

医療費適正化

～正しく知ろう、医療費のこと～

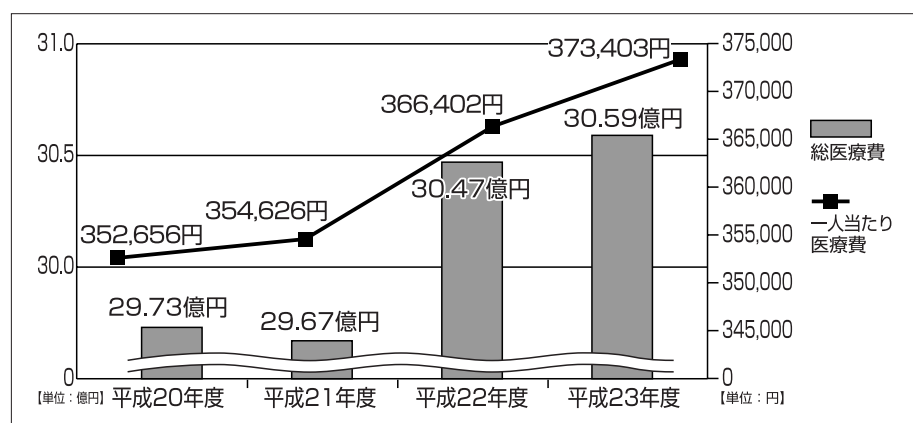
問い合わせ 保健介護課 ☎2141

国民医療費の高い状態が続いています。医療費が増えている原因はいろいろとありますが、わたしたちが特に何とも思わずにしている医療の受け方や、生活習慣などが原因になっている場合があります。その原因を理解し、医療費の節約に取り組みましょう。

大竹市国民健康保険（国保）の医療費の推移

大竹市国保の医療費の推移を見ると、平成23年度の一人当たり医療費は373,403円で、前年度より1・9%増加しました。生活習慣病に着目した特定健康診査が始まった平成20年以降も、総医療費、一人当たり医療費とも増加しています。

大竹市の医療費の推移



医療費の増加が保険料の引き上げを招きます

わたしたちが病院の窓口で支払っているのは医療費の一部で、残りは医療保険が負担しています。医療保険の財源は保険料です。医療費が増えてしまうと、皆さんが支払う保険料の引き上げを招くこととなります。

医療費増加の原因を考えてみましょう

医療費増加の原因はさまざまですが、わたしたちの医療費に対する認識不足が引き起こしているものもあります。

○医療機関へのかかり方

必要以上に医療機関に通院したり（多受診）、同じ症状でいくつもの医療機関にかかったりする（重複受診）と医療費が増加します。

○生活習慣病の増加

日ごろの生活習慣が大きな要因で起こる生活習慣病が増えています。これらの慢性疾患は治療に長い期間を要するため、医療費が増加します。

生活習慣病の割合

疾病分類別に医療費を見ると、心臓病、脳卒中などの循環器系疾患や、がん、内分泌・代謝が医療費全体の3割以上を占めています。これらの病気は、日々の生活習慣が大きな原因となっており、起こる場合があります。

豆知識



整骨院・接骨院のかかりかた

整骨院や接骨院は国家資格を持つ柔道整復師が施術する施設であり、医療機関ではありません。そのため健康保険が使えない範囲が限られています。

健康保険で施術が受けられる場合

○打撲、ねんざ、挫傷、骨折、脱臼の応急手当などの外傷性の負傷によるもの。

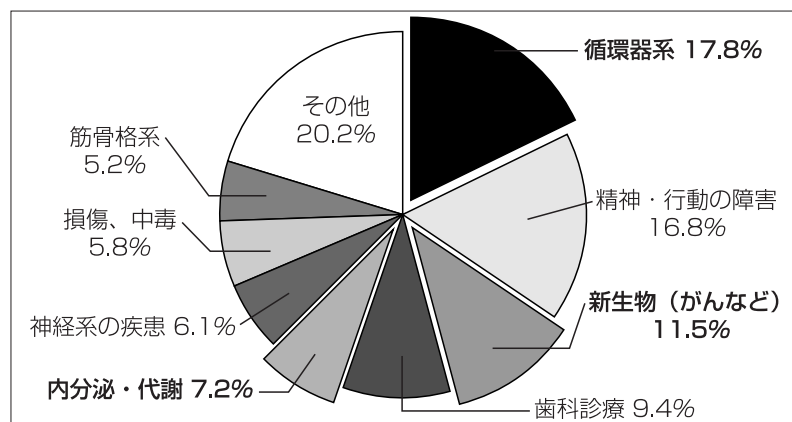
健康保険で施術が受けられない場合

○慢性的な肩こりや筋肉疲労、筋肉痛など慢性的な症状や内科的原因によるもの。
○保険医療機関（病院、診療所など）で同じ負傷を治療中のもの。
○医師の施術同意書のない骨折・脱臼の施術など。

柔道整復の医療費適正化のために

健康保険の療養費は、加入している方の保険料から支払われます。医療費

大竹市の医療費（平成23年5月診療分）



生活習慣病にならないために、年に1回の健診で健康チェック

自覚症状がないまま進行することが大半の生活習慣病は、いつあなたに忍び寄っているかわかりません。そこで威力を発揮するのが「健康診断（健診）」です。定期的に健診を受けることで、病気を早期に発見し、初期の段階で病気の芽を摘み取ることができます。年に1回は必ず健診を受け、健康状態をチェックしましょう。

健診の効果

- 病気の早期発見・治療につながります。早期に治療すれば、治る確率も高まります。
- 仕事や生活からくる負担が、健康にどんな影響を与えているか知ることができます。
- 健康に対する意識が高まり、普段の生活を見直すきっかけとなります。
- 健康状態の変化が継続的にチェックできるので、セルフコントロールの指標となります。
- 若い年齢のうちからの定期的な受診は、健やかな老後の健康へとつながります。

ジェネリック医薬品を使いましょう

ジェネリック医薬品は、先発医薬品の特許が切れて製造された後発医薬品です。開発費用が大幅に削減されているため、先発医薬品よりも安価に購入できます。

ジェネリック医薬品に変更するには？

ジェネリック医薬品に変更を希望される方は、医師・薬剤師に「ジェネリック医薬品への切り替えを希望します」とお伝えください。また、「ジェネリック医薬品をお願いカード」をお持ちの方は、ご提示ください。なお、医師・薬剤師の判断によっては切り替えができません場合があります。薬に対する有効性や安全性について専門家に十分な説明を聞きながら、ジェネリック医薬品を上手に活用しましょう。



交通事故などの第三者行為は届け出を

交通事故などの第三者の行為が原因で負傷したり病気になった場合、保険会社に連絡して「第三者行為による被害届」を提出してください。医療費は健康保険でいったん支払い、後で加害者に請求します。

の適正な支出のため次のご協力をお願いします。

- 負傷原因（いつ、どこで、何を、どんな症状があるのか）を正確に伝えてください。外傷性の負傷でない場合、健康保険は使えません。
- 施術が長期にわたる場合、内科的原因も考えられますので、医師の診断を受けてください。
- 治療内容について保険者から尋ねることがあります。柔道整復師にかかったときは、負傷部医、施術内容、施術年月日の記録、領収書などを保管し、尋ねられたときに答えられるよう備えて下さい。