



国保財政の 安定的運営のために

近年、医療費が増加する一方、長引く景気低迷により国民健康保険税の収入は低下しており、保険者を取り巻く状況は非常に厳しくなっています。国民健康保険の現状を知り、私たちにできることを考えてみましょう。

問い合わせ先 健康推進課国保・医療給付係 ☎0968(25)7218

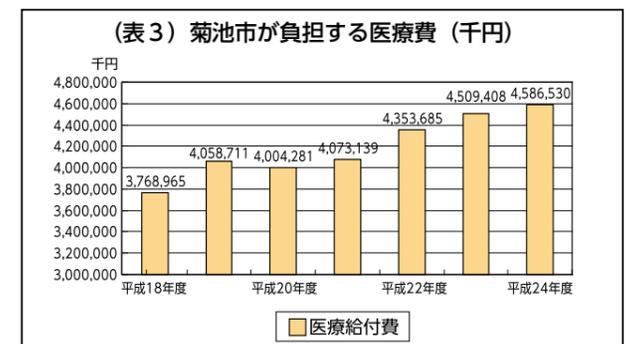
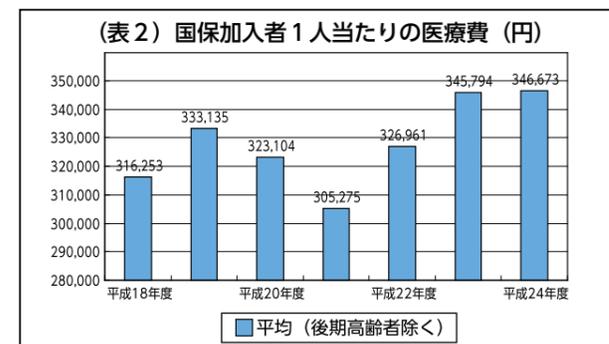
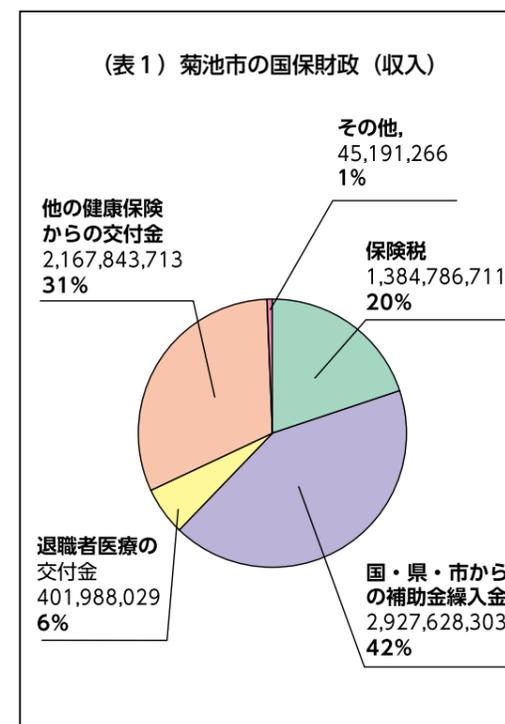
国民健康保険の現状

国民健康保険（以下国保）は、医療保険制度の中で国民皆保険制度の基礎となる制度です。これまで地域住民の医療の確保と健康の保持・増進に重要な役割を果たしてきました。国保に加入している皆さんは、1割〜3割の自己負担金で診察や治療を受けることができます。残りは保険税、国、県、市からの補助金や、ほかの健康保険からの交付金で構成される国保財政から支払っています（表1）。

や医療技術の高度化などにより、医療費が年々増加しています（表2・3）。保険税の収入が限られているなかで、保険者を取りまく状況は非常に厳しくなっています。このため医療費抑制が急務となっています。

医療費の増加を防ぐために

病気の予防はもちろん、医者のかかり方など一人一人が少しでも気を付けるだけで、医療費の増加を防ぐ方法があります。まずはできることから始めてみましょう。



見直しをしましょう！ 見お医者さんのかかり方

医療費の増加を防ぐためには、「適正な受診」への心掛けが大切です。私たちにできる「適正な受診」とは何か考えてみましょう。

1 かかりつけ医を持ちましょう

患者の話をよく聞いて、病気のことや治療内容、投与した薬など分かりやすく説明してくれる、信頼できるかかりつけ医を身近に見つけましょう。健康管理の心強い味方にもなってくれます。

2 緊急時以外は時間外の受診を避けましょう

休日や夜間などの時間外受診は、緊急性の高い患者の治療に支障をきたしたり、医師の負担が増えたり、医療費も割増料金で高くなったりします。

3 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「重複受診」は、無駄があるだけでなく、重複する薬などで体にさまざまな悪影響を与えてしまう心配もあります。

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とは、ジェネリック医薬品（後発医薬品）とは、最初に作られた薬（先発医薬品・新薬）の特許終了後に、有効成分、用法、効能、効果が同じ医薬品として厚生労働省の許可の下で製造・販売される低価格の薬です。

ジェネリック医薬品に切り替えることで自己負担を減らし、医療費の節約にもつながります。

ジェネリック医薬品に切り替えるときは、かかりつけ医や薬剤師に相談しましょう。

ジェネリック希望カードや「ジェネリック希望シール」を提示して希望を伝えることができます。詳しくはお問い合わせください。

5 1年に1回必ず健康診査を受けましょう

自分の健康状態を知ることができます。再検査は精密検査の必要性があれば必ず受けましょう。疾病の早期発見、早期治療につながり、重症化を防ぐことができます。

○自分の検診結果の内容を把握しておきましょう。健康の保持・増進のため、生活の見直しを図るきっかけとなります。



時間外受診を避けるための心得

- 医者や本当に緊急を要する人への影響を考えましょう。
- 体調を崩したときのアドバイスを、事前にかかりつけ医から受けておきましょう。
- 体調がすぐれないときは、なるべく昼間のうちに受診しましょう。

重複受診を避けるには

- 気になることは遠慮せず納得するまでお医者さんに相談しましょう。
- 専門医を受診したいときは、かかりつけ医に紹介してもらいましょう。
- 紹介を受けてほかの医療機関を受診する場合は、それまでの経過をきちんと報告しましょう。



あなたの健康と、健全なまちのために

複合健診 (集団健診) を

▼健診日程

健診日	該当地区
8月1日(木)	南古閑、北古閑、野間口、東原、上西寺、北宮
2日(金)	南山手、上住吉、南住吉、富納、永、永出分、小川、九の峰、姫井、楠原
3日(土)	桜山一、桜山二、桜山三、桜山四、桜山五、桜山六、桜山七、桜山八、桜山九、北桜ヶ水、南桜ヶ水、湯舟、平、高柳、高柳住宅、あさひが丘
4日(日)	岩本住宅、岩本、伊萩、妻越、片川瀬、尾足、大迫、小原、津留、新明団地
5日(月)	片角、袈裟尾、切明、飛熊、北住吉、永南、田吹、村吉
6日(火)	西迫間、東迫間、遊蛇口、三万田、久米一、高江出分、高江、福本一、福本団地、東原団地
7日(水)	栄町、立石、北原、元村、上橋田、下橋田、七城松島、小野崎、打越、大尺、新村
8日(木)	築地、亘、五海、砂田西団地、間所、菰入、甲佐町、雇用促進住宅、新古閑、清水
9日(金)	久米二、竹の下、薬師、上高江、福本二、蟹穴、羽根木、西郷、西郷従業員住宅、荒牧、加恵、本村、七城田中、戸田島
10日(土)	山崎、上水次、下水次、岡田、流川、辺田、瀬戸口、台、高田、内島、林原、梶迫、板井、前川、岩瀬、宮園
11日(日)	富の原中央、富の原台、富、泗水田中、富出分、小木、稗方、堀切、玉祥寺
12日(月)	高野瀬、七坪、市野瀬、中野瀬、戸豊水、神来
9月2日(月)	迫田団地、堂迫団地、朝日団地、北原団地、銚の甲、柏、伊野、杉生、古川、滝黒仁田、伊倉
3日(火)	富の原一、富の原西、永山、立門、木護、生味、木佐木、金峰、道園、篠倉、茂藤里、戸豊水(中尾)、大柿、菊池平野
4日(水)	上古閑、甲森北、乙森北、今、上赤星、下赤星、泗水平野、井戸方、泗水佐野、糠泉、辰頭東団地、辰頭西団地
5日(木)	川辺南、川上、川下、出分、高永、伊坂住宅、伊坂、田島一、田島二、田島団地、猪の目、岡
6日(金)	富の原東、富の原北、穴川、鳳来、龍門1、長野、寺小野、染土、雪野、太田
7日(土)	東正観寺、西正観寺、大琳寺、中西寺、下西寺、辻、上長田、下長田、大塚
8日(日)	村田、深川、迎町、中央通、横町、立町、正院町、上町、中町、下町
9日(月)	植古閑、広瀬、花房台、伊牟田、戸城、日生野、原細永、鍋倉、菊池佐野、上木庭、下木庭
10日(火)	岩平、塚原、長六、下組、神鶴、菊池松島、柿木平、日向、中原、藤田、木柑子、上出田、下出田

※指定された日程で都合の悪い人や、まだ申し込みをしていない人はお問い合わせください。
 ※受付時間は午前7時から10時30分ですが、混雑を避けるため、申し込みを基に時間を指定しています。
 ※当日は、会場まで送迎バスを用意しています。送迎バスの時刻表は各種問診票と一緒に送付しています。

受診しましょう!



複合健診は、特定健診、後期高齢者健診、生活習慣病健診および各種がん検診を同じ日に同じ会場で受けることができる健診です。

5月に実施した健診希望調査を基に複合健診を実施します。健診を申し込んだ人には問診票などを7月中旬に送付しています。申し込みを忘れた人や転入された人も受診できますので、詳しくはお問い合わせください。

菊池市国民健康保険以外(社会保険など)の加入者は、加入している医療保険者が菊池養生園を健診機関として指定している場合のみ、特定健診を受診することができます(受診券と保険証を持参)。詳しくは加入先の医療保険者(勤め先など)にお尋ねください。

なお、生活習慣病健診と各種がん検診は、加入中の医療保険に関係なく受診できます。

▼健診項目・料金 健診会場 菊池養生園(菊池広域保健センター)

項目	内容	料金
生活習慣病健診	身体計測・血圧測定・尿検査・心電図検査 血液検査(肝機能、腎機能、血糖、貧血検査など)・内科診察	19～39歳 2,000円
特定健診 (40～74歳国保加入者)	身体計測・血圧測定・尿検査・心電図検査 血液検査(肝機能、腎機能、血糖、貧血検査など)・内科診察	40～69歳 1,500円 70～74歳 800円
後期高齢者健診	身体計測・血圧測定・尿検査・血液検査(肝機能、腎機能、血糖、貧血検査など)・内科診察	75歳以上 800円
結核検診	検診車での胸部X線検査	65歳以上 無料
肺がん検診	検診車での胸部X線検査(二重読影)	30～69歳 500円 70歳以上 200円
	喀痰検査(検診当日、問診で必要な人のみ)	30～69歳 800円 70歳以上 300円
胃がん検診	検診車でのバリウムによる胃部X線検査	30～69歳 1,000円 70歳以上 500円
腹部超音波検診	検診車での腹部超音波検査	19～69歳 1,500円 70歳以上 1,000円
大腸がん検診	便潜血検査(大腸内視鏡検査ではありません)	30～69歳 500円 70歳以上 200円
子宮頸がん検診	検診車での子宮頸部がんの検査	20～69歳 1,200円 70歳以上 500円
乳がん検診	検診車での超音波による乳房検査	20～69歳 1,000円 70歳以上 300円
	検診車でのX線(マンモグラフィ)による乳房検査	40～69歳 1,000円 70歳以上 500円

※対象年齢は、平成26年3月31日時点での満年齢です。(後期高齢者健診を除く)