



医療費の適正化のご協力について

● 錦江町国民健康保険に加入の方へ

錦江町の国民健康保険が負担する医療費は、年々被保険者数が減少する中、年々増加の傾向にあります。平成 25 年度は一人当たり 37 万円程度の医療費になる計算です。

加入者の皆さん一人ひとりが、日頃から健康に気をつけて生活していただくことが、医療費の適正化につながっていきます。国民健康保険に加入されている皆さんが安心して医療を受けられる制度を維持していくため、ご理解とご協力をお願いします。

医療費節約に関する 4 つのお願い

①健康づくりの輪をひろげましょう

運動や食事のバランスに気をつけ、日頃から健康への意識を持ちましょう。

②重複受診は控えましょう

自己判断で複数の医療機関を掛け持ちすると、同じような検査を繰り返し、薬も二重、三重にもなることになってしまいます。

これは、医療費がかかるばかりでなく、体に負担もかかります。まずは、かかりつけ医に相談しましょう。

③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とは、低価格なのに、安全性や効き目は新薬と同等と厚生労働省が認めている薬です。費用は平均で 3 割以上、中には 5 割以上安くなる場合もあります。

治療上、ジェネリック医薬品が適さない場合もありますので、まずは、医師や薬剤師に相談してください。

④医療費通知を確認しましょう

年 6 回、世帯で受診された医療費をお知らせしています。かかった費用の 7～9 割は保険者である町が負担しています。

医療費に関心を持ち、どのくらい医療費がかかっているか確かめましょう。

北朝鮮人権侵害問題啓発週間をご存知ですか？

総務省は、12 月 4 日～ 10 日までの 7 日間を「人権週間」、続いて 10 日から 16 日までを「北朝鮮人権侵害問題啓発週間」と定め、それぞれの週間について広く国民の間に関心と認識を深めてもらうため広報活動を中心に各種行事を展開しています。

本町におきましても、秋まつり会場で、署名活動等のお願いやパネル展示等を行っていますので、拉致被害者の情報提供や署名活動にご協力ください。

【お問い合わせ先】 錦江町役場保健福祉課 TEL 0994 - 22 - 3042

「生涯設計セミナーの開催」について

日 時	平成 26 年 10 月 24 日 (金) 午後 1 時 30 分から
場 所	鹿屋市大手町 1 番 1 号 リナシティかのや (鹿屋市市民交流センター 2F 情報研修室)
講 師	中村ももえ 社会保険労務士事務所・特定社会保険労務士 独立行政法人 高齢・障害・求職者雇用支援機構 高齢者雇用アドバイザー 中村 ももえ 氏
定 員	40 名
参加対象者	県内に居住する 55 歳以上の高齢者
参加申込	事前の申し込みが必要ですので下記の【問い合わせ先】までご連絡ください。
参加申込締切	10 月 17 日 (金)

【問い合わせ先】

- ①公益社団法人 鹿児島県シルバー人材センター連合会 TEL 099-206-5422 FAX 099-206-5410
- ②公益社団法人 錦江町シルバー人材センター TEL 0994-28-3444 FAX 0994-28-3445