

後期高齢者医療制度に関するお知らせ (令和8年7月発行)

85歳以上の方は全ての方に令和9年7月末まで使える
「**資格確認書**」をお届けします。

84歳以下の方は、マイナ保険証をお持ちの方は、
「**資格情報のお知らせ**」をお届けします。マイナ保険証を
お持ちでない方は、「**資格確認書**」をお届けします。

資格確認書の送付について

- ◎85歳以上の全ての方にマイナ保険証の有無に関わらず、新しい「**資格確認書**」(だいたい色)をお届けします。
84歳以下で、マイナ保険証をお持ちでない方は、新しい「**資格確認書**」(だいたい色)をお届けします。

◎有効期限は令和9年7月31日までです。マイナ保険証※での受付が難しい方でも市町の窓口で申請により「資格確認書」で医療等が受けられます。

※マイナ保険証とは、健康保険証として利用登録したマイナンバーカードのことをいいます。

資格情報のお知らせの送付について

- ◎84歳以下で、マイナ保険証をお持ちの方は、「**資格情報のお知らせ**」(A4サイズ)をお届けします。マイナ保険証での受付に何らかの不具合があれば、マイナ保険証と一緒に提示することで、医療等が受けられます。

令和8年7月31日以前の保険証や資格確認書は、裁断するなどしてご自身で破棄してください。

◎医療機関での一部負担金の割合(一般の方は1割、一定以上の所得のある方は2割、現役並み所得者は3割)は、前年中の所得をもとに決定されます。

保険料額決定通知書等の送付について

◎保険料は、前年中の所得をもとに決定し令和8年度保険料額決定通知書等を市町からお送りしています(今回の「資格確認書」または「資格情報のお知らせ」の送付とは到着が前後します)。

保険料の軽減について

◎所得の低い方や、被用者保険の被扶養者だった方は保険料が軽減されます。詳細については、同封の後期高齢者医療制度のご案内(冊子)または石川県後期高齢者医療広域連合のホームページをご参照ください。

【石川県後期高齢者医療広域連合】<http://www.ishikawa-kouiki.jp>

子ども・子育て支援金制度について

◎高齢者も含む全ての世代や企業の皆さまから支援金を拠出していただき、子育て施策の拡充に充てるもので、子どもや子育て世帯を社会全体で支える制度になります。

◎令和8年度から、子ども・子育て支援金分として、保険料の所得割額と均等割額にそれぞれ(子ども分)が加わります。

◎子ども分保険料は所得に応じて納めていただきますが、医療分保険料と同様に低所得の方に対する軽減措置を設けております。詳しくは、同封の後期高齢者医療制度のご案内(冊子)をご覧ください。

マイナ保険証の利用申込みについて

◎マイナ保険証の利用申込みは医療機関・薬局等でも受付できます。マイナンバーカードをお持ちいただくだけで、健康保険証としての利用を申し込むことや、マイナ保険証としてご利用いただくことができます。

マイナ保険証の有効期限について

◎マイナンバーカードには、カード本体の有効期限と電子証明書の有効期限があり、各々がマイナ保険証の有効期限となります。
マイナンバーカードの有効期限は、発行日から10回目の誕生日まで、電子証明書の有効期限は発行日から5回目の誕生日までです。

◎電子証明書の有効期限は券面に記載されています。
なお、記載されていない場合はマイナポータルからご確認いただけます。

保健事業のお知らせ

～受けよう健康診査 のぼそう健康寿命 守ろう皆保険～

年1回は治療中の方も**健康診査**を受けて、心と体の状態を見直し、**フレイル※**や**生活習慣病**の重症化（高血圧・高血糖の継続から狭心症・心筋梗塞・脳梗塞・脳出血・認知症等）を予防しませんか。

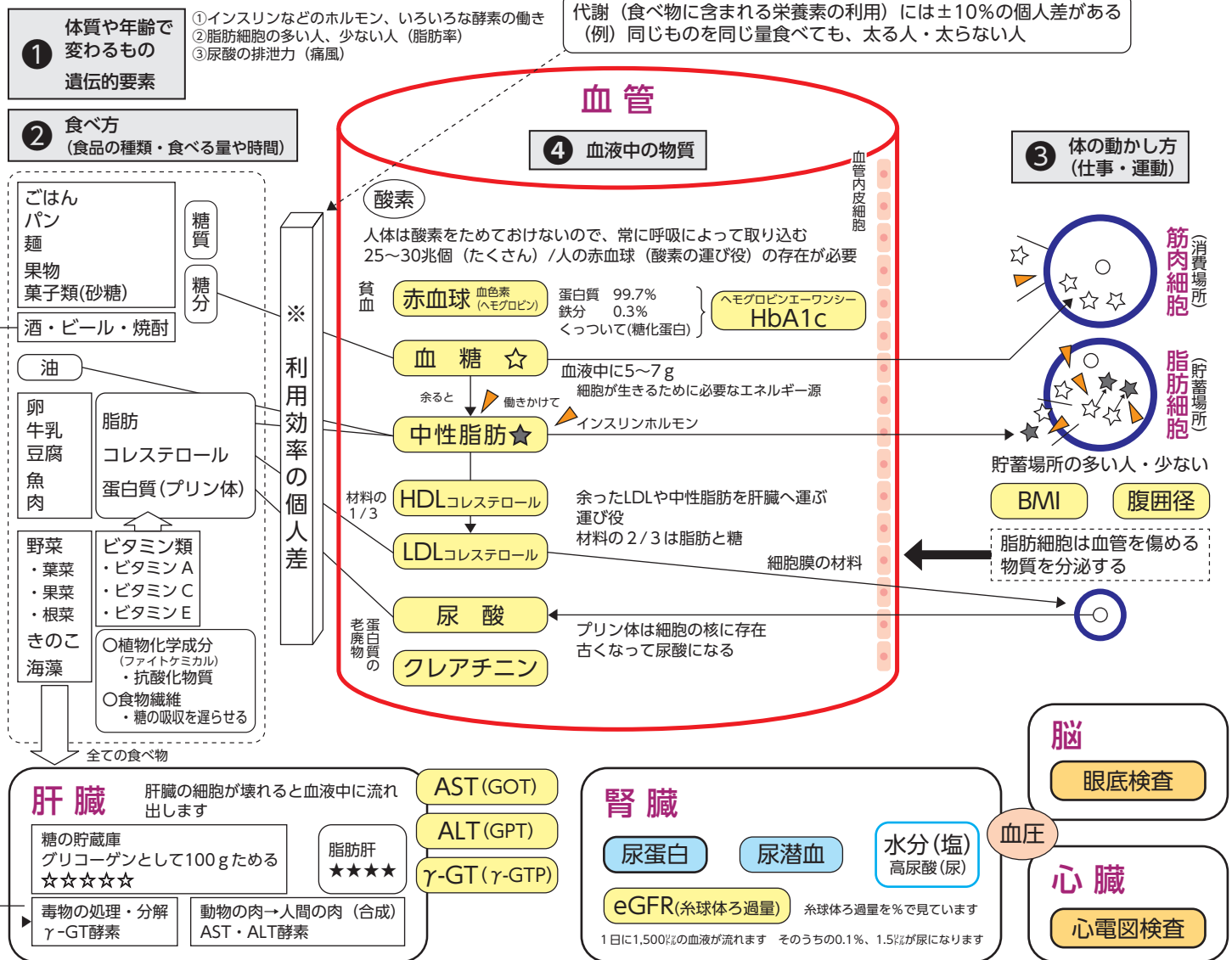
健診結果と生活との関連の読み取り

早期発見・早期治療では悲しい！私の値はどこへむかっているのか。予測してみよう。

○健診では何を見ているのでしょうか。

○検査項目が多いのは血液です。（100ccの中の物質の量をはかっています。）

○一人ひとりの値もちがいます。そして、私の値も変化します。



保健活動を考える自主的研究会提供

黄色の項目のうち、あなたの気になる項目は**①体質年齢遺伝 ②食べ方 ③体の動かし方**どこに関係しているのでしょうか

健診結果については、お住いの市役所や町役場にて相談事業を行っています
年1回は治療中の方も健康診査を受けて
生活習慣病の重症化予防に努めましょう

フレイル※をチェックしよう

※フレイルとは、加齢によって「心と身体の活力が低下した状態」をいう。



類型名	No	質問文	回答*	
健康状態	1	あなたの現在の健康状態はいかがですか	①よい ②まあよい ③ふつう	④あまりよくない ⑤よくない
心の健康状態	2	毎日の生活に満足していますか	①満足 ②やや満足	③やや不満 ④不満
食習慣	3	1日3食きちんと食べていますか	①はい	②いいえ
口腔機能	4	半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか ※さきいか、たくあんなど	①はい	②いいえ
	5	お茶や汁物等でむせることがありますか	①はい	②いいえ
体重変化	6	6か月間で2～3kg以上の体重減少がありましたか	①はい	②いいえ
運動・転倒	7	以前に比べて歩く速度が遅くなってきたと思いますか	①はい	②いいえ
	8	この1年間に転んだことがありますか	①はい	②いいえ
認知機能	9	ウォーキング等の運動を週に1回以上していますか	①はい	②いいえ
	10	周りの人から「いつも同じことを聞く」などの物忘れがあるとされていますか	①はい	②いいえ
喫煙	11	今日が何月何日かわからない時がありますか	①はい	②いいえ
	12	あなたはたばこを吸いますか	①吸っている ②吸っていない ③やめた	
社会参加	13	週に1回以上は外出していますか	①はい	②いいえ
	14	ふだんから家族や友人との付き合いがありますか	①はい	②いいえ
ソーシャルサポート	15	体調が悪いときに、身近に相談できる人がいますか	①はい	②いいえ

出典：高齢者の特性を踏まえた保健事業ガイドライン 第3版

⚠ **着色**の項目に該当した方は、**フレイル状態**の可能性が⚠あります

各種フレイル対策は、お住いの市役所や町役場にて予防事業を行っています
地域の通いの場やサロン等を積極的に活用して
フレイル予防に努めましょう