その他



リフォーム工事ご検討の方へ サノハタは3社見積りをオススメします

クイック・オ～イヨ



合同会社 サノハタ

ホームページ <http://sanohata.com/>



0800-919-0114

受付時間 平日 9:00～17:00

〒904-2143 沖縄市知花5丁目17-20 ※急な台風被害や雨漏り等に備えて保管ください。