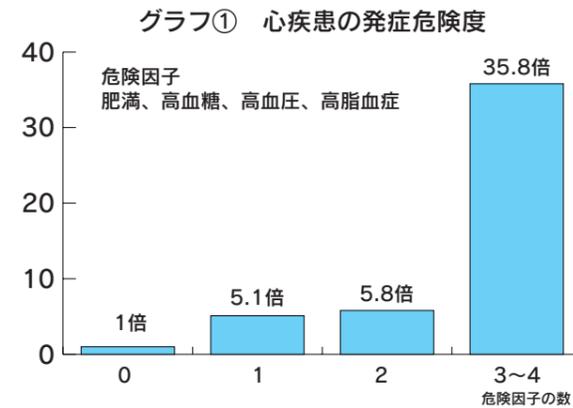


国民健康保険制度の状況や市の取組みを理解していただくために「シリーズ国保」を掲載しています。

自覚症状のない生活習慣病が体を蝕みます

高血圧や糖尿病などの生活習慣病は、偏った食事や運動不足、ストレスなど、日常生活の習慣から引き起こされる病気です。



これらの生活習慣病は、自覚症状がないまま進行することから、「サイレント・キラー（静かな殺し屋）」と呼ばれており、日常生活の習慣から引き起こされる肥満や高血糖など危険因子の数が多くなればなるほど、狭心症や心筋梗塞などの心疾患が発症する危険性が高まります（グラフ①参照）。

受けて安心！特定健診

生活習慣病を早期に発見し、重症化の予防に役立つのが「特定健診」です。

特定健診は、40歳以上の被保険者を対象にしており、市が実施する総合健診や医療機関で受けることができます。

特定健診の主な検査項目は、身長、体重、腹囲、血圧測定、血液検査、尿検査などです。簡単な検査で、比較的短時間で受けることができ、糖尿病や動脈硬化などのリスクを判定します。

生活習慣病に関する1人当たり医療費はどれくらい？

グラフ②は、特定健診を受けた人と受けなかった人の生活習慣病に関する1人当たり医療費を比較したものです。

特定健診を受けなかった人は、生活習慣病の発見が遅れ、症状が悪化した段階で治療することになり、医療費が高くなっていると考えられます。

特定健診は異常を見つけて終わりではありません！

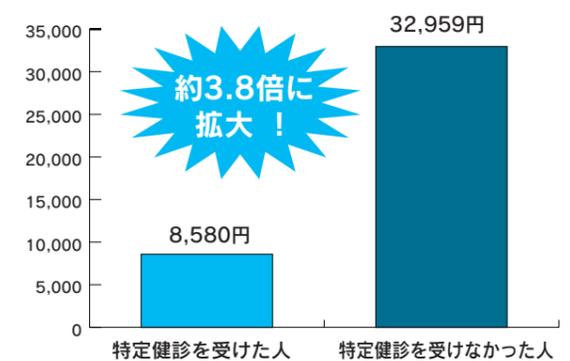
特定健診の検査結果で異常があれば、保健師や管理栄養士から食事や運動など生活習慣改善のための専門的なアドバイス（特定保健指導）を受けることができます。

特定健診は

毎年受ける必要があるの？

特定健診を毎年受けることで、一年前の検査結果と比較することができ、食事や運動など生活習慣を見直すきっかけにもなります。自分の「今の健康状態」を知るためにも、毎年特定健診を受けましょう。

グラフ② H25生活習慣病に関する1人当たり医療費



高血圧や糖尿病などは、自覚症状がありません。特定健診を受けずに約15~20年そのままにしておくと、大きな病気を引き起こすリスクが高まります。

(医療費)
 脳梗塞 1回の入院約82万円
 虚血性心疾患 1回の入院約66万円

さらに大きな病気が原因で要介護状態になることも！本人や家族に大きな影響を及ぼしてしまいます。

本市では、特定健診を受ける人の割合が少なく、平成22年度から県内で最も低い受診率で推移しています。市では、多くの被保険者の皆さんに特定健診を受けていただくため、電話やハガキなどによる受診勧奨のほか、来年度からは特定健診と医療費をテーマにした出前講座も行います。自治会やグループなどで、ぜひご利用ください。

「特定健診」で体の中をメデイカルチェックを行い、生活習慣病の予防・早期発見に努めてください。



今回は、「医療費を節約するために、私たちができること」をテーマに、かかりつけ医をもつ重要性や重複受診の回避、ジェネリック医薬品の使用などについてお知らせします。

国民健康保険の高額療養費制度が平成27年1月から変わります

国保医療課(065-6512)

高額療養費とは、同一月にかかった医療費の自己負担額が高額になった場合、一定金額（自己負担限度額）を超えた分が、後で払い戻される制度です。

平成27年1月診療分から70歳未満の所得区分が見直され、現行の3区分から5区分になります。

※70歳以上の人、住民税非課税の世帯については変更ありません。

●申請方法

申請手続きができるのは診療の翌月1日から2年以内です。申請は、保険医療課、北部振興局福祉生活課、各支所まで。

【持ち物】

国民健康保険証、医療機関の領収書原本、印鑑、世帯主名義の口座がわかるもの(通帳等)

70歳未満の自己負担限度額(月額)

変更前〈12月まで〉

区分	所得要件 (基礎控除後の所得)	自己負担限度額
A 上位所得	600万円超	150,000円+(総医療費-500,000円)×1% <多数回該当: 83,400円>
B 一般所得	600万円以下	80,100円+(総医療費-267,000円)×1% <多数回該当: 44,400円>
C 非課税所得	住民税非課税	35,400円 <多数回該当: 24,600円>

変更後〈平成27年1月から〉

区分	所得要件 (基礎控除後の所得)	自己負担限度額
ア	901万円超	252,600円+(総医療費-842,000円)×1% <多数回該当: 140,100円>
イ	600万円超~901万円以下	167,400円+(総医療費-558,000円)×1% <多数回該当: 93,000円>
ウ	210万円超~600万円以下	80,100円+(総医療費-267,000円)×1% <多数回該当: 44,400円>
エ	210万円以下	57,600円 <多数回該当: 44,400円>
オ	住民税非課税	35,400円 <多数回該当: 24,600円>

※多数回該当とは、過去12か月に、同じ世帯で高額療養費の支給が3回以上あった場合、4回目から適用される限度額のことです。