





# 療養費について



次のような場合で、医療費等の全額を支払ったときは、申請し、審査で決定すれば、自己負担分を除いた額が払い戻されます。

なお、医療費等を支払った翌日から起算して2年経過すると、時効により申請ができなくなりますので、ご注意ください。



## 申請に必要なもの

- 国民健康保険被保険者証
- 世帯主名義の通帳
- マイナンバーがわかるもの
- 領収書



※その他、申請の種類により必要なものが異なります。詳細については、国保年金課へお問い合わせください。

- 1 不慮の事故や旅先で急病になり、保険証を持たずに診察を受けたとき
- 2 医師が治療上必要と認めたコルセットなどの補装具代がかかったとき
- 3 国保を扱っていない施術所で、はり・灸・マッサージなどの施術を受けたとき
- 4 骨折やねんざなどで国保を扱っていない柔道整復師の施術を受けたとき
- 5 手術などで輸血に用いた生血代がかかったとき
- 6 海外渡航中に診療を受けたとき（治療目的の渡航は除く）



# 新型コロナウイルス感染症の影響による国民健康保険税の減免について

新型コロナウイルス感染症の影響により、次の要件を満たす方は、申請により、国民健康保険税が減免となります。

減免の対象となる方	①新型コロナウイルス感染症により、主たる生計維持者が死亡しまたは重篤な傷病を負った世帯の方 ②新型コロナウイルス感染症の影響により、主たる生計維持者の収入減少が見込まれる世帯の方	保険税を全額免除 保険税の一部を減額
保険税が一部減免される具体的な要件	世帯の主たる生計維持者について、(1)～(3)のすべてに該当すること。 (1) 事業収入・不動産収入・山林収入・給与収入のうち、いずれかの収入が前年に比べて10分の3以上減少する見込みであること。 (2) 前年の合計所得金額が1,000万円以下であること。 (3) 収入減少が見込まれる種類の所得以外の前年の所得の合計額が400万円以下であること。 ※申請にあたっては、上記の収入を証明する書類が必要となります。	
令和4年度分の申請期限	令和5年3月31日	



ご自身が減免の対象となるか、申請に必要な書類は何か等、減免にかかる詳細については、まずは国保年金課へお問い合わせください。

# ポリファーマシーにご注意ください!

(薬の飲みすぎによる副作用等)



## ポリファーマシーについて

多くの薬を服用しているために、副作用を起こしたり、きちんとお薬が飲めなくなっている状態をいいます。

高齢になると、複数の病気を持つ人が増え、受診する医療機関が複数になることも、薬が増える原因となります。

## お薬の数が増えると副作用が起こりやすくなるので注意が必要です

特に、高齢になると肝臓や腎臓の働きが弱くなり、薬を分解したり、体の外への排泄に時間がかかるようになります。また、薬の数が増えると、薬同士が相互に影響しあうこともあり、薬が効きすぎてしまったり、効かなかったり、副作用が出やすくなったりすることがあります。

75歳以上の4割は5種類以上の薬を使っています。高齢者では、使っている薬が6種類以上になると、副作用を起こす人が増えるというデータもあります。

## ポリファーマシーを防ぐために

- ・おくすり手帳は1冊にまとめ、飲んでいる薬の全体が把握できるようにしましょう。
- ・かかりつけ医、かかりつけ薬局（薬剤師）をもち、飲んでいる薬の情報を共有してもらいましょう。
- ・薬は医師の指示どおりに飲みましょう。
- ・新しい薬が追加されたり、薬が変わったりした時は、体調に変化がないか注意しましょう。
- ・気になる症状（ふらつき、めまい等）がある時は、かかりつけ医、かかりつけ薬局（薬剤師）に相談しましょう。
- ・市販薬やサプリメント、健康食品も影響することがあります。相談の際は、おくすり手帳とともに、これらの服用情報も伝えましょう。



# 令和5年度市民健診の申込受付がはじまります

市民健診申込書は3月下旬から対象者のいる世帯に郵送します。詳細は「令和5年度市民健診べり帳」または市ホームページでご確認ください。

市では、特定健康診査と国の指針に定めているがん検診（胃、大腸、肺、子宮頸、乳）を実施しています。これまで、集団健診会場にて、青森県総合健診センターによる前立腺がん検診を実施しておりましたが、国の指針に基づき、令和5年度より実施しないことにいたしましたので、ご了承ください。

申込期限は  
令和5年  
4月19日(水)です。  
忘れずに  
申し込んでね!

