

知っていますか？

千代田区国民健康保険加入者の

あなたは……



健康診断（国保健診） を無料で受けられます！

人間ドック の料金が 2 万円補助されます！

針・灸・マッサージ の補助券 がもらえます！

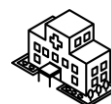
指定プール の利用券 がもらえます！

保養施設 をお得に利用できます！

その他
詳しくは裏面へ！



健康診断(国保健診)



40～74 歳

自動でお届け

- ・6月に受診券を郵送します。区内の健診実施医療機関※を予約し、受診してください。
- ・受診券を紛失された場合は再発行ができます。届かない場合は健康推進係(☎5211-8171)までお問い合わせください。

※医療機関によっては土・日・祝日も受診可能

人間ドックの利用補助



40～74 歳

※保険料に
未納のない方

申請が必要

- ① 国民健康保険係に電話し、「人間ドック利用申込書」を取り寄せてください。
区ホームページにも掲載しています。
- ② 区が指定する医療機関に電話で予約後、申込書を記入し、国民健康保険係に郵送します。
- ③ 利用券が届いたら、予約した日時に受診してください。

※①でお電話をいただいてから、③の利用券が届くまで 2 週間程かかります。余裕をもってお申込みください。

はり きゅう
鍼・灸・マッサージの千円補助券

40～74 歳

※保険料に
未納のない方

申請が必要

- ① 国民健康保険係に電話し、「利用券交付申請書」を取り寄せてください。
国保のてびきや区ホームページにも掲載しています。
- ② 申請書を記入し、国民健康保険係に郵送します。
- ③ 区が指定する施術所で使える千円補助券が届きます。

(1 日 1 枚使用可、年間 24 枚交付)

指定プールの利用券



40～59 歳

※保険料に
未納のない方

申請が必要

- ① 国民健康保険係に電話し、「プールの利用申込書」を取り寄せてください。
国保のてびきや区ホームページにも掲載しています。
- ② 申請書を記入し、国民健康保険係に郵送します。
- ③ 区が指定するプールで使える利用券が届きます。

(1 日 2 時間利用可、年間 6 枚交付)

※60 歳以上の方は、区が指定するプールで年齢確認できるものを提示すれば、無料で利用できます。

保養施設の利用

- ・区が契約する保養施設がお得に利用できます。
- ・区への申込みは不要です。
施設に直接お申込みください。



全員

直接施設に
申し込み

その他のサービス



- ・医療費のお知らせ
- ・ジェネリック医薬品利用差額のお知らせ など...

詳しくはHPをご覧ください

各種健康サービスが利用できる施設を
千代田区ホームページで調べられます

千代田国保 保健事業

検索



知ってもらいたい医療費のこと

高齢化や医療の高度化により医療費は年々増大し、国民健康保険の財政運営は厳しくなっています。また、**医療費が増大するとみなさまの保険料が上がる**ことにも繋がります。

千代田区国民健康保険加入者の医療費のうち約 1/5 (約 6 億円) は、生活習慣病を起因とする病気(糖尿病、腎不全、心筋梗塞等)で、**予防が可能なもの**です。病気はできるだけ未然に防ぎ、医療費を大切に使いましょう。