

# 国保だより

問い合わせ

高齢者・保険課 国保年金係  
☎72-2101(内線322)



## 医療費適正化のために ～医療と薬と正しくつきあいましょう！～

医療費は、被保険者の高齢化や医療の高度化等により増加傾向にあります。わたしたちの意識や取り組みで医療費の増加を防ぐこともできます。医療機関等の適正受診にご協力ください。

### ①かかりつけ医をもちましょう

紹介状を持たずに、最初から大病院を受診すると特別料金が発生する場合があります。かかりつけ医を持ち、気になることがあったら、まずはかかりつけ医に相談しましょう。

### ②診療時間内にかかりましょう

休日や夜間などの時間外受診は、割増料金がかかり、医療費の増加につながります。急病などのやむを得ない場合を除き、休日・夜間の受診は控えましょう。

### ③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ことは控えましょう。何度も検査や処置・投薬などを行うので体にも負担がかかります。

### ④おくすり手帳をつくり、薬への疑問はかかりつけ医・薬局に相談しましょう

薬は飲み合わせが悪かったりすると、副作用を生じることがあります。おくすり手帳を活用し、すでに処方されている薬を医師や薬剤師に伝え、飲み合わせに注意しましょう。

### ⑤ジェネリック医薬品を活用しましょう

ジェネリック医薬品(後発医薬品)とは、特許期間が過ぎた新薬(先発医薬品)と同じ有効成分を含み、同等の効能・効果を持つ、安価な医薬品のことです。医師や薬剤師と相談しながら、自分に合ったお薬を選択して使用しましょう。

### ⑥年に一度は健康診断を受けましょう

健診は健康状態を知る第一歩です！病気の早期発見、早期治療を心がけましょう。

## 「医療費のお知らせ」をお送りします

国民健康保険制度の役割を理解していただくとともに、健康の大切さについて関心を高めていただくことを目的として、医療費等の総額や自己負担額、受診日数、受診医療機関等の名称(柔道整復師の氏名)などを記載した「医療費のお知らせ」をお送りしています。「医療費のお知らせ」が届きましたら、受診内容等をご確認ください。

●令和3年1月～5月診療分 令和3年8月に発送済(再発行可)

●令和3年6月～10月診療分 令和4年2月初旬頃に発送予定

※11、12月診療分は令和4年5月頃に発送予定です。

「医療費のお知らせ」は、確定申告でご利用になる場合、「医療費控除」の明細書に添付して使用できる場合があります。医療費控除の申告をする方は大切に保管してください。

ただし、医療費通知は診療を受けた月から3、4か月後(審査機関での審査等を行った後)でないと作成できないため、確定申告の時期に間に合わない11月から12月診療分につきましては、領収書を基に「医療費控除」の明細書の作成をお願いします。医療費控除の申告手続きの詳細については、国税庁ホームページをご覧ください。税務署にお問い合わせください。