

Information

4 お薬の新しい受け取り方 はじまりました

- 国の制度として、令和4年4月から「リフィル処方せん」が導入されました。
 - 例えば、長いあいだ同じ薬を飲んでいるなど病状が安定し、通院をしばらく控えても大丈夫と医師が判断した場合が対象です。
 - 医療機関で処方せんを毎回もらわず、同じ処方せんを薬局で最大3回まで繰り返し使用できる仕組みです。
- 詳しくは、医師にお聞きください。



特設サイトを
ご覧ください

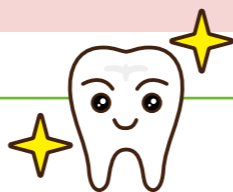


※投薬量に限度のある医薬品や湿布薬はリフィル処方せんにできません



column

5 むし歯の出来方と予防法



むし歯の発生は、食べ物、バクテリア(細菌)、宿主(歯など生体側の要因)、これら三つの要因が揃って、始めてに至るといふ Keyes(カイス)の三つの輪による説明は良く知られています。

砂糖を食べると、歯垢の中に棲む細菌が砂糖(グルコース、フルクトースなどでも同様)を分解してこれを酸に変え、その結果、歯垢のpHが低下しpH5以下になります。

一方、歯の表面を覆うエナメル質はヒドロキシアパタイトとよばれるリン酸カルシウムでできています。これは体の中で一番硬い組織ですがpHが約5.5より低くなると急激に溶け出します。

このようにして歯が酸で溶かされることが、むし歯の直接の原因となります。

普通の食事をして歯垢のpHは5.5より低くなります。それゆえ、1日に3回の食事のたびに歯垢のpHは5.5以下に低下して、歯が溶かされ、むし歯になってしまう理屈になります。

しかし、食事のときには唾液が多く分泌されます。すると、歯垢中の酸は唾液の成分(重炭酸塩など)で中和され、歯垢のpHは徐々に上昇してきます。そこで、歯から溶けだして歯垢の中にあっただリン酸とカルシウムは、歯の表面に再び沈着し、歯が修復されます。唾液の中にもリン酸とカルシウムが多く含まれていますから、これらも歯に沈着して、歯を修復します。

それゆえ、1日に3回の食事だけをしている限り、簡単にむし歯になるわけではありません。

ところが、食事の間に間食をすると、歯が修復される間もなく歯垢の中で再び酸がつくれ、歯垢のpHが低下して歯が溶け続け、ついには、歯の修復が追いつかなくなって、初期のむし歯が発生することになります。

むし歯の予防には、歯磨きは当然必要ですが、食べ物をどのように食べるかも非常に重要になってきます。

だらだら間食をすることが、むし歯の原因になりますので、間食は、なるべく少ない回数で、時間を決めて食べましょう。

一般社団法人宮城県歯科医師会 地域保健部会 副部会長 鈴木 宏明

編集後記

最後までお読みいただきありがとうございます！
秋がきましたね。私は涼しくて過ごしやすいこの季節が一年で一番元気になると思います。

今年の秋は普段歩かない場所を散歩したり、読書をしたり、カフェ巡りなどしたいなあと思っています。サンマに栗にさつまいも…旬な食材を取り入れた料理を作って、美食の秋を楽しむのもいいですね。(^^)

季節の変わり目ですので、体調管理にはお気を付けてください。

次回号もお楽しみに！



メルマガでだてっこみやぎでは健康保険に関する最新情報を配信しています。ぜひご登録ください



編集・発行

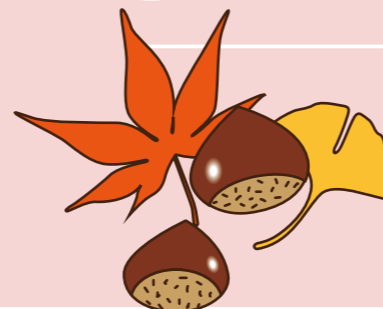
全国健康保険協会 宮城支部
企画総務グループ
〒980-8561
宮城県仙台市青葉区国分町 3-6-1
仙台パークビル 8階
Tel.022-714-6851
Fax.022-714-6857



だてっこみやぎ

協会けんぽ

令和4年10月 53



こんにちは！協会けんぽ宮城支部です

定禅寺通りのケヤキ並木も綺麗な赤や黄色に染まり、秋の深まりを感じる季節となりました。芸術の秋、スポーツの秋にちなんで、新しいことにチャレンジしてみるのもいいかもしれません！今回は健康に関する知って役立つ情報をたくさん掲載してまいります！

1 令和4年度 被扶養者資格再確認のご協力をお願い

協会けんぽでは、毎年度、被扶養者資格の再確認を実施しております。

10月上旬から11月上旬にかけて順次「被扶養者状況リスト」をお送りいたしますので、被扶養者資格をご確認いただき、同封の返信用封筒にてご提出いただきますようお願いいたします。

～被扶養者資格の再確認は、加入者みなさまの保険料負担の軽減につながる大切な確認となりますので、ご理解とご協力をお願いいたします～

令和4年度の予定

■確認の対象となる方

令和4年4月1日において18歳以上の被扶養者(協会管掌健康保険)

※すべての被扶養者が上記に該当しない場合は、再確認の必要がありませんので、事業主の方へ被扶養者状況リストはお送りいたしません。

■送付時期

令和4年10月上旬から11月上旬にかけて順次送付いたします。

■提出期限 令和4年11月30日(水)

■添付書類について

下記に該当する場合、事実を証明する書類の提出をお願いいたします。

- 被保険者と別居している被扶養者 → 仕送りの事実と仕送り額が確認できる書類
- 海外に在住している被扶養者 → 海外特例要件に該当していることが確認できる書類

■扶養から外れる被扶養者の方がいる場合

再確認の結果、被扶養者から外れる場合は、被扶養者状況リストに同封の被扶養者調書兼異動届と、該当する方の保険者証を添えて、協会けんぽへご提出をお願いいたします。

■令和3年度の実績

- 扶養解除者数 約7.3万人
- 高齢者医療制度への負担軽減額(効果額) 約9億円

被扶養者再確認について
詳しくはこちら



2 被扶養者(ご家族)様へ

まちかど健診をおすすめください!

「インセンティブ(報奨金)制度」により、被保険者様のみならず、被扶養者(ご家族)様の健診受診率向上が宮城支部全体の健康保険料率の上昇の抑制につながります。

年に一度使える健診費用の補助をぜひご利用いただきますよう、被扶養者(ご家族)様にも健診受診をお勧めください。

被扶養者(ご家族)様の健診受診促進にご理解ご協力をお願いいたします。



ショッピングやお出かけついでに
手軽に受けられる

まちかど健診

昨年度に引き続き、令和4年度も以下のとおり開催する予定です。
被扶養者(ご家族)様にぜひおすすめください。

- 待ち時間なし
…予約制のため待ち時間はありません!
- 健診費用無料
…協会けんぽが健診費用を全額負担します!
- 気軽に受診
…お出かけついでに受診できます!

《令和4年度 まちかど健診予定表》

開催月	会場
令和4年11月	夢メッセみやぎ (仙台市宮城野区港3丁目1-7)
令和4年12月	大崎市民会館 (大崎市古川北町5丁目5-1)
令和5年1月	ザ・モール仙台長町 (仙台市太白区長町7丁目20-3)
令和5年2月	イオンモール名取 (名取市杜せきのした5丁目3-1)
令和5年2月	イオンモール石巻 (石巻市茜平4-104)
令和5年2月	白石市 (会場未定)



日程・会場が確定になり次第、
宮城支部のホームページへ
予約先等の詳細を掲載いたします!



登録はこちら↓

★協会けんぽ宮城支部のメールマガジンでも最新の情報をお伝えするのでぜひご登録ください!
※属性は加入者(被扶養者)で登録してください。



お問い合わせ先 ▶▶▶ 協会けんぽ宮城支部 保健グループ Tel.022-714-6854

3 第三者による行為が原因で保険証を使用する場合は… 協会けんぽに「第三者行為による傷病届」 の届出が必要です



第三者行為による傷病ってなに?

第三者(加害者)の故意または過失によってケガや病気をすることです。

例えばこんなときに該当します

交通事故にあったとき



他人に暴力を
振られたとき



他人の犬に
噛まれたとき



どうして届出が必要なの?

第三者による行為が原因でケガや病気をした場合、本来その医療費等は加害者側が負担することになりますが、
保険証を使用した場合については、協会けんぽがその一部を立て替えて医療機関等に支払うことになります。

この立て替えた医療費を後日、加害者に請求するにあたり、加害者や加害者の加入している損保会社等の情報等が必要となるため、「第三者行為による傷病届」の届出をお願いしております。

被害者



2 届出



協会けんぽ

※年齢や所得により負担割合(額)が異なる場合があります。

1 医療機関を受診し、窓口負担分
(3割※)の医療費を支払う

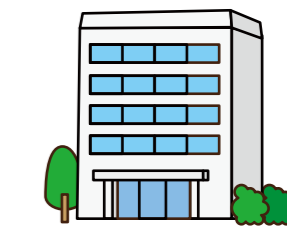
3 残りの医療費を
一時的に立替え

4 立替えた分を加害者へ請求

医療機関



加害者



(加害者の加入する損保会社等)

▲仕事や通勤途中のケガの場合、保険証は使用できませんので、ご注意ください。

第三者行為による傷病届
について、詳しくはこちら

お問い合わせ先 ▶ 協会けんぽ宮城支部 レセプトグループ Tel.022-714-6853

