

上手な医療のかかり方

医療機関を受診する際の正しい「知識」をもつことは、自身の身体への負担や経済的負担の軽減につながります。

かかりつけ医を持ちましょう

かかりつけ医とは、日常的な病気の診療や健康相談などができる身近なお医者さんのことです。

自分が信頼できると感じた医師を「かかりつけ医」と呼ぶことができます。

かかりつけ医を持つメリット

●病気の早期発見・早期治療につながる

日頃の状態を把握しているかかりつけ医であれば、ちょっとした体調の変化に気づき、病気の早期発見が可能になります。

●必要に応じて適切な医療機関を紹介してもらえる

紹介状なしで大病院(ベッド数200床以上)を受診すると初診料に加えて特別料金がかかってしまいます。



はしご受診は控えましょう

はしご受診とは、同じ病気やけがで複数の医療機関を受診することです。

はしご受診のデメリット

●同じような検査や投薬が繰り返され体に負担がかかる

検査や薬の重複により、体に負担がかかったり、副作用を引き起こすリスクがあります。また、複数の医療機関にかかるたびに初診料や検査費用がかかり医療費が高額となってしまいます。

●治療法が確立されず療養期間が長引く

医療機関をかえるたびに治療がスタート地点に戻ってしまうため、結果的に症状の回復が遅れたり、治療期間が長引く恐れがあります。

緊急時以外の時間外受診は控えましょう

休日や夜間に受診すると割増料金がかかり、医療費が高額になります。緊急時以外ではできるだけ診療時間内に受診するよう心がけましょう。

休日・夜間に
受診するか
迷ったら

子ども医療電話相談事業 #8000

毎日:午後7:00~翌午前8:00まで

全国統一の短縮番号 #8000を押すと相談窓口へ転送され、症状に応じた適切なアドバイスを受けられます。



お問い合わせ ● 企画総務グループ 018(883)1841

健康保険 あどた

2023

7

vol.150

職場内で

掲示・回覧
をお願いします!



メルマガ会員募集中

健康保険の最新情報を毎月無料でお届けします!

登録は協会けんぽ
ホームページから行
うことができます!
スマホでもOK⇒



協会けんぽ 秋田支部データ

令和5年2月末現在の確定値
()内は対前年同月比

事業所数	16,314社 (△165社)
被保険者数	193,569人 (△8,051人)
被扶養者数	106,301人 (△7,492人)
平均標準報酬月額	255,296円 (7,467円)

協会けんぽ 秋田

検索



全国健康保険協会 秋田支部
協会けんぽ

発行

全国健康保険協会(協会けんぽ)秋田支部

秋田市旭北錦町5-50シティビル秋田 TEL 018-883-1800(平日8:30-17:15)



整骨院・接骨院（柔道整復師） のかかり方について

柔道整復師による施術には、健康保険の対象となる場合とならない場合があります。

健康保険が使える場合

- 急性などの外傷性の打撲・捻挫及び挫傷（肉離れなど）
- 骨折・脱臼

※骨折・脱臼の場合は、応急処置を除いて医師の同意が必要です。

健康保険が使えない場合

- 単なる肩こり、筋肉疲労
- 病気（神経痛、リウマチ、関節炎、五十肩など）からくる痛み・こり
- 仕事や通勤途上におきた負傷 など

施術内容等について お尋ねすることがあります

協会けんぽでは、整骨院・接骨院で施術を受けた方に、負傷原因等を文書で確認させていただく場合があります。健康保険の適正な運営のため、ご協力をお願いいたします。

詳細はこちらをご覧ください



お問い合わせ ● 業務グループ

018(883)1800

ジェネリック医薬品軽減額通知 を送付します

協会けんぽでは、令和5年度も対象の加入者の皆様へ、ジェネリック医薬品に変更した場合のお薬代の軽減見込み額をお知らせします。

この機会にジェネリック医薬品への切り替えをぜひ、ご検討ください。

対象となる方

- 主に慢性疾患（喘息、リウマチ等）などの先発医薬品を長期間服用されている方
- ジェネリック医薬品に切り替えることで、お薬代の自己負担軽減額が一定以上見込まれる方

※全ての加入者に通知されるものではありません。

お知らせの時期（予定）

- 1回目の通知 令和5年8月下旬頃
- 2回目の通知 令和6年1月下旬頃

※加入者（被保険者）の方の住所へ直接お送りします。

※同一世帯内に複数の通知対象者がいる場合は、別々の封筒でお送りします。



お問い合わせ ● 企画総務グループ

018(883)1841

保険証の回収・返却にご協力を お願いします

資格のない保険証を使用してしまうと、後日保険給付した医療費を返還していただくこととなりますので、資格のない保険証は、必ず速やかにご返却ください。

保険証を使用できる期間

- 従業員の皆様（被保険者）
退職日まで
- ご家族様（被扶養者）
就職で自身が被保険者となる日の前日まで
別居や離婚で生計が別となる日の前日まで
収入が増え、扶養の範囲内ではなくなった日の前日まで

お問い合わせ ● レセプトグループ

018(883)1892

〈能代市からのお知らせ〉 のしろ健康21健康展を開催します

◆日時

7月29日（土） 受付時間 10時15分～14時30分

◆会場

イオンタウン能代

◆内容

健康に関する測定・体験コーナーの設置や会場内のウォーキング等を予定しています。

お問い合わせ先 ● 能代市健康づくり課 健康増進係

0185-58-28838