



老人保健受給者の皆さんへ



かかりつけ医を持ちましょう

「かかりつけ医」とは、皆さんにとって、近くにある何でも相談できる《かかりつけのお医者さん》のことです。

そこで

「体調が悪くなったら、まずかかりつけ医へ」と決めておくと安心です。皆さんの病歴などを把握したうえで、診察してもらえます。もし専門的な検査や治療が必要になったときには、専門の病院や専門医を紹介してもらえます。

ポイント

かかりつけ医の上手な選び方・つきあい方

- ・近所の開業医など、すぐに受診できるお医者さんにしましょう。
- ・相性のいいお医者さんを選びましょう。
- ・一度決めたら、全幅の信頼を持ちましょう。
- ・健康診断の結果などは報告しておきましょう。

ほかに

かかりつけ医を持つと医療費の節減につながります。

主な理由は・・・

かかりつけ医がいると、皆さんの健康管理が1か所のできるため、「はしご受診」が減って、検査や処置、投薬などの重複する費用がなくなります。

気軽に相談できると、病気の早期発見、早期治療につながり、それだけ医療費も少なくて済みます。

生活習慣病などの場合、かかりつけ医から専門医にかかっても、病状が安定すると、またかかりつけ医に戻るのが通例となっています。このようなかかりつけ医を中心とした医療の流れは、医療費を節減する効果があります。

問合せ 保険年金課 国民健康保険税係
内線142・147・148

国民年金保険料の納付は口座振替がお得です。お申し込みはお早めに!

国民年金保険料を口座振替にすると、一度手続きをするだけで、あとは自動的に指定した口座から引き落とされ、毎月金融機関を訪ねる手間と時間が省けて、とても便利です。

また、口座振替では、次のようなお得な納付方法があります。ぜひご利用ください。

毎月納付の「早割」

各月の保険料を当月末に振替すると、毎月50円の割引が受けられます。納付書で毎月、当月末までに納めても「早割」にはなりません。口座振替だけのお得な納付方法です。

まとめて納める「前納」

1年分あるいは6か月分の保険料を決められた期限までに一括で振替すると、保険料の割引が受けられます。

口座振替での前納は、次の2種類あり、これら以外の年度途中からの前納はできません。

1年前納... 4月分～翌年3月分を4月末日に振替

6か月前納... 4月分～9月分を4月末日に振替、10月分～翌年3月分を10月末日に振替

納付書で前納をすることもできますが、口座振替で前納をするほうが納付書より割引額が大きくなります。

(比較してみると・・・)

平成19年度の割引額

1年前納	納付書	3,000円
	口座振替	3,550円
6か月前納	納付書	690円
	口座振替	960円

「早割」や「前納」の他に通常の「毎月納付」もあります。これは各月の保険料を翌月末に振替し、割引はありません。

手続きは簡単・無料です

次のものを用意して、金融機関、または社会保険事務所の窓口でお申し込みください。

- ・基礎年金番号がわかるもの(年金手帳や送付された納付書等)
- ・預金通帳
- ・通帳届出印
- ・口座振替依頼書(金融機関窓口に備え付けてあるほか、社会保険庁からお送りしている納付案内書につづられています)

平成20年度(4月末日に振替)から「前納」をご希望の場合は、2月末日までにお申し込みください。

前納したかたが年度の途中で厚生年金等に加入したときは、その後の国民年金保険料をお返しします。