

後期高齢者医療保険制度 高額療養費支給事前申請書を送付します

高額療養費支給事前申請書を送付します

配慮措置の開始（下記参照）に伴い、10月1日から自己負担割合が「2割」となる方で、これまでに高額療養費の口座登録がされていない方に対して、高額療養費支給事前申請書を9月中旬頃に東京都広域連合から送付する予定です。

お手元に事前申請書が届きましたら、必要事項を記入し添付書類とともに、同封の返信用封筒で期限内に郵送でご提出ください。この事前申請書を期限内に提出することにより、円滑に支給を受けることができます。

申請の際には①被保険者証の写し②振込先の金額の写し③配慮措置が適用される場合の計算方法

表 1か月の医療費全体額が50,000円の場合

窓口負担割合1割のとき ①	5,000円
窓口負担割合2割のとき ②	10,000円
負担増 ③ (②-①)	5,000円
窓口負担増の上限 ④	3,000円
支給（払い戻し）等 (③-④)	2,000円

厚生労働省・広域連合・市区町村が電話や訪問で、口座情報登録やATMの操作をお願いすること、キャッシュカードや通帳等をお預かりすることとは絶対ありません。不審な電話があったときは、必ず郵送でお届けします。

は警察署（#9100）または消費生活センター（188）にお問い合わせください。

○高額療養費（配慮措置）について

10月1日から自己負担割合の区分に、新たに「2割」が追加されます。

この2割負担対象者の急激な自己負担額の増加を抑えるために、10月1日～7年9月30日の3年間に、外来医療の負担増加額を1か月あたり最大3千円までとし、上限額を超えて支払った金額は高額療養費として支給する配慮措置が開始されます。

1か月の自己負担限度額について詳しくは、保険証同封の後期高齢者医療制度のしくみP10を参照してください。

上表参照
 制度について：東京都後期高齢者医療「広域連合」お問合せセンター ☎0570・086・519（IP電話、PHSからは☎03・3222・4496）、☎0570・086・075
 ※土・日曜日、祝日を除く午前9時～午後5時
 ▼個人情報を含むことについて：市保険年金課後期高齢者医療係

10月から 後期高齢者医療保険被保険者証が変わります

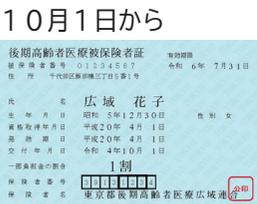
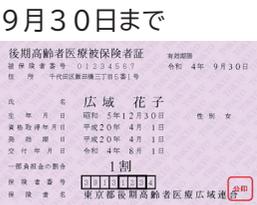
一定以上の所得のある方の医療費の自己負担割合が変わります。

10月1日から、医療機関等の窓口で支払う医療費の自己負担割合が、現行の「1割」または「3割」に、新たに「2割」が追加され、「1割」「2割」「3割」の3区分となります。

一定以上の所得のある方は、現役並み所得者（3割負担）を除き、医療費の自己負担割合が「2割」になります。

新しい後期高齢者医療被保険者証（保険証）を送付します。

現在お使いの保険証（藤色）の有効期間は、9月30日までです。10月1日からの新しい保険証（水色）は、全ての被保険者の方に、9月30日まで



中の収入・所得に基づき、世帯単位で判定します。詳しくは保険証に同封のパンフレットP5を参照してください。

▽制度について：東京都後期高齢者医療「広域連合」お問合せセンター ☎0570・086・519（IP電話、PHSからは☎03・3222・4496）、☎0570・086・075

※土・日曜日、祝日を除く午前9時～午後5時

▽個人情報を含むことについて：市保険年金課後期高齢者医療係

9月30日まで

10月1日から

海外に転出する方、海外から転入した方へ 国民年金の加入手続き等をお忘れなく！

国民年金第1号被保険者が海外に転出すると、加入義務がなくなり国民年金被保険者の資格が喪失され、保険料を納める必要がなくなります。ただし、将来、国民年金の基礎年金を満額支給に近づけたい日本国籍の方は、海外転出中でも保険料を納めることができますので任意加入の手続きをしてください。

●海外から転入した方へ
 厚生年金被保険者以外は、国民年金被保険者の加入手続きが必要です。転入後に加入手続きをしてください。また、海外転出中に座振替の場合は通帳と届

●海外から転入した方へ
 厚生年金被保険者以外は、国民年金被保険者の加入手続きが必要です。転入後に加入手続きをしてください。また、海外転出中に座振替の場合は通帳と届

●海外から転入した方へ
 厚生年金被保険者以外は、国民年金被保険者の加入手続きが必要です。転入後に加入手続きをしてください。また、海外転出中に座振替の場合は通帳と届

●海外から転入した方へ
 厚生年金被保険者以外は、国民年金被保険者の加入手続きが必要です。転入後に加入手続きをしてください。また、海外転出中に座振替の場合は通帳と届

り替え手続きが必要です。※外国の年金制度加入中に一時帰国した方は、社会保障協定（二重加入を防ぐ調整）により、日本の年金制度に加入する必要がない場合がありますので、外国の年金制度に加入中であることをお申し出ください。社会保障協定の詳細については、青梅年金事務所にお問い合わせください。

●海外から転入した方へ
 厚生年金被保険者以外は、国民年金被保険者の加入手続きが必要です。転入後に加入手続きをしてください。また、海外転出中に座振替の場合は通帳と届

●海外から転入した方へ
 厚生年金被保険者以外は、国民年金被保険者の加入手続きが必要です。転入後に加入手続きをしてください。また、海外転出中に座振替の場合は通帳と届

●海外から転入した方へ
 厚生年金被保険者以外は、国民年金被保険者の加入手続きが必要です。転入後に加入手続きをしてください。また、海外転出中に座振替の場合は通帳と届

●海外から転入した方へ
 厚生年金被保険者以外は、国民年金被保険者の加入手続きが必要です。転入後に加入手続きをしてください。また、海外転出中に座振替の場合は通帳と届

●海外から転入した方へ
 厚生年金被保険者以外は、国民年金被保険者の加入手続きが必要です。転入後に加入手続きをしてください。また、海外転出中に座振替の場合は通帳と届

スマートフォン決済「d払い」で 市税等が納められます

市税等の納付方法として、新たに「d払い」によるサービスを開始しました。

スマートフォン決済とは、スマートフォンアプリを使った電子納付です。スマートフォン、タブレット端末から、納付書に印字されている「コンビニ収納用バーコード」を読み取り、市税等を納付することができます。

対象税目等
 ▼市都民税普通徴収分
 ▼固定資産税・都市計画

税
 ▼軽自動車税（種別割）
 ▼国民健康保険税（普通徴収分）
 ▼後期高齢者医療保険料（普通徴収分）
 ▼介護保険料（普通徴収分）
 ▼廃棄物処理手数料（し尿、粗大）
 ▼コンビニ収納用バーコードが印刷されていない納付書では納付ができません。

※コンビニ収納用バーコードが印刷されている納付書は、各社ホームページ等をご確認ください。

その他詳細は、各社ホームページ等をご確認ください。

お問い合わせ 収納課 収納係

●海外から転入した方へ
 厚生年金被保険者以外は、国民年金被保険者の加入手続きが必要です。転入後に加入手続きをしてください。また、海外転出中に座振替の場合は通帳と届

●海外から転入した方へ
 厚生年金被保険者以外は、国民年金被保険者の加入手続きが必要です。転入後に加入手続きをしてください。また、海外転出中に座振替の場合は通帳と届

●海外から転入した方へ
 厚生年金被保険者以外は、国民年金被保険者の加入手続きが必要です。転入後に加入手続きをしてください。また、海外転出中に座振替の場合は通帳と届

●海外から転入した方へ
 厚生年金被保険者以外は、国民年金被保険者の加入手続きが必要です。転入後に加入手続きをしてください。また、海外転出中に座振替の場合は通帳と届

●海外から転入した方へ
 厚生年金被保険者以外は、国民年金被保険者の加入手続きが必要です。転入後に加入手続きをしてください。また、海外転出中に座振替の場合は通帳と届

り替え手続きが必要です。※外国の年金制度加入中に一時帰国した方は、社会保障協定（二重加入を防ぐ調整）により、日本の年金制度に加入する必要がない場合がありますので、外国の年金制度に加入中であることをお申し出ください。社会保障協定の詳細については、青梅年金事務所にお問い合わせください。

●海外から転入した方へ
 厚生年金被保険者以外は、国民年金被保険者の加入手続きが必要です。転入後に加入手続きをしてください。また、海外転出中に座振替の場合は通帳と届

●海外から転入した方へ
 厚生年金被保険者以外は、国民年金被保険者の加入手続きが必要です。転入後に加入手続きをしてください。また、海外転出中に座振替の場合は通帳と届

●海外から転入した方へ
 厚生年金被保険者以外は、国民年金被保険者の加入手続きが必要です。転入後に加入手続きをしてください。また、海外転出中に座振替の場合は通帳と届

●海外から転入した方へ
 厚生年金被保険者以外は、国民年金被保険者の加入手続きが必要です。転入後に加入手続きをしてください。また、海外転出中に座振替の場合は通帳と届

総合病院における選定療養費を 改定します

総合病院では、令和4年度診療報酬改定に基づき、10月1日より選定療養費を以下のように改定します。

▽初診時加算（紹介状持参のない初診の方）：5千円から7千円に改定
 ※金額はいずれも税抜
 なお、国の公費をお持ち

▽再診時加算（医師より他院への紹介の申し出を受けたものの、引き続き受診する方）：2千500円から3千円に改定
 ※金額はいずれも税抜
 なお、国の公費をお持ち

り替え手続きが必要です。※外国の年金制度加入中に一時帰国した方は、社会保障協定（二重加入を防ぐ調整）により、日本の年金制度に加入する必要がない場合がありますので、外国の年金制度に加入中であることをお申し出ください。社会保障協定の詳細については、青梅年金事務所にお問い合わせください。

●海外から転入した方へ
 厚生年金被保険者以外は、国民年金被保険者の加入手続きが必要です。転入後に加入手続きをしてください。また、海外転出中に座振替の場合は通帳と届

●海外から転入した方へ
 厚生年金被保険者以外は、国民年金被保険者の加入手続きが必要です。転入後に加入手続きをしてください。また、海外転出中に座振替の場合は通帳と届

●海外から転入した方へ
 厚生年金被保険者以外は、国民年金被保険者の加入手続きが必要です。転入後に加入手続きをしてください。また、海外転出中に座振替の場合は通帳と届

●海外から転入した方へ
 厚生年金被保険者以外は、国民年金被保険者の加入手続きが必要です。転入後に加入手続きをしてください。また、海外転出中に座振替の場合は通帳と届

お問い合わせ 総合病院医事課 課医事係 ☎22・3191

「こころの体温計」でストレスチェック

「こころの体温計」はパソコンや携帯電話を利用して、気軽にストレスや落ち込み度がチェックできるシステムです。

こころの体温計（本人モード）
 ご本人の健康状態や人間関係、住環境などの4択式の質問13問に回答していただき、ストレス度や落ち込み度が、水の中を泳ぐ金魚、猫などの絵になって表示されます。

- 【赤い魚】自分の病歴などのストレス
- 【水の中のヒビ】住環境のストレス
- 【黒い魚】対人関係のストレス
- 【赤い魚】自分自身のストレス
- 【水の濁り】落ち込み度
- 【石】その他のストレス

結果画面（例）

★パソコン…<https://fishbowlindex.jp/ome/>
 ★携帯電話…右の2次元コードから
 ★費用無料（通信料は自己負担）
 ★その他のモード…身近な家族を思いやる「家族モード」▷子育て中のママさんに「赤ちゃんママモード」▷困った時の乗り切り方で分かる「ストレス対処タイプ別テスト」▷アルコールとの付き合い方をチェック「アルコールチェックモード」

お問い合わせ 健康センター ☎23-2191