



国民健康保険 正しい受診で医療費の適正化

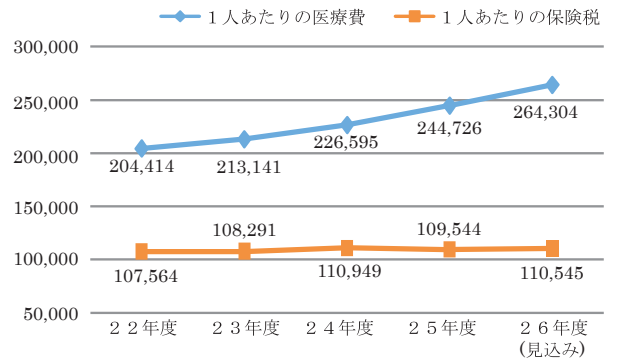
町民税務課 国保年金係 ☎ 77-3913

病気やケガをし、病院を受診すると使うことになる国民健康保険（以下、国保）。その正しい使い方を存じでしょうか？

Q 医療費ってなに？

A 国保に加入している人が、医療機関を受診するときに掛かるお金を「医療費」と言います。その医療費の主な財源となっており、保険税です。医療費が増えると保険税も値上げせざるを得なくなり、家計への負担も大きくなってしまいます（図1参照）。

(図1) 1人分の医療費と保険税額



Q 医療費が増えてしまう原因は？

A 人口の高齢化や医療技術の進歩、生活習慣病の増加や重複・頻回受診、安易な受診などが挙げられています。

Q どうやったら医療費は減るの？

A 次のようなちよつとした心掛けが医療費の削減につながっていきます。

①お医者さんのかかり方

軽い症状や同じ病気などで、「複数の医療機関を受診する」「休日・夜間に受診する」「最初から大病院を受診する」「医師の指示を守らない」などを行うと医療費を増やしてしまうだけでなく、重複する検査や投薬により体に負担がかかります。同時に、医師の負担増加となり、本来に必要な人に医療の手が届かなくなる可能性があります。

※かかりつけ医・かかりつけ薬局を持っていませんか？
体の事を理解しているお医者さん

さんがいると安心です。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、最初にかかりつけ医に相談する習慣をつけましょう。また、かかりつけ薬局も決めることによって、お薬手帳を併用し薬歴が分かるので、飲みあわせや重複処方も防ぐことや、服薬の相談にも乗ってくれます。

②ジェネリック医薬品（後発医薬品）を使う

ジェネリック医薬品とは、特許期間の過ぎた新薬（先発医薬品）と同じ効能のある処方薬で、新薬よりも低価格です。ジェネリック医薬品に切り替えることで、医療費の抑制につながり、医療機関での窓口負担も少なくなる場合がありますので、医師や薬剤師に相談してみましょう。

③体を大切にしよう

一度、生活習慣を見直し、栄養・運動・休養をバランスよくとりましょう。病気になる前に予防することが最高の治療法かつ医療費の節約法なのです。病気になる生活習慣を心がけましょう。



平成25年度決算

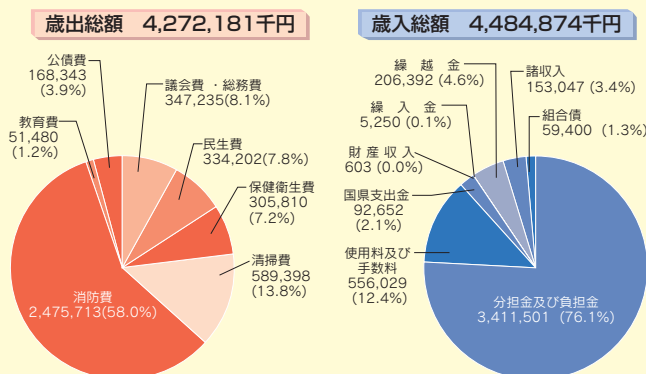
山武郡市広域行政組合

山武郡市広域行政組合
☎ 0475-54-0252

山武郡市6市町の共同処理として、山武郡市広域行政組合で行っている事務の決算についてお知らせします。

■事務内容 消防業務、養護老人

ホーム・老人デイサービスセンター・し尿処理施設・夜間急病診療所・休日救急歯科診療所・斎場の運営、電子計算機による情報処理、介護認定審査会業務など



保育

保育所入所受け付け 働く親の応援団

問 福祉保健課 子育て支援係 ☎77-3914

保育所入所申込書は11月4日から町内の各保育所と福祉保健課で配布します。新規の入所希望者だけでなく、4月以降も引き続き入所する場合も、再度この申込書が必要になります。

■入所資格

保育所によって入所可能児童の年齢は異なりますが、町内に住所を有し、仕事や出産、病気や障害、長期介護などで保育に当たる方がいない乳幼児です。

ただし、保護者以外にも親族や他の方が保育できる場合は入所できませんのでご注意ください。

また、保育所と幼稚園を同じと考えて申請される方がいますが、保育所は保育に欠ける児童を保護者の代わりに保育する児童福祉施設

■申込書受付予定表

	第一保育所	第二保育所	第三保育所
定員	85人	70人	60人
入所可能児童	1~5歳児	7カ月~5歳児	1~5歳児
通常保育時間	午前8時30分~午後4時30分		
延長保育時間(時間外保育)	午前7時~午後7時		



※受付日以降でも、役場福祉保健課で受け付けますが、**12月15日(月)で締め切ります。**

設ですので、幼稚園とは異なりありません。

■申込書の受け付け(面接)

入所を希望する方は、受付日に必要書類をご持参の上、会場へお越しください。新規入所の場合は、児童同伴となります。

■受付日時

11月29日(土)
午前8時30分~正午

■受付場所

芝山町役場南庁舎研修室

※受付日以降でも、役場福祉保健

課で受け付けますが、**12月15日**

(月)で締め切ります。

年金

老後だけじゃない 国民年金のサポート

問 町民税務課 国保年金係 ☎77-3912

障害基礎年金は、年金加入者が病気やけがで障害を負ったときに受け取れる年金です。障害の程度などによって、受け取れる年金額は変わります。

■支給要件

次のすべての条件を満たしたときに支給されます。

① 障害の原因となった病気やけがの初診日が次のいずれかの間にあること。

- ・ 国民年金加入期間
- ・ 20歳前または60歳以上65歳未満(国内に住んでいる方のみ)の年金未加入期間

※老齢基礎年金を繰り上げて受給している方を除きます。

② 障害の原因となった病気やけがによる障害の程度が、障害認定日(初診日から1年6カ月経過した日、または1年6カ月以内

に症状が固定した場合はその日)または20歳に達したときに、障害等級の1級または2級の状態になっていること。

③ 初診日の前々月までに保険料を納めた期間、保険料の免除期間、若年者納付猶予期間、学生納付特例期間の合計が、加入すべき期間の3分の2以上あるか、直

近1年間に保険料の未納がないこと。または20歳前に初診日がある場合。

■受け取れる年金額

1級・・・966,000円
2級・・・772,800円

受給者に生計を維持されている子がいる場合は、加算があります。※子とは、18歳になって最初の3月31日までの子、または20歳未満で1・2級の障害がある子

・ 1人目・2人目：各222,400円
・ 3人目以降：各74,100円

【注意】保険料の未納期間が多いと、障害になった場合でも受給できなくなる可能性があります。納付が難しいときは免除制度を利用できる場合がありますので、まずはご相談ください。

詳しいお問い合わせは
ねんきんダイヤル
☎0570-05-1165