



国民健康保険・ 高齢者医療 だより

第28号

令和8年(2026)7月

7月中に資格確認書または資格情報のお知らせが届きます

国民健康保険および後期高齢者医療の加入者には、8月以降にお使いいただく資格確認書または資格情報のお知らせを7月中に郵送します。7月31日で有効期限が切れる資格確認書はご自分で破棄してください。

資格確認書 有効期限 令和9年7月31日

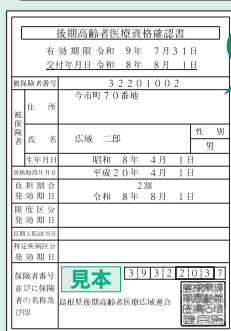
マイナ保険証をお持ちでない方(国保)、マイナ保険証を普段からお使いでない方(後期)に交付します。医療機関の窓口で提示することで保険診療を受けることができます。

国民健康保険



後期高齢者医療

85歳以上の方へは全員郵送します。



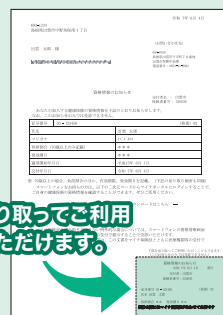
白色

切り取る

資格情報のお知らせ

マイナ保険証をお持ちの方(国保)、マイナ保険証を普段からお使いの方(後期)に交付します。マイナンバーカードを利用して保険診療を受けることができます。(このお知らせのみでは、保険診療を受けることができません。)

なお、マイナ保険証での受診が難しくなった場合は、申請により資格確認書を交付することができます。



切り取ってご利用
いただけます。

国民健康保険 有効期限 ありません※

これまでに発行したことがある方へはお送りしません。70歳以上の方へは毎年郵送します。
※高齢受給者(70歳の誕生日を迎えた方)は、令和9年7月31日

後期高齢者医療 有効期限 令和9年7月31日

医療保険の手続きについて

加入するとき、やめるとき、記載内容の変更があるときは、14日以内に届け出をしてください。

誰もが安心して医療を受けられるように、日本ではすべての方が医療保険に加入します。国民健康保険は、職場の医療保険や後期高齢者医療制度に加入していない方が加入します。75歳の誕生日からは、全員が後期高齢者医療制度へ加入します。

		国民健康保険	後期高齢者医療
加入するとき		- 市外から転入してきたとき - 職場の健康保険をやめたとき、被扶養者からはずれたとき(必要なもの:健康保険加入期間証明書など) - 子どもが生まれ、職場の健康保険に加入しないとき - 生活保護を受けなくなったとき	75歳を迎えたとき(加入手続きは必要ありません) - 一定の障がいがある65歳以上の方で、島根県後期高齢者医療広域連合の認定を受けようとするとき - 生活保護を受けなくなったとき
やめるとき	持参してください	- 市外に転出するとき - 職場の健康保険に加入したとき、被扶養者になったとき(必要なもの:新しく加入した職場の資格確認書等(扶養家族も含む)、国民健康資格確認書等) - 生活保護を受けるとき	生活保護を受けるとき
その他		- 住所、世帯主、氏名が変わったとき - 世帯を分けたり、一緒にしたとき	住所、氏名が変わったとき

資格確認書等とは…資格確認書、資格情報のお知らせ

保険料の納期と納付方法

納期は下表のとおり、特別徴収が年金支給月の年6回、普通徴収は原則として7月を第1期とした全9期です。ただし、保険の加入月等により納付開始月、納期、回数、および納付方法が異なりますので、詳細は7月中旬にお送りします保険料通知書をご覧ください。

特別徴収（支給される公的年金からの天引きにより保険料を納める納付方法）

以下の条件をすべて満たす場合は、納付方法が自動的に特別徴収になります。

対象者

〔国民健康保険料〕

- ・世帯主が国保加入者であること
- ・世帯内の国保加入者全員が65歳以上75歳未満であること
- ・世帯主の介護保険料が公的年金から天引きされていること

〔後期高齢者医療保険料〕

- ・被保険者本人の介護保険料が公的年金から天引きされていること

〔共通〕

- ・特別徴収の対象となる公的年金の年額が18万円以上であること
- ・国民健康保険料（または後期高齢者医療保険料）と介護保険料の合計額が、天引きの対象となる年金の受給額の1/2を超えないこと

普通徴収（納付書や口座振替を利用し、納付義務者が直接保険料を納める納付方法）

保険料の納付義務者

〔国民健康保険料〕世帯主（未加入者も該当）が納めます。

〔後期高齢者医療保険料〕被保険者本人が納めます。また世帯主や配偶者にも連帯して保険料を納付する義務があります。

保険料の納付期別と納期限

月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
普通徴収				第1期	第2期	第3期	第4期	第5期	第6期	第7期	第8期	第9期
納期限				7月31日	8月31日	9月30日	11月2日	11月30日	12月28日	令和9年 2月1日	3月1日	3月31日
特別徴収	1回目		2回目		3回目		4回目		5回目		6回目	

便利で安心な口座振替をおすすめします

銀行印・通帳を用意して
出雲市内の金融機関へ

金融機関窓口で
「口座振替依頼書」を記入

納付義務者欄は
国保は「世帯主」の名前を記入
後期は「被保険者」の名前を記入

申し込み完了

口座振替の開始時期

金融機関でのお手続き完了日によって、口座振替の開始月（納期）が異なります。

- 毎月10日までにお手続きの場合：翌月末の納期分から開始
- 毎月11日以降にお手続きの場合：翌々月末の納期分から開始
（例）第3期（9月30日納期限）から口座振替を希望する場合
⇒ 8月10日までに金融機関でのお手続きを完了させてください。

- ・山陰合同銀行
- ・鳥取銀行

Webから
申込みできます



※口座振替への切り替え完了の通知はお送りしていません。口座振替が始まる納期分の納付書は、誤って金融機関等で納めないよう（二重納付に）ご注意ください。

令和8年度から「子ども・子育て支援金制度」が始まります

- 「子ども・子育て支援金制度」は、子育て世帯に対する支援（給付）の拡充を通じて、子どもや子育て世帯を『社会全体でささえ合う』しくみです。

- 子ども・子育て支援金は、少子化対策促進のため、「児童手当の拡充」や「妊婦のための支援給付」などの取組の財源として活用されます。

- 令和8年度から、みなさまが加入する医療保険（国民健康保険や後期高齢者医療、被用者保険等）の保険料とあわせてご負担いただくこととなります。

子ども・子育て支援金の概要等は、こども家庭庁ホームページをご参照ください。

<https://www.cfa.go.jp/policies/kodomokosodateshienkinseido>



医療機関での

自己負担割合



義務教育
就学前

2割

(乳幼児医療が
適用される方は
その限度額)



義務教育就学
以上70歳未満

3割

(子ども医療が
適用される方は
その限度額)

★高齢者(70歳以上の方)で 3割負担となる世帯

下の①②いずれも該当する世帯



70歳～
75歳未満

●現役並み所得者でない方

2割

●現役並み所得者 ★右表参照

3割

75歳以上
(後期高齢者医療)

●一般所得者(下に該当しない方)

1割

●一般所得者の内、一定以上の所得がある方
(現役並み所得者に該当しない、原則、
課税所得が28万以上の方)

2割

●現役並み所得者 ★右表参照

3割

① 課税所得

高齢者の加入者 145万円以上

※所得から各種控除を差し引いた後の金額

② 収入の合計

世帯に高齢者が1人の場合 383万円以上

世帯に高齢者が複数の場合 520万円以上

高齢者の収入のみ対象です。

※国保は加入者のみ、後期は高齢者全員

高額療養費制度とは

医療機関や薬局で支払う額がひと月の自己負担限度額を超えた場合に、その超えた金額を支給する制度です。

自己負担限度額の見直しが下記のとおり予定されています

※令和8年8月から適用予定

適用区分		年 収 目 安	入院+外来【月額上限】 (世帯ごと) 〈多数回該当〉	入院+外来【年間上限】 (世帯ごと)	外 来 (個人ごと) ※70歳以上のみ
70歳未満	70歳以上				
区分ア	現役並みⅢ	約1,160万円～	270,300円 + 1% 〈140,100円〉	1,680,000円	—
区分イ	現役並みⅡ	約770万円～ 約1,160万円	179,100円 + 1% 〈93,000円〉	1,110,000円	—
区分ウ	現役並みⅠ	約370万円～ 約770万円	85,800円 + 1% 〈44,400円〉	530,000円	—
区分エ	一般	～約370万円	61,500円 〈44,400円〉	530,000円	月額上限 22,000円 (年間上限 21.6万円)
区分オ	—	住民税非課税 【70歳未満】	36,900円 〈24,600円〉	290,000円	—
—	住民税 非課税世帯Ⅱ	住民税非課税 【70歳以上】	25,700円 〈24,600円〉	290,000円	月額上限 11,000円 (年間上限 9.6万円)
—	住民税 非課税世帯Ⅰ	一定所得以下 (年金収入約80万円以下など) 【70歳以上】	15,700円	180,000円	月額上限 8,000円

前年の所得状況により区分を判定し、8月から適用します。所得の変動や加入者等の異動などによって年度途中でも区分が変わることがあります。

※現行の自己負担限度額等については、出雲市のホームページをご確認ください。



出雲市ホームページ

令和8年度の保険料率と保険料額

年々増加を続ける医療給付費に対し、現行の料率のまま運営し続けると赤字財政になってしまうことから、健全な国保事業の財政運営を持続するため、令和8年度の国民健康保険料を下表のとおり改定しました。

また、国の少子化対策（児童手当の拡充や妊婦支援など）の財源として、令和8年度から「子ども・子育て支援金制度」が創設されました。これに伴い、令和8年度の国民健康保険料より、現行の医療給付費分・後期高齢者支援金分・介護納付金分に加えて、新たに「子ども・子育て支援金分」が追加されます。

令和8年度 保険料率と保険料額（年額）

	医療給付費分 （すべての加入者） 加入者の医療給付費にあてられるもの	後期高齢者支援金分 （すべての加入者） 後期高齢者医療制度を支援するためにあてられるもの	介護納付金分 （40歳以上65歳未満） 介護保険第2号被保険者の介護保険料	子ども・子育て支援金分 （すべての加入者） 子育て施策の拡充にあてられるもの
所得割 ※1	8.25%	3.30%	2.60%	0.25%
均等割 ※2	29,700円	11,600円	12,500円	1,200円
18歳以上均等割額 ※3	—	—	—	60円
平等割 ※4	21,200円	8,200円	6,400円	900円
限度額	670,000円	260,000円	170,000円	30,000円

【解説・注記】

- 保険料は世帯単位で計算します。
 - 年間保険料は、「医療給付費分」「後期高齢者支援金分」「介護納付金分」「子ども・子育て支援金分」の4つの合計額です。
 - 「子ども・子育て支援金分」のうち、18歳未満の方の均等割は全額減額されます。
- ※1 所得割：加入者の前年中の総所得金額等に応じて計算します。
（令和7年中の総所得金額等－基礎控除額（43万円～0円））×料率
- ※2 均等割：加入者1人あたりに定められた金額です。
- ※3 18歳以上均等割額：18歳未満の方の子ども・子育て支援金分均等割額を全額減額することに伴い、その減額分を18歳以上の加入者で負担するための金額です。
- ※4 平等割：1世帯あたりに定められた金額です。

計算例



夫（45歳）
前年の給与収入 450万円
（所得金額 316万円）



妻（41歳）
前年の給与収入 110万円
（所得金額 45万円）



子（16歳）
所得なし

	医療給付費分	後期高齢者支援金分	介護納付金分	子ども・子育て支援金分
所得割	226,875円	90,750円	71,500円	6,875円
均等割	89,100円	34,800円	25,000円	2,400円
18歳以上均等割額	—	—	—	120円
平等割	21,200円	8,200円	6,400円	900円
小計	337,175円	133,750円	102,900円	10,295円
年間保険料額 584,120円				

国民健康保険料の軽減・減免

前年中の所得が一定基準以下の世帯や、解雇や雇止め等による失業等で保険料を納めるのにお困りの方は、国民健康保険料の軽減・減免ができる場合があります。また、軽減の判定に使用するため、未申告の方は所得の申告をしてください。

1. 所得に応じた軽減（申請不要）

世帯主（未加入者を含む）と国保加入者（および後期高齢者医療制度に移行した方）の総所得金額の合計が下表の金額以下の場合、保険料の「均等割」と「平等割」が7割・5割・2割減額されます。

軽減割合	令和7年中の総所得金額 ※1 が次の金額以下の世帯
7割軽減	43万円 + (給与所得者等 ※2 の数 - 1) × 10万円
5割軽減	43万円 + (給与所得者等 ※2 の数 - 1) × 10万円 + (31万円 × 加入者 ※3 の数)
2割軽減	43万円 + (給与所得者等 ※2 の数 - 1) × 10万円 + (57万円 × 加入者 ※3 の数)

※1 世帯主（未加入者を含む）と被保険者（国保から後期高齢者医療制度に移行した方を含む加入者全員）の総所得金額の合計額です。ただし、以下のとおり保険料所得割額とは計算のしかたが異なりますのでご注意ください。

- 1 住民税基礎控除（43万円～0円）は控除しません。
- 2 令和8年1月1日現在65歳以上の方の公的年金所得から、最大15万円を控除します。
- 3 専従者給与がある世帯の軽減判定は、事業主は専従者控除前の所得、専従者は専従者給与を含めない所得で計算します。
- 4 土地・建物等の譲渡所得（分離短期・長期譲渡所得）がある場合、特別控除前の金額で計算します。
- 5 雑損失の繰越控除がある場合は、控除後の金額で計算します。

※2 給与所得がある方と公的年金所得がある方です。（給与収入55万円超、年金収入65歳未満60万円超、65歳以上125万円超の方）

※3 世帯の中で国保から後期高齢者医療制度に移行した方を含みます。

2. 子育て世帯の負担軽減（申請不要）

	対象者	軽減内容	軽減期間
子ども（未就学児）の均等割額の軽減	令和9年3月31日時点で0～6歳の未就学児	均等割を5割減額 ただし、所得に応じた保険料の軽減の対象となる場合は、軽減後の金額を5割減額	該当する年度の保険料
子ども・子育て支援金	18歳の誕生日以後、最初の3月31日までの方	子ども・子育て支援金分の均等割額を全額軽減 ※4	該当する年度の保険料

※4 軽減分は「18歳以上均等割」として、18歳以上の被保険者が本来の均等割に加えて負担することとなります。

3. 後期高齢者医療制度創設に伴う軽減

	対象者	軽減内容	軽減期間	申請に必要なもの
職場の医療保険の被扶養者であった方の減免	後期高齢者医療制度に移行した社会保険加入者の被扶養者であった方（65歳以上）	所得割の免除 均等割の半額免除 （世帯の国民健康保険加入者がその被扶養者のみの場合は平等割も半額免除）	均等割及び平等割は資格取得後2年経過するまで、所得割は75歳になるまで	健康保険加入期間証明書
国保被保険者の方の減免	同じ世帯の国保被保険者が後期高齢者医療制度へ移行し国保被保険者が1人になった世帯	医療給付費分、後期高齢者支援金分及び子ども・子育て支援金分の平等割を軽減	当初5年間は2分の1免除 6年目以降の3年間は4分の1免除	申請不要

4. 個別の事情による軽減・免除（申請が必要）

以下の条件に該当する方は、申請により保険料の減額や免除を受けられる場合があります。

申請は、市役所保険年金課または各行政センター市民サービス課で受け付けています。詳しくはお問い合わせください。

	対象者	軽減内容	軽減期間	申請に必要なもの
非自発的失業者に対する軽減	雇用保険受給資格者証または雇用保険資格通知に記載の離職理由番号が11、12、21、22、23、31、32、33、34の方	対象者本人の前年の給与所得を30 / 100に減額して保険料を算定	離職日の翌日から翌年度末（3月）まで	雇用保険受給資格者証または雇用保険資格通知
市条例第36条に基づく減免	①離職理由が自己都合であっても疾病によりやむを得ず離職した方、経営する事業を廃業した方 ②雇災した方 ③刑事施設へ入所していた方	①対象者本人の前年の給与所得を30 / 100に減額して保険料を算定 ②右記軽減期間の全額減免 ③右記軽減期間の全額減免	①離職日の翌日から翌年度末（3月）まで ②申請日以後に納期が到来する期別（当該年度限り） ③刑事施設に入所していた期間	詳しくは市役所保険年金課へご相談ください
産前産後期間の免除	令和5年11月1日以降に出産または出産予定の方	所得割と均等割を減額	産前産後期間 単胎妊娠 4か月分 多胎妊娠 6か月分	・母子健康手帳 ・本人確認書類

後期高齢者医療制度

令和8年度 保険料をお知らせします

後期高齢者医療制度の保険料は個人ごとに計算され、所得に応じて納めます。

保険料額は、「医療分」と「子ども・子育て支援金分（子ども分）」とで構成され、被保険者が均等に負担する「均等割額」と被保険者の前年の所得に応じて負担する「所得割額」を合計したものです。これらは、島根県後期高齢者医療広域連合で2年ごとに決定します。

年間保険料額は、「医療分」と「子ども・子育て支援金分（子ども分）」を計算し7月中旬に被保険者の方へ、保険料決定通知書をお送りいたします。

令和8年度
年間保険料額

=

医療分

+

子ども・子育て
支援金分



医療分

=

均等割額

57,170円

+

保険料計算の
もととなる
所得金額 ※

× 10.02%

=

年間保険料
（限度額は）
85万円

子ども・子育て
支援金分

=

均等割額

1,370円

+

保険料計算の
もととなる
所得金額 ※

× 0.26%

=

年間保険料
（限度額は）
2万1千円

※総所得金額等…「公的年金収入－公的年金等控除」「給与収入－給与所得控除」「事業収入－必要経費」等で社会保険料控除等の各種所得控除前の金額。

保険料の軽減 申請不要

均等割額の軽減 世帯の所得等に応じて均等割額が軽減されます。

対象者の所得要件 (世帯主と世帯の被保険者全員の軽減判定所得の合計額)	賦課の 種類	均等割の 軽減割合
43万円 【+10万円×(年金・給与所得者の数-1)】※ 以下	医療分	7割2分
	子ども分	7割
43万円 【+10万円×(年金・給与所得者の数-1)】※ +31万円×(被保険者数) 以下	医療分	5割
	子ども分	5割
43万円 【+10万円×(年金・給与所得者の数-1)】※ +57万円×(被保険者数) 以下	医療分	2割
	子ども分	2割

- 令和8・9年度については医療分の7割軽減からさらに2分（合計7割2分）減額（減免）されます。
- 世帯主は後期高齢者医療制度の被保険者ではない場合も含まれます。
- 前年度の1月1日において65歳以上の人は、軽減判定の際に限り公的年金の所得から15万円を限度として控除します。
- 軽減判定の際には、「専従者控除」「居住用財産や収用により譲渡した場合などの課税の特例」の適用はありません。
- 所得等の申告がない場合は、軽減されないことがあります。
- 軽減判定は、賦課期日（4月1日または資格取得日）時点で行われます。

※【 】内の計算は世帯主及び世帯の被保険者全員の年金・給与所得者数が2人以上の場合に限ります。

職場などの医療保険の被扶養者であった方の軽減

後期高齢者医療制度の加入前日に、職場などの医療保険の被扶養者であった方の保険料は、所得割額がかからず、資格取得後2年を経過する月までの間に限り、均等割額を5割軽減します。

「均等割額の軽減」で7割軽減の対象となる方は、そちらが優先されます。

「後期高齢者医療」「国民健康保険」に係る医療費のお知らせ

「後期高齢者医療」、「国民健康保険」に加入するみなさんへ医療費のお知らせをお送りします。
発送予定等については、次のとおりです。

後期高齢者医療

対象となる医療費／令和7年11月～令和8年10月診療分
発送予定／令和9年1月中旬
おたずね／島根県後期高齢者医療広域連合 TEL 0852-20-7525

国民健康保険

年4回お送りしています。

対象となる医療費	発送予定等
令和8年1月～令和8年3月診療分	令和8年6月発送済み
令和8年4月～令和8年6月診療分	令和8年9月下旬発送予定
令和8年7月～令和8年9月診療分	令和8年12月下旬発送予定
令和8年10月～令和8年12月診療分	令和9年2月中旬発送予定

医療費通知と医療機関等の領収書とを見比べることにより、医療機関等から適正に請求されているかどうか、ご自身で確認することができます。

おたずね／保険年金課 TEL 21-6982

医療費は節約できます

国民健康保険や後期高齢者医療制度が負担する医療費の主な財源となっているのが、みなさんからの保険料です。医療費が増えると保険料も値上げせざるをえなくなり、家計の負担も大きくなってしまいます。

重複受診をやめましょう

同じ病気で同時期に複数の医療機関を受診すると、そのたびに初診料がかかり、医療費が高額になります。また、何度も検査や処置・投薬を行うので、体にも負担がかかります。

時間外受診をやめましょう

休日や夜間など診療時間外に受診する場合、医療費が高く設定されています。夕方はすいているからなどの安易な理由で時間外受診すると、緊急を要する重症患者への対応の遅れなどにもつながります。

かかりつけ医・薬局を持ちましょう

かかりつけ医は、あなたの既往症や健康状態などを把握して、健康管理全般のアドバイスをする医師のことです。かかりつけ医を持てば、いざという時に気軽に相談できます。

また、薬の重複や飲み合わせのトラブルを未然に防ぐため、かかりつけ薬局を決めておきましょう。

ジェネリック医薬品に切り替えてみましょう

後発医薬品（ジェネリック医薬品）は、新薬と同じ有効成分を使っているため、安全性も効き目も立証されています。医師が書いた処方せんの医薬品名の変更不可欄に「✓」または「×」のチェックがない薬はジェネリック医薬品に変更できます。

切り替えるとお得です！

慢性疾患の場合、長期間にわたって薬を服用することが多いため、新薬からジェネリック医薬品に切り替えたときの差額が大きくなります。

出雲市では、自己負担額が軽減されると思われる方に、お知らせを送っています。

※すべての医薬品にジェネリック医薬品があるわけではありません。

※治療内容によってはジェネリック医薬品が適さない場合もあります。医師・薬剤師にご相談ください。



職場の健康保険に加入したときは、自動的に脱退扱いにならず、保険料の請求が続くので、必ず届出をしましょう。

国保の資格がなくなったあとに受診すると

脱退する日（他市町村の国保や職場の健康保険等に加入された方はその加入日）以後に国保で治療を受けた場合は、国保で負担した医療費を返還していただきます。なお、国保に返還した医療費は、原則本来の保険者等に療養費として請求できます。

こんなときは 届け出を!!

第三者から受けた交通事故、けんか、犬咬み、食中毒等により、医療機関にかかった場合は、必ず市役所保険年金課に届け出てください。

国民健康保険や後期高齢者医療が一時的に医療費を立て替えて、後日、相手方に請求します。



出雲市国保・後期高齢者医療加入者対象

無 料

1年に1度、健診を受けましょう

健康に自信のある方も、通院中の方も、健診の対象です

実施期間 10月31日まで ※後期高齢者歯科口腔健診は11月30日まで

出雲市国民健康保険に加入の方

若年齢層健診

20歳～39歳の方

健診機関でマイナ保険証または資格確認書を提示して受診してください。

※個人通知は行いませんので、詳しい内容はホームページをご確認ください。

※受診券はありません。



特 定 健 診

40歳以上の方

4月1日時点で国保加入されている方には、6月に受診券が入った個人通知を郵送しています。

ご確認のうえ受診してください。

※4月1日以降に加入手続をされた方は、二次元コードから受診券の発行申請が必要です。電話での発行申請もできますので、お問い合わせください。



▲受診券発行

後期高齢者医療に加入の方

後期高齢者健診

加入者全員

6月に個人通知を郵送しています。ご確認のうえ受診してください。

※受診券はありません。

後期高齢者歯科口腔健診

76歳～85歳の方

5月に受診券が入った個人通知を郵送しています。

ご確認のうえ受診してください。

※各健診の対象年齢は、令和9年3月31日時点での年齢です。

※6か月以上入院・施設入所等の方は、健診の対象外です。

各健診の情報は、ホームページで確認できます。



【お問い合わせ】 出雲市役所 健康増進課 成人保健係 TEL21-6979

出雲市役所 保険年金課 【保険料計算】TEL21-6984 【保険加入・脱退】TEL21-6982 【後期高齢者医療】TEL21-6983

平田行政センター TEL 63-5500

佐田行政センター TEL 84-0111

多伎行政センター TEL 86-3116

湖陵行政センター TEL 43-1214

大社行政センター TEL 53-3115

斐川行政センター TEL 73-9102