

一人一人のちょっとした工夫で医療費抑制 医療機関などの適正受診を 心掛けましょう

問い合わせ先／市役所保険医療課国保年金係 ☎76-8151

市国民健康保険(国保)の医療費は、皆さんに負担していただく国保税や県の補助金などで賄われています。医療費の増加は、結果として国保税引き上げにつながります。家計の支出を抑えるためにも、各自が適正に医療機関などにかかることが大切です。受診の際には次のことに気を付けましょう。



休日や夜間の受診を見直しましょう

休日や夜間の受診は割増料金がかかります。また、軽症者の救急医療受診が、緊急性の高い重症者の治療に支障を来すこともあります。受診の前に、平日の診療時間内に受診できないか、もう一度考えてみましょう。



小児救急電話相談

#8000(短縮)または☎052-962-9900

休日や夜間に、急に子どもが体調を崩した場合などにご利用ください。小児科の医師や看護師から症状に応じた適切なアドバイスが受けられます。



かかりつけ医、かかりつけ薬局を持ちましょう

病歴や普段の健康状態を把握してくれる「かかりつけ医」がいると安心です。信頼できる身近な医師を見つけ、気になることがあったら、まずはかかりつけ医に相談する習慣を身に付けましょう。

複数の医療機関で受診している場合でも「かかりつけ薬局」があれば、調剤を1カ所で済ませることができ、自らの薬歴を把握した上でのアドバイスが受けられます。



重複受診はやめましょう

同じ病気で複数の医療機関を受診すると、それぞれ初診料や検査料がかかります。また、注射や投薬の重複で体に悪影響が出る危険性があります。現在の治療に不安などがあるときは、まず医師に伝えて話し合ってみましょう。



薬のもらい過ぎに注意しましょう

薬は用量・用法を守って服用しなければ、有効に作用しないばかりか、症状が悪化する場合があります。むやみに薬を欲しがらず、医師の診断と処方に従いましょう。

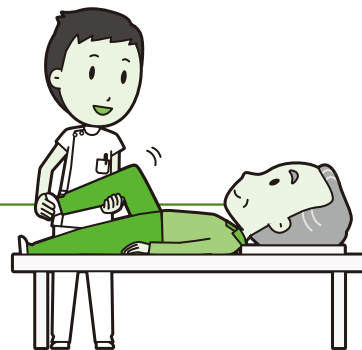


ジェネリック医薬品を利用しましょう

ジェネリック医薬品(後発医薬品)は特許期間の過ぎた新薬(先発医薬品)と同等の効果・効能のある処方薬で、新薬よりも低価格です。医師や薬剤師に相談して、ジェネリック医薬品の利用を検討してみましょう。

あさひ健康
マイスター
チャレンジ
対象事業

整骨院・接骨院、はり・きゅう、 マッサージのかかり方



整骨院・接骨院、はり・きゅう、マッサージにかかるときは、健康保険を使える範囲が限られています。一人一人が健康保険の適用範囲を正しく理解し、適切に受診することが医療費の適正化につながります。

整骨院・接骨院

健康保険が使える場合

急性、亜急性の外傷性の原因による次の施術を受けたとき

- 打撲、ねんざ、挫傷(肉離れ)
- 骨折・脱臼(応急手当ての場合を除き、医師の同意が必要)

健康保険が使えない場合(例)

- 日常生活による単なる肩こりや筋肉疲労
- スポーツなどによる筋肉疲労、筋肉痛
- 神経痛、リウマチ、五十肩、関節炎、ヘルニアなどが原因の痛みやこり
- 脳疾患後遺症などの慢性病
- 症状の改善がみられない長期の施術
- 病院で同じ負傷などを治療中のもの
- 労災保険が適用となる仕事・通勤中の負傷

健康保険でかかるときの注意点

- 負傷の原因(いつ・どこで・何をして・どんな症状か)を正確に伝える
- 「療養費支給申請書」には必ず自ら署名する
- 領収書は必ずもらう
- 市から送付する「医療費のお知らせ」で受診内容を確認する



はり・きゅう

健康保険が使えるのは次の慢性病で、医師による適当な治療手段がなく、医師の同意がある場合のみです。

神経痛、リウマチ、五十肩、腰痛症、頸腕症候群^{けいわん}、頸椎ねんざ^{けいつい}後遺症などの慢性的な痛みを主症とする疾患

健康保険でかかるときの注意点

- 治療を受ける際には、6カ月ごとに医師の同意が必要
- 医師の同意がない場合や、病院・診療所などで同じ対象疾患の治療(薬の服用や湿布の貼付も含む)を受けているときは健康保険が使えません

マッサージ

健康保険が使えるのは次のような症例など、医療上マッサージを必要とする医師の同意がある場合のみです。

筋麻痺(筋肉が麻痺して自由に動けない)、関節拘縮(関節が硬くて動きが悪い)などのうち、医療上マッサージを必要とする症例

健康保険でかかるときの注意点

- 治療を受ける際には、6カ月ごとに医師の同意が必要
- 医師の同意がない場合や、単に疲労回復や慰安を目的としたもの、疾病予防のためのマッサージなどは健康保険が使えません

治療内容などの照会にご協力ください

国保加入者で、健康保険を使って整骨院・接骨院、はり・きゅう、マッサージに長期間かかっているかたなどに対し、文書や電話、訪問などで治療内容について伺うことがあります。ご理解・ご協力をお願いします。