

◆上手な医療のかかり方（適正受診のすすめ）

町民の皆さんが安心して医療機関を受診できる体制を維持するために、知っていただきたいことがあります。「適正受診」とは、医療機関への医療のかかり方を見直すことで、安定した地域の医療提供を目指すことです。

1. かかりつけ医をもちましょう

かかりつけ医とは、「健康に関することを何でも相談できる上、必要な時には専門の医師・医療機関を紹介してくれる、身近で頼りになる地域のお医者さん」のことです。日頃の状態をよく知っているかかりつけ医であれば、ちょっとした体調の変化にも気づきやすいため、病気の予防や早期発見、早期治療が可能になります。

2. 夜間休日の体調不良時の相談先を知りましょう

夜間休日では多くの医療機関が時間外となっており、かかりつけ医を受診できないこともあります。夜間休日の体調不良に備え、事前に相談先を確認しましょう。

山形県救急電話相談窓口（年齢によって相談窓口が異なります）

相談時間 ▶ 18：00～翌朝8：00（土・日・祝日も対応）

小児救急電話相談（15歳未満の方）
8000 または ☎ 023-633-0299

大人の救急電話相談（15歳以上の方）
7119 または ☎ 023-633-0799

長井西置賜休日診療所（長井市ままの上7番10号） ☎ 0238-84-5799

診療日 ▶ 毎週日曜、祝祭日、年末年始（土曜日は診療していません）

受付時間 ▶ 8：30～11：30、13：00～16：30（急患は昼休みでも受け付けます）

◆医療費通知（年間分）をお送りします

国民健康保険に加入されている方に、令和6年11月から令和7年10月診療分までの年間の医療機関受診の状況や、医療費負担の状況をご確認いただける「国民健康保険の医療費のお知らせ」をお送りします。

このお知らせは、確定申告時の医療費控除の添付書類としても利用できますので医療費控除を申告される予定の方にはなくさないように大切に保管しておいてください。

令和7年分の医療費控除は、令和7年の1月から12月までに支払った医療費の負担が対象になりますが、医療費通知（年間分）には、令和7年10月診療分までしか記載されません。令和7年11月、12月支払い分については医療機関から発行される領収書により確認し、医療費通知に記載された医療費負担額に加算していただく必要があります。

国民健康保険の医療費のお知らせ						
あなたのご家庭で病気や負傷のために国民健康保険で受診された医療費をお知らせします。 ご家庭の医療費がどのくらいかかっているかをご確認いただき、健康管理に対する関心を高めていただくとともに、健康な家庭をつくるための参考にしていただければ幸いです。						
医療を受けた方	医療機関等の名称	受診年月	医療費の区分	日数(回数)	医療費の総額(円)	支払った医療費の額(円)*

医療費通知（年間分）は、令和8年1月下旬の発送を予定しております。

国民年金 からのお知らせ

納めた国民年金保険料は全額が
社会保険料控除の対象です。

社会保険料（国民年金保険料）控除証明書

国民年金保険料は所得税法および地方税法上、社会保険料控除としてその年の課税所得から控除されます。控除の対象となるのは、令和7年1月1日から12月31日まで納められた保険料の全額です。過去の年度分や追納した保険料も対象です。

また、ご自身の保険料だけではなく、ご家族（配偶者やお子さまなど）の負担すべき国民年

金保険料を支払っている場合、その保険料も合わせて控除が受けられます。

なお、令和7年中に納付した国民年金保険料について、社会保険料控除を受けるためには、年末調整や確定申告を行うときに、日本年金機構から送付される社会保険料(国民年金保険料)控除証明書や領収証書など保険料を支払ったことを証明する書類の添付が必要になります。

●送付時期

	送付方法	送付時期
令和7年1月1日から令和7年9月30日までの間に国民年金保険料を納付した方	電子送付	10月中旬～下旬にかけて順次
	郵送	10月下旬～11月上旬にかけて順次
令和7年10月1日から令和7年12月31日までの間に国民年金保険料を納付した方	電子送付	令和8年1月下旬から順次
	郵送	令和8年2月上旬

「社会保険料（国民年金保険料）控除証明書」は、e-Taxで利用できる電子データの送付もしています。マイナポータルから「ねんきんネット」にログインし、電子送付希望の登録をすると、マイナポータルの「お知らせ」で電子データを受け取ることができます（登録をしないと郵送での送付はありません）。

年金相談や請求のお手続きのときは、 ぜひご予約をお願いします。

日本年金機構の全国の年金事務所では、年金相談や年金請求手続きについて、「事前予約」を行っています。お待たせ時間の少ない「予約相談」をぜひご利用ください。

●最寄りの年金事務所

米沢年金事務所〈米沢市金池5-4-8〉

●お電話で予約する場合は「予約受付専用電話」

☎ 0570-05-4890

●各種通知書の内容確認、再交付申請に関する相談・手続きは「ねんきんダイヤル」

☎ 0570-05-1165

●通常のお問い合わせは

「米沢年金事務所お客様相談室」

☎ 0238-22-4220（自動音声「1」→「2」を選択）

●受付時間 8:30～17:15（平日のみ）

●時間延長

週初の開所日 17:15～19:00

●週末相談

第2土曜日 9:30～16:00

※お申し込みの際は、「基礎年金番号」「相談者氏名」「電話番号」「相談内容」などを確認させていただきます。

今年度の白鷹会場の移動相談は、令和7年12月17日（水）と令和8年3月18日（水）の2回です。お申込みは、米沢年金事務所 ☎ 0238-22-4220（自動音声「1」→「2」を選択）までお願いします。

【問い合わせ】白鷹町町民課戸籍年金係 ☎ 85-6129