



発行 令和7年10月24日 第189号
 五所川原市 民生部 国保年金課
 TEL. 35-2111(代) [内線 2348~2350
 2353・2358・2359]

国民健康保険だより

こくほ

国民健康保険税は
納期内に
納めましょう



国保税の納付が困難な方は、
収納課に相談を！
 収納課 35-2111
 (内線 2275~2278)

医療機関・薬局の受診等にあたって ご留意いただきたい点について

こしよりん
からの
お願いです



近年、医療費は増加傾向にあります。

必要な人が安心して医療を受けられるようにするとともに、最終的に保険税や窓口負担として皆様に御負担いただく医療費を有効に活用するため、医療機関・薬局を受診等する際には、以下のことに留意しましょう。

かかりつけ医を持ちましょう

かかりつけ医とは、日常的な診察や健康管理をしてくれる身近なお医者さんのことです。体調が悪くなったら、まずはかかりつけ医に相談しましょう。

救急医療機関のご利用について

休日や夜間に開いている救急医療機関は、緊急性の高い患者さんを受け入れるためのものです。平日の時間内に受診することができないのか、もう一度考えてみましょう。

病院？救急車？判断に迷った時は

急病やケガへの対応方法や処置方法を電話で相談できる窓口があります。看護師等の専門家のアドバイスを受けることができますので、ぜひご利用ください。

シャープ
7119

あおり救急電話相談

ダイヤル回線からは
Tel 017-718-0289
(24時間 年中無休)

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

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、かえって体に悪影響を与えてしまうなどの心配もあります。今受けている治療に不安などがあるときには、そのことを医師に伝えて話し合ってみましょう。



薬の飲み合わせや、もらいすぎに注意しましょう

薬の飲み合わせによっては、副作用を生じることがあります。お薬手帳を活用しましょう。

薬が余っているときは、医師や薬剤師に相談しましょう。



日頃から体調管理を行いましょ

日頃の生活習慣を見直すことは、生活習慣病の予防に繋がります。適切な「睡眠習慣」「食習慣」「運動習慣」を身につけ、病気になりにくい身体づくりをしましょう。手洗い、うがいを習慣づけ、風邪やインフルエンザ等の予防に努めましょう。

また、定期的に健診を受けることで、病気の早期発見・早期治療に繋がります。

40~74歳の国保加入者は無料で特定健診を受けることができますので、積極的に受診しましょう。

子どもの医療費適正化にご協力ください

お子さまが病気や怪我をしたときに、安心して医療機関等を受診していただけるよう、自己負担額の助成制度を実施しております。

医療費助成制度を維持していくために、医療機関の適正な受診にご協力ください。

左側に記載の「医療機関・薬局の受診等にあたってご留意いただきたい点について」に加え、以下のことを心がけることが大切です。

子ども医療電話相談について

夜間・休日にお子さん（概ね15歳未満の子ども）の急な病気等で心配になったら、「子ども医療電話相談」をご利用ください。小児科医師・看護師からお子さんの症状に応じた適切な対処の仕方などのアドバイスが受けられます。

シャープ
8000
子ども医療電話相談
ダイヤル回線からは
Tel 017-722-1152

相談時間
平日 : 18時~翌朝8時
土曜 : 13時~翌朝8時
日曜祝日 : 8時~翌朝8時
※ 8/13、12/29~1/3は日曜祝日と同じ



ジェネリック医薬品を利用してみませんか？

そもそも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）の特許が切れた後に製造・販売される薬のことで、さらに新薬と有効成分や効能・効果が同等と厚生労働省が認めた薬のことで



ジェネリック医薬品利用のメリットは？

- ・特許の切れた新薬を元に作られた薬のため、開発コストが少ない分、価格が安く抑えられます。
- ・窓口で支払うお金が少なくなり、家計に優しくなります。
- ・医療費の節約につながります。

ご不明な点は
医師・薬剤師に
ご相談ください

注意点

- ・全ての薬にジェネリック医薬品があるわけではありません。
- ・医療機関や薬局によっては、取り扱っていない場合があります。
- ・病状や治療内容によって、ジェネリック医薬品への変更が望ましくない場合があります。
- ・ジェネリック医薬品へ切り替える際は、必ず医師・薬剤師へ相談するようにしてください。



ジェネリック医薬品があるお薬で先発医薬品の処方を希望した場合は特別料金が発生します。

リフィル処方せんはご存じですか？



リフィル処方せんとは？

同じ処方せんで最大3回まで繰り返し使用できる処方せんのことです。

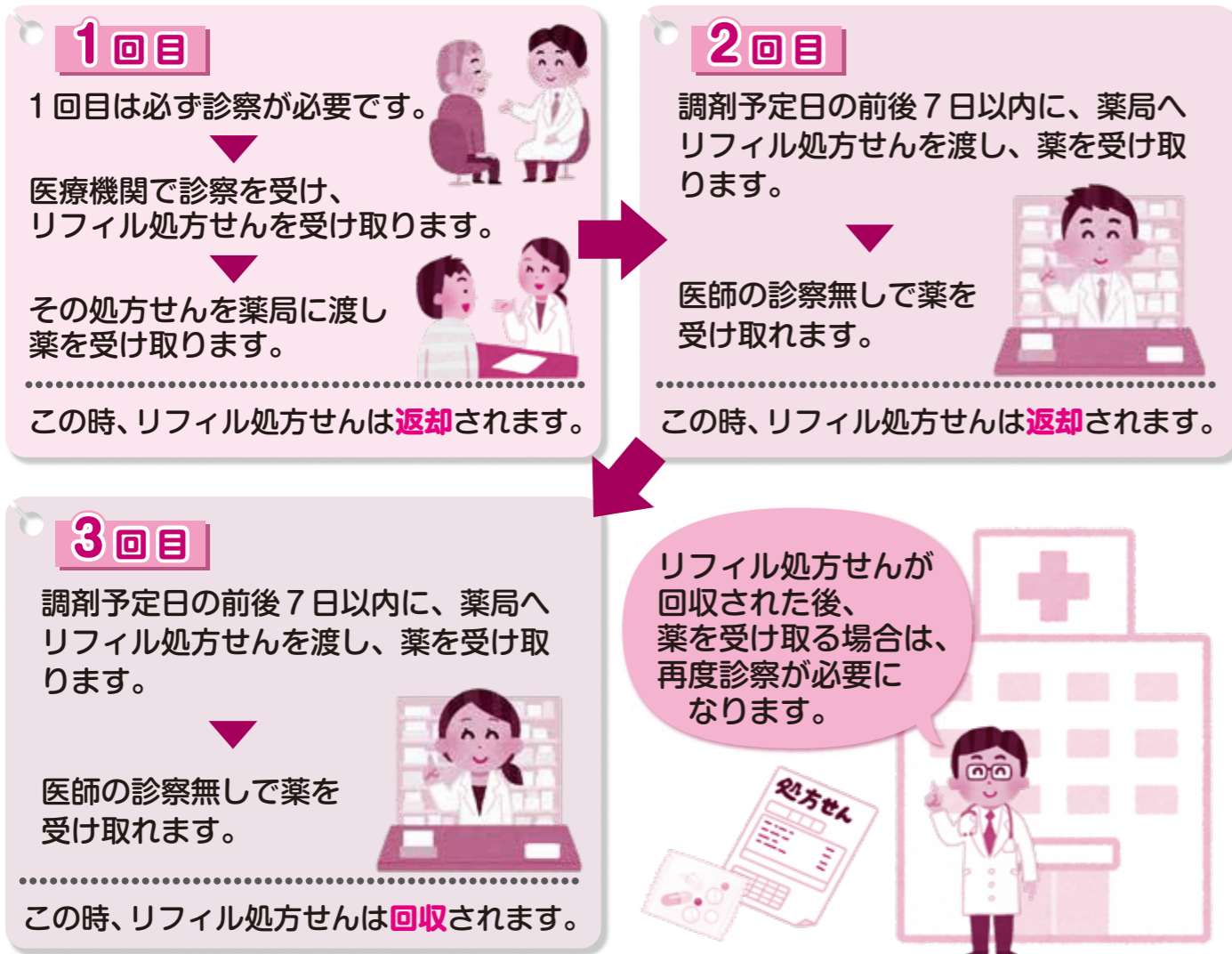
リフィル処方せんを利用するメリットは？

- ・医師の診察を受けなくても薬局で薬を受け取ることができます。
- ・医療機関へ行く必要がなくなり、患者の負担が軽減されます。
- ・医療費の軽減にもつながります。

注意点

- ・リフィル処方せんが使用できない薬があります。
- ・あなたの症状が安定していて、医師がリフィルによる処方可と判断しなければ利用できません。
- ・調剤の期間が決められており、その期間外では薬を受け取れません。
- ・新薬、向精神薬、湿布薬など一部のお薬は処方できません。
- ・リフィル処方せんを使用できる場合、回数(2回か3回)が記載されます。

【例】



バイオシミラーについて



バイオ医薬品とは

バイオ医薬品は、バイオテクノロジーを応用して生産されたタンパク質を有効成分とする医療薬です。

バイオシミラーとは

バイオシミラーとは、バイオ医薬品の特許が切れた後に、他の製薬会社が製造・販売する医薬品で、先行バイオ医薬品と同じように使うことができます。

バイオシミラーを使うメリット

- ・バイオ医薬品やバイオシミラーは、今までは治療が難しかった病気への効果が期待されています。
- ・バイオシミラーは原則として、特許が切れたバイオ医薬品の70%の値段になるため、経済的負担の軽減が期待されています。

バイオシミラーを希望される方は、医師・薬剤師へご相談ください

ポリファーマシーにご注意ください！

そもそもポリファーマシーとは？

色々な種類の薬をたくさん飲んでいることで、薬の副作用などの有害事象を引き起こすことです。

ポリファーマシーを防ぐためには

- ・おくすり手帳を一冊にまとめ、今あなたが飲んでいる薬の全体が分かるようにしましょう。
- ・かかりつけ医やかかりつけ薬局(薬剤師)をもち、薬の情報を共有しましょう。
- ・薬は医師の指示どおりに服薬しましょう。
- ・その他、市販薬やサプリメント、健康食品なども影響する場合があります。相談する際にはこれらの情報も共有するようにしましょう。

