



2018年(平成30年) 11/15



国保特集号

HOME PAGE URL <http://www.city.sodegaura.lg.jp/>

編集・発行／袖ヶ浦市保険年金課 〒299-0292 袖ヶ浦市坂戸市場1-1 ☎0438-62-3031(直通) FAX0438-62-1934

平成29年度の国民健康保険の決算をお知らせします

国民健康保険は、加入者の皆様が安心して医療が受けられるように、加入者一人ひとりが保険税を納めて必要な医療に充てて助け合う、公的医療保険制度です。

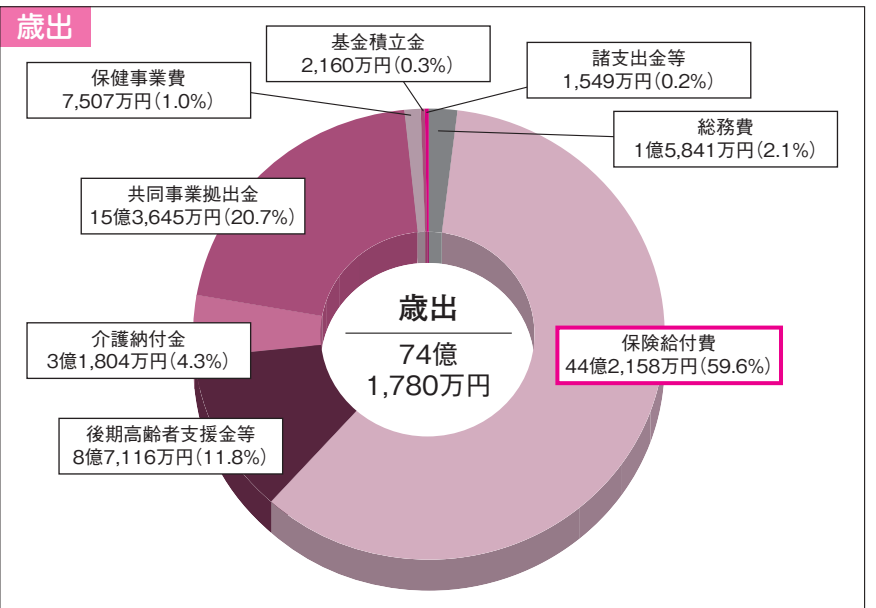
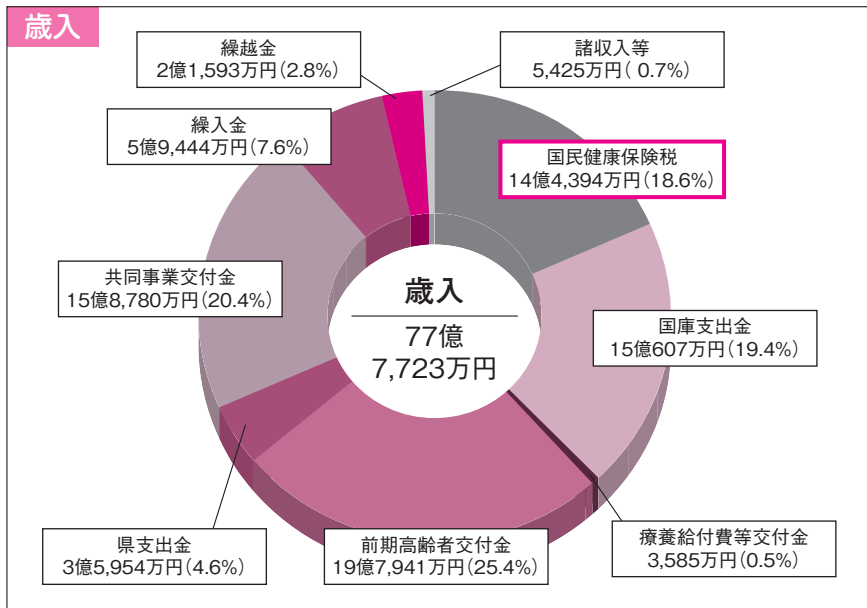
近年は、加入者の高齢化が進むとともに、生活習慣病が増加しており、さらに高度医療が普及したことにより一人当たりの医療費が増加傾向にあります。

国保制度を維持し、安定した運営を継続していくためには、加入者一人ひとりが、日ごろの生活習慣を振り返り、健康の保持・増進に努めていただく必要があります。

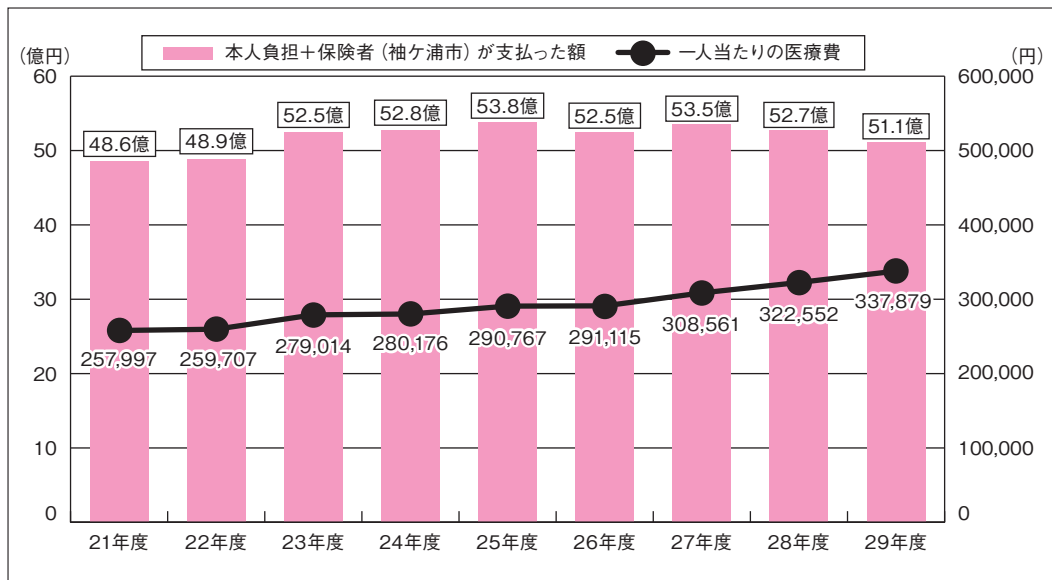
今回は、平成29年度の国保会計を振り返りながら、本市の国民健康保険の状況についてお知らせします。

平成29年度の決算額は、歳入77億7,723万円に対し、歳出74億1,780万円となり差し引き3億5,943万円は、平成30年度の財源になります。

保険給付費が44億円と、歳出の60%近くを占めています。医療費が増えると、国保の財政が圧迫され、保険税の引上げを招くことがあります。医療費の無駄づかいをなくし、大切に使うよう心がけましょう。



袖ヶ浦市国民健康保険の総医療費と一人当たりの医療費を見てみましょう



平成29年度の医療費総額(加入者の方の負担額と市の負担額の合計)は51億1,143万円でした。

加入者が減少している中、医療費総額はほぼ横ばいとなる一方で、一人当たり医療費は337,879円と増加を続けています。

また、本市の国民健康保険加入者は、60歳以上が約6割を占めています。高齢になるにつれて医療費が膨らむ傾向があり、近年の高度医療の普及により今後も医療費が増加する傾向は続くものと考えられます。

◆医療費の増加を止めるためには◆

袖ヶ浦市国保の医療費増加についてご紹介しましたが、医療費適正化のためにできることはなんでしょうか？

ポイントは次の2つです。

- ① 病院にかからなくても済むよう、健康に気をつけること
 - ② 病院にかかるときも、かしく適正にかかること
- 上手なお医者さんのかかり方や、ジェネリック医薬品について裏面でご紹介しますので、ご覧ください。

加入者がどれだけ医療機関を利用しているかの指標として医療費の3要素があります

| ○1人当たりの年間受診件数 被保険者1人が1年間で何件医療機関を受診したかを表します。 | ○1医療機関当たりの日数 1か月間に1つの医療機関に通った日数を表します。 | ○1日当たりの医療費 1日の通院や入院にかかった総費用(自己負担+保険負担) |
|------------------------------------------------|------------------------------------------|-------------------------------------------|
| 平成29年度 11.156件 ↑ | 平成29年度 1.857日 ↓ | 平成29年度 13,108円 ↑ |
| 平成28年度 10.800件 ↑ | 平成28年度 1.913日 ↑ | 平成28年度 12,483円 ↑ |
| 平成27年度 10.489件 - | 平成27年度 1.910日 - | 平成27年度 12,115円 - |

インフルエンザ等の流行性の病気により増減します。

インフルエンザ等の流行性の病気に加え、医療機関での治療方法等により増減します。

医療機関の治療内容、治療技術の高度化等により増減します。



11月は「ちば国保月間」です



国民健康保険はお互いの健康を支え合う制度です

医療費を節約する上手なお医者さんのかかり方

国民健康保険に加入している皆さんのちょっとした心がけで、医療費の節約につながります。皆様のご協力をお願いします。

1 「かかりつけ医」をもちましょう!

「かかりつけ医」とは、日常的な診療や健康管理などを行ってくれる身近なお医者さんのことをいいます。

病歴、体質、生活習慣などを把握・理解したうえで治療やアドバイスが受けられます。医師と顔なじみになることで相談もしやすくなりますので、受診理由を正確に伝え、わからないことがあったらきちんと確認しましょう。

専門医にかかる必要があるときは、かかりつけ医から紹介状を書いてもらうこともできます。



2 同じ病気で重複受診はやめましょう!

同じ病気で複数の医療機関で受診する「はしご受診」は、違う医療機関で診てもらうたびに「初診料」がかかります。

さらに、薬や検査の無駄が増え、医療費を増やしてしまうだけでなく、かえって身体にも悪影響を与えてしまうなどの心配もあります。

安易な転院はさけ、治療法や治療効果に疑問や不安がある場合は、そのことを医師に伝えて話し合ってみましょう。

3 時間外、休日の受診はよく考えてから!

診療時間内であっても料金が割増になることをご存じですか? 早朝・夜間や土曜日の受診であっても、8時前や18時以降に受診すると「夜間・早朝等加算」として料金を別途徴収されます。保険薬局の場合も同じように割増があります。

やむを得ない場合を除き、安易に時間外受診をすることは控えましょう。

子どもの病気で心配なときは、まずは電話相談!

小児緊急電話相談事業(千葉県)

午後7時~翌午前6時

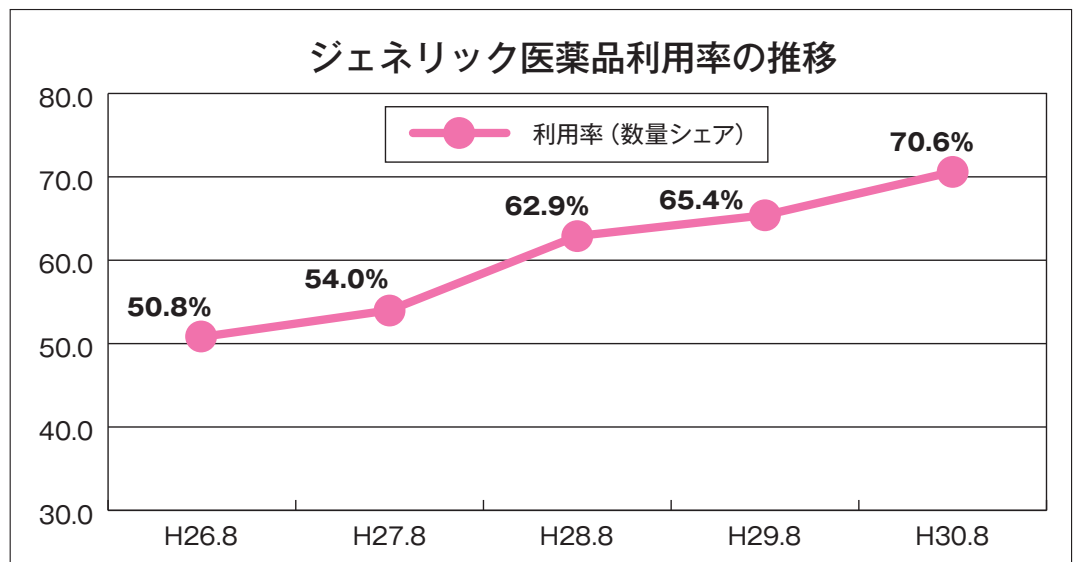
プッシュ回線の固定電話・携帯電話 #8000

4 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を利用することで薬代を抑えることができます。

ジェネリック医薬品とは、新薬の特許期間が過ぎたあと新薬と同じ有効成分で製造した薬のことです。厚生労働省により、新薬と同等の効果と安全性を持つと認められたうえで販売されています。

医療機関や薬局の窓口でジェネリック医薬品を希望する旨を伝えましょう。※症状や病状などにより、処方希望してもジェネリック医薬品への変更ができない場合や、適さない場合があります。



本市の国民健康保険におけるジェネリック医薬品数量シェアは、平成30年8月時点で70.6%です。数量シェアとは、ジェネリック医薬品に切替えられる医薬品の中で、どれだけの医薬品がジェネリックに切り替えられているかを示す指標です。

すでに7割の医薬品が、ジェネリックに切り替えられています。

ジェネリック医薬品の詳しい情報は、インターネットで確認できます。

日本ジェネリック医薬品学会ホームページ
かんじゃさんの薬箱

<http://www.generic.gr.jp/>

5 年に一度は健診を受けましょう!

「病気を予防すること」は、何よりの医療費節約法です。定期的に健診を受けることで、病気を早期発見、早期治療することができます。

また、健康に対する意識を高め、生活習慣を見直す良いきっかけになります。生活習慣病を早期発見するために、年に一度、特定健康診査を受診しましょう。

特定健康診査を受けましょう

あなたと、あなたの大切な人のために

集団健診を実施します

11月18日(日)

平川公民館

今年度最後の受診機会です。

受付時間 午前 9:00~11:00

午後 13:00~14:30

持ち物 国民健康保険の保険証

対象者 国保に加入している40歳~74歳の方

◎脳年齢測定などのミニ測定会や、お薬相談会もあります。

病気の早期発見・早期治療のため、人間ドックの助成をしています

| 検査項目 | 助成額 |
|--------------------------------------------------------------------|------------|
| 基本検査 | 25,000円 |
| 胃内視鏡検査を追加 | 5,000円を加算 |
| 大腸内視鏡検査を追加 | 10,000円を加算 |
| 脳画像検査を追加 | 15,000円を加算 |
| 内視鏡検査や脳画像検査を追加で実施した場合、基本検査の助成額に加算して助成します。 なお、加算後の上限額は50,000円です。 | |

医療機関での支払いは、助成額を差し引いた額となります。検査結果に異常があった場合は、その後に必ず受診をしましょう! ※人間ドックの助成は4月~3月の1年間で1度受けられます。

◆助成対象者◆(下記の要件をすべて満たす方)

- 35歳以上の方
 - 袖ヶ浦市の国民健康保険に加入してから6か月以上経過している方
 - 保険税の滞納がない方
 - 今年度特定健診を受診しない(していない)方など
- 対象の医療機関や申請方法などはお問い合わせください。

☎ 保険年金課 ☎62-3031

※特定健康診査と人間ドック助成は、どちらか一方のみ受けられます。両方受診することはできませんのでご注意ください※