

後期高齢者医療被保険者の皆さまへ

令和2年4月からの後期高齢者 医療保険制度について

保険料が変わります

P1

保険料軽減特例
の見直しについて

P2~4

「フレイル」を
ご存じですか？

P5~6

長崎県後期高齢者医療広域連合

令和2年6月

後期高齢者医療保険料改定のお知らせ

令和2・3年度の保険料、賦課限度額及び均等割額軽減の基準額が変わりました。

保険料(年額)について

被保険者の皆様から納めていただく保険料は、2年ごとに見直すことになっています。令和2・3年度の保険料は、次の表のとおり引き上げることになりました。

	令和2・3年度(新)	平成30年度・令和元年度(旧)
所得割率	8.98%	8.67%
均等割額	47,200円	45,800円

賦課限度額(年額)について

「高齢者の医療の確保に関する法律施行令」の改正に伴い、令和2年度から保険料の賦課限度額が62万円から64万円に引き上げられます。

	令和2・3年度(新)	平成30年度・令和元年度(旧)
賦課限度額	64万円	62万円

均等割額の軽減の拡大について

5割軽減・2割軽減については、軽減の所得判定基準が見直され、軽減対象の範囲が広がります。

なお、所得割額はこれまで同様かかります。

同一世帯内の被保険者及び世帯主の総所得金額等の合計	軽減割合	軽減後の均等割額
33万円+ (28万5千円 ×被保険者数) 以下の場合 ↑ (前年度)28万円	5割	23,600円
33万円+ (52万円 ×被保険者数) 以下の場合 ↑ (前年度)51万円	2割	37,700円

後期高齢者医療保険料の均等割額が変わります。

～軽減率が段階的に変わり、本来の軽減率に～

【保険料の計算方法】

保険料は、均等割額と所得割額の合計金額です。(被保険者一人ひとりで計算します。)

※均等割額は、世帯の所得状況に応じて軽減されます。

年間保険料 (最高64万円)	=	均等割額 (被保険者が等しく負担) 47,200円／人・年	+	所得割額 (被保険者の所得に応じて負担) (前年総所得金額等－33万円)×8.98%
-------------------	---	-------------------------------------	---	--

段階的に変わるとは？

令和元年度から、下記のとおり見直しを行っています。

対象者の所得要件 (世帯主及び世帯の被保険者全員の 総所得金額等の合計額)	均等割の軽減割合				
	本来の軽減	平成30年度	令和元年度	令和2年度	令和3年度
33万円以下	7割	8.5割	8.5割	7.75割	7割
うち、世帯の被保険者全員の各種所得なし		9割	8割	7割	
33万円+28.5万円×(被保険者数)以下	5割	5割			
33万円+52万円×(被保険者数)以下	2割	2割			

均等割軽減特例の見直し理由

これまで、均等割額の9割軽減、8.5割軽減は制度創設時の暫定的な措置として実施してきましたが、すでに10年が経過していること、国民健康保険制度等においても、保険料軽減幅は最大7割とされていること、毎年、現役世代の拠出の負担や公費負担が増えていることから、高齢者医療に関する支え合いの仕組みを維持していくため、世代間の公平の観点等から見直されることになりました。

令和元年度からの軽減特例の見直しは、対象者への実質的な負担増ができる限り生じないように、低所得者に対する介護保険料軽減の拡充や年金生活者支援給付金の支給が行われています。

〈参考〉後期高齢者医療費の負担について

長崎県の1人当たり後期高齢者医療費(年間)は平均で約110万円です。

医療費の大半は、国・県・市町の税金と現役世代の保険料でまかなわれています。

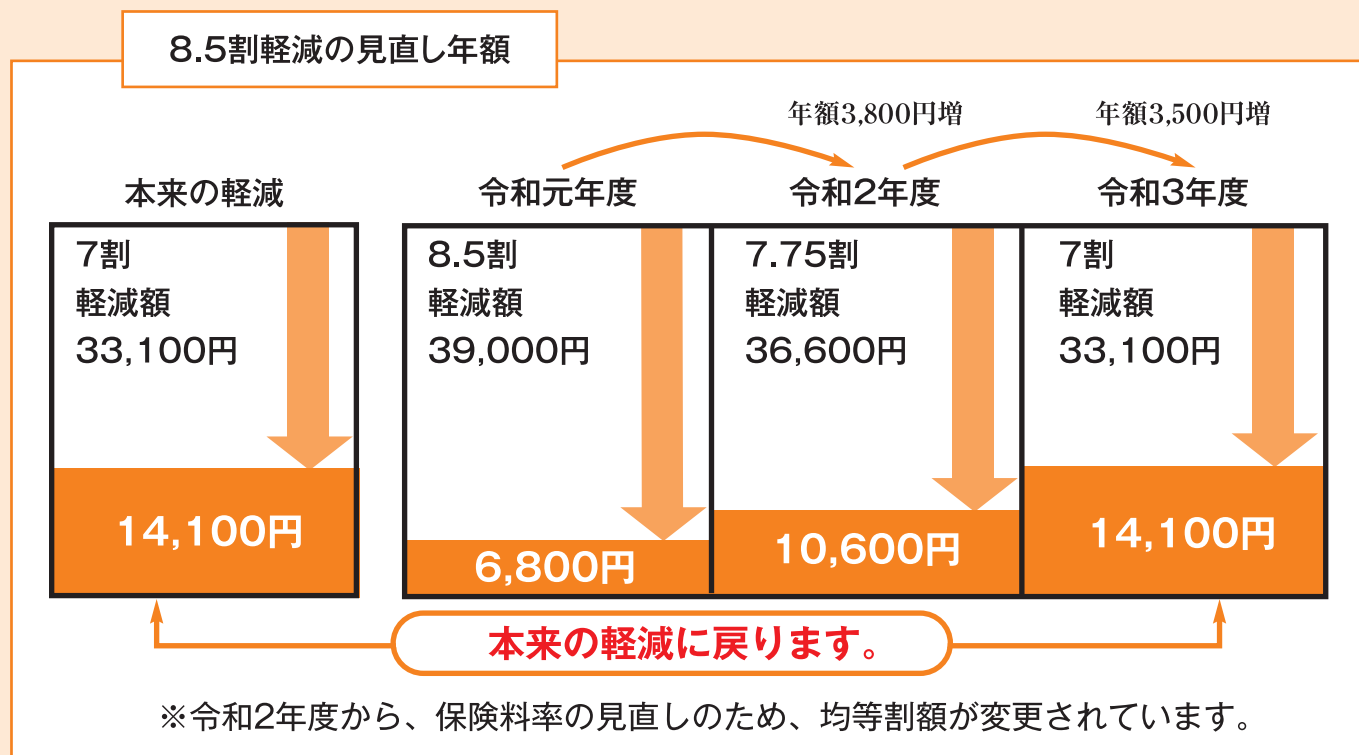
「医療費110万円の内訳」

国・県・市町の負担 約52万円	現役世代の保険料 約41万円	皆さまの保険料 約8万円	皆さまが病院等で 支払う額 約9万円
--------------------	-------------------	-----------------	--------------------------

昨年度8.5割軽減の皆さまは、令和2年度は、収入が変わらない場合は7.75割軽減となります。令和3年度には、本来の軽減率7割に戻ります。

世帯内の被保険者と世帯主の合計所得が33万円以下(年金収入の場合80万円超～168万円以下などの場合)の要件を満たす方は、本来、**7割軽減**のところ、これまでは特例的に**8.5割軽減**でした。

令和2年度からは**7.75割軽減**となり、令和3年度からは**7割軽減**に変わります。



〈年金からの引き落とし(特別徴収)の方〉

令和2年度は、4月、6月、8月は、前年度2月の年金からの引き落とし額と同額となり、10月、12月、2月の年間保険料で調整します。

●年金からの引き落としの影響は、10月からとなります。

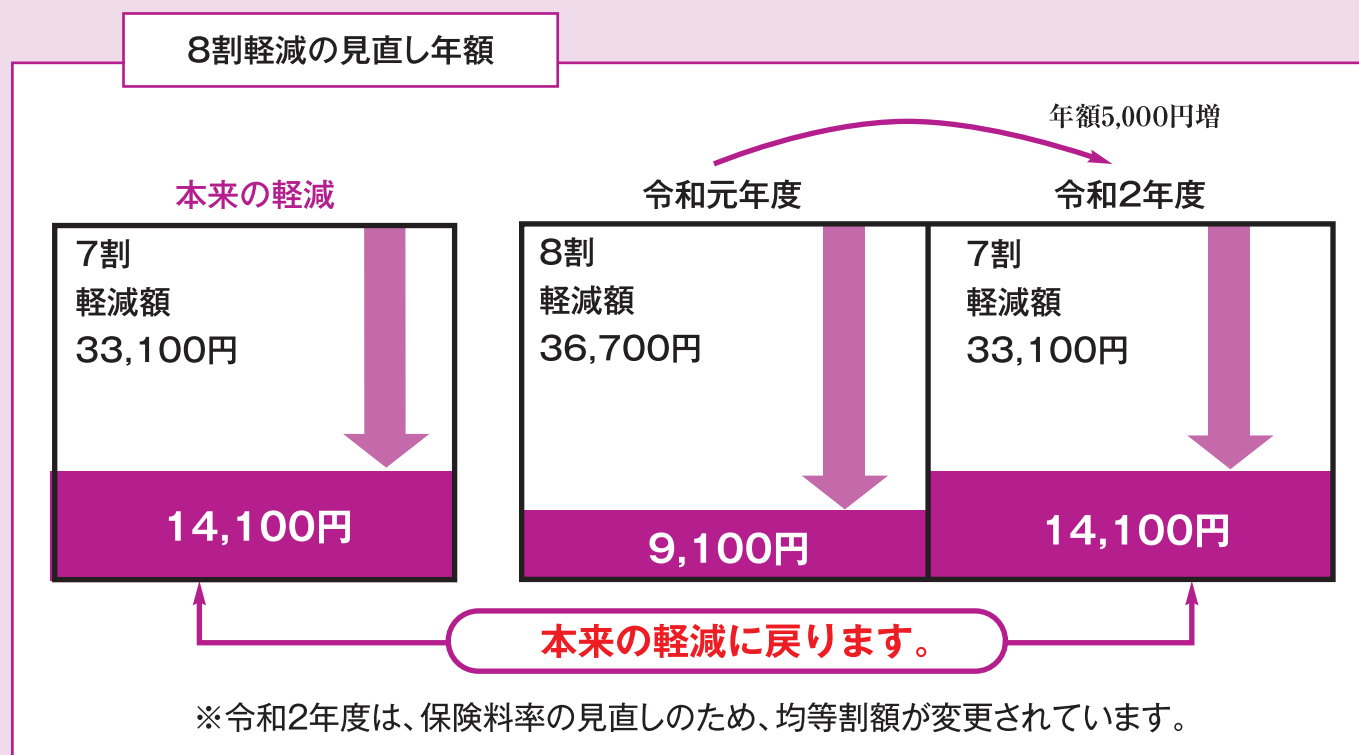
(例)

特別徴収		軽減割合	4月	6月	8月	10月	12月	2月	計
8.5割軽減	令和元年度	8.5割	1,100	1,100	1,100	1,300	1,100	1,100	6,800
	令和2年度	7.75割	1,100	1,100	1,100	2,500	2,400	2,400	10,600
	令和3年度	7割	2,400	2,400	2,400	2,300	2,300	2,300	14,100

昨年度8割軽減の皆さまは、令和2年度は、収入が変わらない場合は本来の軽減率7割となります。

世帯内の被保険者と世帯主の年金収入が80万円以下（その他各種所得なし）の要件を満たす方は、本来は**7割軽減**です。

令和元年度は、特例的に**8割軽減**でしたが、令和2年度からは、本来の**7割軽減**となります。



〈年金からの引き落とし（特別徴収）の方〉

令和2年度は、4月、6月、8月は、前年度2月の年金からの引き落とし額と同額となり、10月、12月、2月の年間保険料で調整します。

●年金からの引き落としの影響は、10月からとなります。

（例）

特別徴収		軽減割合	4月	6月	8月	10月	12月	2月	計
8割軽減	令和元年度	8割	800	800	800	2,300	2,200	2,200	9,100
	令和2年度	7割	2,200	2,200	2,200	2,500	2,500	2,500	14,100



後期高齢者のみなさまへ

「フレイル」をご存じですか？

「フレイル」とは加齢により心や体が弱っている状態のことです。健康な状態と介護が必要な状態の間にあり、「フレイル」から介護が必要な状態になる危険性が高いとされています。

簡単フレイルチェック ～あなたはいくつ当てはまりますか？～

☐ 半年間で2kg以上体重減った。 《 結果 》

☐ 疲れやすくなった。

☐ 日常生活の活動量が減った。

☐ 歩くのが遅くなってきた。

☐ 筋力(握力)が低下した。

(例：ペットボトルのふたが開けにくくなった)

1項目以上該当した場合
フレイルを疑いましょう

3項目以上該当した場合
フレイルを強く疑いましょう

フレイルは早期に発見し対応することで、支援を必要とする要介護状態に進まずに済む可能性があります！そこで…

健康管理に努めましょう！

年に1回健康診査を受診して自分の健康状態を知り生活習慣を見直すことは、フレイルの予防につながります。

【主な検査項目】

○問診

○身体計測(身長・体重)

○血圧測定

○尿検査(糖・蛋白)

○血液検査

(脂質・血糖・肝機能・
腎機能・貧血)

自己負担はありません。

検査費用(約9,000円)は、広域連合が負担します。

健康診査及び口腔ケア事業のお申込みについては、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、中止または延期となる場合がありますので、お住まいの市役所・町役場または広域連合の担当窓口へお問い合わせください。



歯と口の健康を守りましょう!

お口は健康の入り口です!

お口の状態が悪くなると、オーラルフレイル(口腔機能の軽度の衰え)に陥ります。

- ・滑舌が悪くなる
- ・むせる、食べこぼす
- ・噛めない食品が増える

以上のような症状があれば要注意!!早めに対策を取りましょう!

お口の健康は肺炎の予防になり、全身の健康にもつながります。

オーラルフレイルの対策としては

- ・口の中をきれいに保つ
- ・口腔体操などで口腔機能を保つ
- ・定期的に歯科医院でチェック

歯科治療を受け、栄養を取り、運動をしましょう!



お口の自己診断

口腔ケアの必要性チェック

- ☐ 歯みがきがうまくできない。
- ☐ ぶくぶくうがいができる。
- ☐ 入れ歯のお掃除がうまくできない。
- ☐ 口が渇く。
- ☐ 口臭が気になる。
- ☐ 舌の色が気になる。
- ☐ 肺炎を繰り返している。
- ☐ 最近体重が減ってきた。
- ☐ 他に口のことでも気になることがある。

1つでもチェックあり

口腔ケアの指導や介助が必要!



まずは、
お口“いきいき”健康支援
を受けましょう!



お口“いきいき”健康支援事業とは…

次のような口腔ケア指導を無料で受けられます。

- ・噛む力、唾液量、飲み込む機能、衛生状態などの口腔機能チェック
- ・ブラッシング指導、お口の健康体操、唾液腺マッサージの健康指導



市役所・町役場へのお問合せ先

市 町 名	部 署 名	電話番号
長 崎 市	後期高齢者医療室	095-822-8888
佐 世 保 市	医療保険課・保険料課	0956-24-1111
島 原 市	保険健康課	0957-63-1111
諫 早 市	保険年金課	0957-22-1500
大 村 市	国保けんこう課	0957-53-4111
平 戸 市	健康ほけん課	0950-22-4111
松 浦 市	健康ほけん課	0956-72-1111
対 馬 市	保険課	0920-58-1579
壱 岐 市	保険課	0920-45-1111
五 島 市	国保健康政策課	0959-72-6111
西 海 市	健康ほけん課	0959-37-0011
雲 仙 市	総合窓口課	0957-38-3111
南 島 原 市	健康づくり課	0957-73-6600
長 与 町	健康保険課	095-883-1111
時 津 町	高齢者支援課	095-882-2211
東 彼 杵 町	健康ほけん課	0957-46-1111
川 棚 町	健康推進課	0956-82-3131
波 佐 見 町	子ども・健康保険課	0956-85-2111
小 値 賀 町	住民課	0959-56-3111
佐 々 町	保険環境課	0956-62-2101
新上五島町	健康保険課	0959-53-1111

長崎県後期高齢者医療広域連合

〒850-0875 長崎市栄町4番9号（長崎県市町村会館5階）

☎095-816-3930 FAX 095-823-2425

<https://www.nagasaki-kouiki.net>