

いまや「国保無くして生活無し」ともいえるほど、国保の制度は私たちの日常生活に密着しています。その国保を

### 国保財政の危機



支える財政的基盤が、このところ、危機的ともいえる状況に追い込まれています。

**主な理由**

①医療技術の高度化・急激な高齢化により、医療費が高騰の一途をたどっています。

②低所得世帯が増える傾向にあり、保険税の伸びが期待できません。

### 国保経営の健全化を図るために

国保の財政を安定させ、経営の健全化を図るには、もちろん保険者の努力も大切です

病気のほとんどは、からだの生理機能が低下し、抵抗力が衰えたときに起こります。病気につけこまれない抵抗

### からだに抵抗力をつけよう

次から次へと転医したり、一つの病気で二人も三人もお医者さんにかかるひとが多いです。

こういう行為は、医療費の大変な無駄づかいにつながる場合が少なくありません。かかっているお医者さんを信じ、まかせきることも、治療を受ける上では必要です。

### みだりな転医を控える

が、何より加入者（被保険者）である皆さんの協力が欠かせません。

健康づくりを心がけ、正しい受診を励行し、保険税は納期までに必ず納めましょう。

### 健康診断を忘れずに

むずかしい病気でも、早期に発見し、早期に治療すれば、たいいてい治ります。

力をからだにつけましょう。そのためには、バランスのとれた栄養、適度の運動、十分な睡眠と休養が何より必要です。

### 保険証の取り扱いを大切に

保険証は国保の被保険者であるという証明書であると同時に、お医者さんにかかるときの受診券の役割を果たすものです。国保に加入すると一世帯に一枚ずつ交付されます。取り扱いは大切にしましょう。

早期発見の手だては健康診断です。

年に一度（理学的には二度）は健康診断を受けたいものです。

### ～国保の制度と保険税～

お医者さんにかかる時、医療費の30%（退職者医療の場合本人20%、被扶養者通院30%、入院20%）を支払うだけで診療を受けられる国保のしくみは私たちの生活を支える大切な制度です。

保険税は、この制度を維持する基盤です。保険税は忘れずに納めましょう。

### ～保険税納付は口座振替で～

保険税の納付は、金融機関からの口座振替を利用すると便利です。

口座振替は、あなたの預金口座のある銀行、信用金庫、農協、漁協、郵便局などから自動的に国保に振り込まれ、手間がはぶけます。

くわしいことは税務課までお問い合わせ下さい。