

後期高齢者医療にご加入のみなさまへ 定期的に歯科口腔健診を受けませんか？



お口の健康を保つために、1年に1回は歯科医院を受診しましょう。後期高齢者医療に加入している方は、無料で受けることができます。
※無料で受けられるのはその年度につき1回限りとなります。



歯科口腔健診の概要

対象者 つがる市に住所を有する後期高齢者医療被保険者の方

受付期間 令和8年 6月22日 から 令和9年 2月26日 まで

実施期間 令和8年 7月1日 から 令和9年 3月31日 まで

検査内容 問診、歯やかみ合わせの状態、歯周病、義歯の状態、口腔内の衛生状況、飲み込みの機能など

受診までの流れ

1 国保年金課へ窓口か電話で申し込む

2 国保年金課より受診券・健診票が送付される

3 自宅に届いたら希望の医療機関へ予約する

4 予約した日に受診券・健診票を持って受診

実施医療機関

医療機関名	電話番号
葛西歯科診療所	0173-42-2125
柏ミナトヤ歯科医院	0173-25-2481
菊池歯科医院	0173-42-2077
清藤歯科医院	0173-42-4182
ハッピーデンタルクリニック	0173-23-5323
ひらた歯科	0173-42-3269
福士歯科医院	0173-42-3316

申し込み先

国保年金課 後期高齢者医療係
0173-42-2111
(内線274、275)

LINE友だち登録案内

つがる市公式LINEでは、各種イベント情報やお役立ち情報を発信しています。ぜひ友だち登録をお願いします！



つがる市 民生部 国保年金課

所在地：〒038-3192 青森県つがる市木造若緑61番地1
電話：0173-42-2111(代)
土日祝日・年末年始の市役所休業日を除く午前8時30分から午後5時15分まで

つがる市の人口	27,802人 (13,235世帯)
国民健康保険加入者	7,586人 (4,680世帯)
後期高齢者医療加入者	6,454人

※令和8年4月末現在

国保つがる

K O K U H O

国保加入者以外の人も見えてね。

No.33

2026年 6月



令和8年度 国民健康保険税 課税区分・税率改正について

国民健康保険税納税通知書は **7月上旬発送予定**です。
※様式が変更となる予定です。必ず開封をお願いします。

令和8年度の国民健康保険税について、課税区分と税率が変更となります。今年度から新たに「子ども・子育て支援金分」が導入されますが、税率の引き下げ及び財政調整基金を活用し、税負担を抑制しています。皆様のご理解とご協力をお願いいたします。

「子ども・子育て支援金分(子ども分)」が導入されます

改正前 (~令和7年度)	改正後 (令和8年度~)
医療分	医療分
支援金分	支援金分
介護分	介護分
—	子ども分

子ども・子育て支援金制度は、児童手当の拡充や妊婦のための支援給付など、子ども・子育て支援にあてるための制度です。国保の方だけでなく社保、後期高齢など全ての世代や企業が支援金を拠出し、子どもや子育て世帯を社会全体で支える仕組みとなっています。
※18歳未満の均等割は全額軽減されます。

医療分…国民健康保険の医療費にあてる分
支援金分…後期高齢者医療の支援にあてる分
介護分…40歳~64歳の介護保険料分
子ども分…子ども・子育て支援にあてる分

詳しくはこども家庭庁ホームページをご覧ください。



税率が引き下げとなります

	医療分		支援金分		介護分(40~64歳)		子ども分(18歳以上)	
	改正前	改正後	改正前	改正後	改正前	改正後	改正前	改正後
所得割	7.04%	4.75%	2.57%	1.92%	2.35%	1.69%	—	0.15%
均等割	28,800円	24,000円	10,800円	10,800円	13,200円	12,000円	—	1,440円
平等割	24,000円	22,800円	8,400円	7,200円	7,200円	6,000円	—	840円

例 48歳、前年所得200万円の場合
改正前 280,000円
改正後 **218,500円** (△62,000円)

子ども分導入による増額を上回る税率の引き下げにより、原則として税額が下がることが見込まれます。(加入状況・所得状況により異なります。)

これからも健康で過ごすために 1年に1回、特定健診を受診しましょう!

特定健診は、糖尿病や高血圧症、脂質異常症などの生活習慣病を早期に発見するための健診です。生活習慣病は症状が出にくく、気が付いた時にはかなり悪化していることもあります。ご自身のお体の状態を確認するためにも、1年に1回特定健診を受診しましょう。

特定健診の内容

- 問診・診察
- 身体計測
- 血液検査(脂質、肝機能、血糖、血清クレアチニン、尿酸等)
- 眼底検査(集団健診・一部の医療機関のみ)
- 血圧測定
- 心電図
- 尿検査



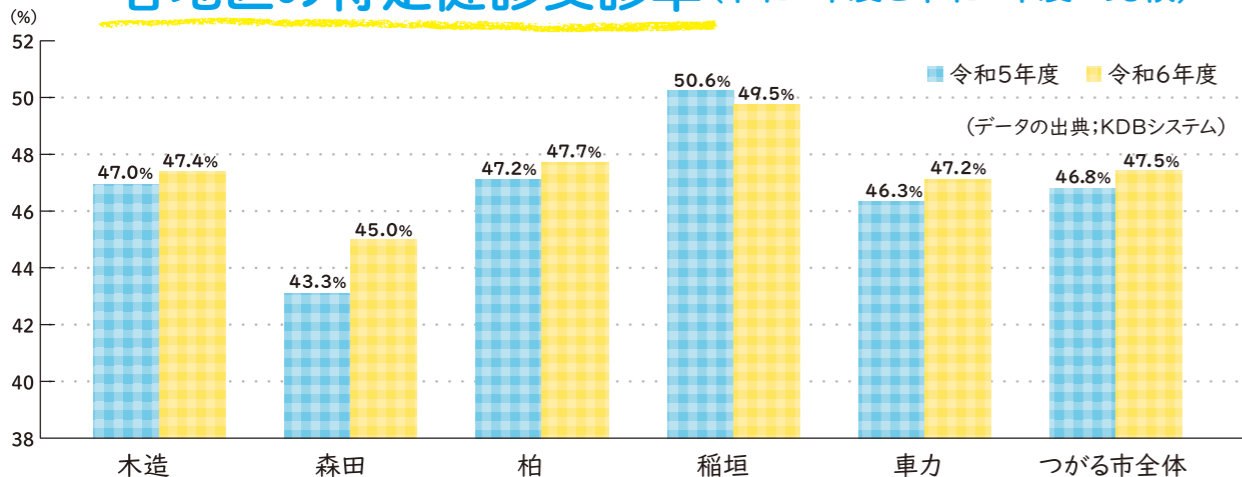
特定健診にかかる時間は
1~2時間程度
※混雑状況等により異なります。

通院中の方も
特定健診の対象です

治療のために行う検査と特定健診では検査項目が違いますので、通院中の方は主治医に相談の上、特定健診を受診しましょう。

つがる市特定健診受診率は徐々に増加していますが、まだ対象者の半数以上は未受診の状況です。身近な人と声を掛け合い、みんなで健診を受診しましょう。

各地区の特定健診受診率(令和5年度と令和6年度の比較)



つがる市 元気・健康ポイント事業

特定健診と2つのがん検診受診で**500円分の商品券**がもらえます!

- 市のご集団健診申込者には受診票と一緒にポイントカードを郵送します。
- 市の個別健診申込者には受診後にポイントを押印したカードを郵送します。



詳細はこちら

特定健診の申し込みはお早めに!

対象の方には4月に健診のご案内を送付しています。集団健診は定員が決まっており、申し込みが遅い場合、希望する日程では受付できない場合があります。まだ申し込みされていない方はお早めにお申し込みください。

申し込み先

- 集団健診 健康推進課(つがる市民健康づくりセンター内)
▶ ☎0173-23-4311
- 個別健診・フレッシュ健診 国保年金課
▶ ☎0173-42-2111 内線282

費用は**無料!**

(つがる市が約1万円の健診費用を全額負担します)

集団健診・フレッシュ健診についてはインターネットでもお申し込み可能です。右の二次元コードからどうぞ。

二次元コードはこちら→



つがる市の特定健診・健康診査対象者

- フレッシュ健診 30~39歳のつがる市国民健康保険被保険者※1
- 特定健診 40~74歳のつがる市国民健康保険被保険者※1
- 健康診査 後期高齢者医療被保険者、40歳以上の生活保護受給者

※1) 受診日に市の国保加入者であること。

健診を受けたら...

健診結果を健康づくりに生かしましょう



特定保健指導について

特定健診の結果から、生活習慣の改善が必要(国の定める基準)と判断された方は、保健師・栄養士との面談を受けることができます。30分程度の面談の中で、生活習慣改善につながる目標を一緒に決め、3か月を目安に取り組み、その結果を電話や手紙などで一緒に振り返ります。一人ではなかなか続けられない生活習慣改善も、サポートがあれば継続できる確率がぐんとアップします。対象になった方には、つがる市から個別にご案内します。

特定保健指導の対象にならない方には

健診結果の見方や生活習慣等について詳しく知りたい方は「健診結果相談会」が利用できます。今年度健診を受けた市民ならどなたでもOKです!事前に健康推進課(☎0173-23-4311)へご予約をお願いします。



詳細はこちら↑