



医療費を節約する 3つのポイント

正しい受診で
お財布にやさしく



ちょっとした工夫や意識で医療費は節約できます。また、小さな節約が保険料上昇の抑制にもつながります。今回は医療費を節約する3つのポイントをご紹介します。

1

かかりつけ医を持ちましょう

かかりつけ医を
持つメリット

✓ 医療費の節約

同じ病気でもいくつもの医療機関を受診しなくなるため、余分な医療費がかかりません。



✓ 病気の予防、 早期発見・治療

日頃の状態をよく知っているかかりつけ医であれば、体調の変化にも気づきやすいため、病気の予防、早期発見・早期治療につながります。

✓ 症状に応じた専門家の 紹介がスムーズ

かかりつけ医は必要に応じて適切な医療機関を紹介してくれます。

※紹介状なしで大病院を受診すると、7,000円以上の特別料金が発生する場合があります。

2

ジェネリック医薬品を活用しましょう

ジェネリック
医薬品の特徴

✓ お薬代の節約

ジェネリック医薬品は、先発医薬品の特許期間が過ぎた後、同じ有効成分を利用して開発されます。そのため、開発期間やコストが抑えられることにより、お薬代が安くなります。

✓ 飲みやすい

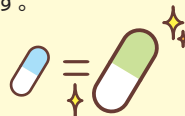
ジェネリック医薬品には、先発医薬品よりも飲みやすく工夫されたものがあります。例：剤形の変更、製剤の小型化、味(苦み等)の改良

前より小さい!



✓ 効果・品質・安全性は 先発医薬品と同等

ジェネリック医薬品は、効き目や安全性が先発医薬品と同等であると厚生労働省が認めたお薬です。



※お薬によっては、ジェネリック医薬品が発売されていないものもあります

※現在一部のジェネリック医薬品におきまして、供給不足や欠品が生じており、切り替えを希望されても難しい場合があります。切り替えを希望される方は、医師や薬剤師にご相談ください。

3

セルフメディケーションを実践しましょう

セルフ
メディケーション
実践のポイント

✓ 健康診断や人間ドックを受けて、自身の健康状態を知る

✓ 「適度な運動」「バランスの良い食事」「禁煙」

「十分な睡眠時間をとる」など生活習慣を見直す

✓ かぜなどの軽い不調の時は、市販薬(OTC医薬品)を活用する

「セルフメディケーション」とは、日頃から自分の健康状態を知って、生活習慣を見直したり市販薬(OTC医薬品)を活用したりするなど、自分自身で健康管理や病気の予防・対処を行うことです。

健診で

要治療

要精密検査

と判定された方

自己判断
せずに

医療機関へ受診を!

自己流で改善
しようと思う

今のところ
症状がないから……

健康には自信が
あるから大丈夫!

生活習慣病は、自覚症状がないまま進行していきます。
ある日突然、病気が発症する前に……!

事業所様へのお願い

- 「要治療」または「要精密検査」となった従業員全員へ必ず医療機関を受診するようお声がけをしていただくとともに、医療機関を受診しやすくなるよう業務上の配慮をお願いいたします。
- 対象の方には愛知支部の委託機関(株式会社エム・エイチ・アイ)より事業所へお電話することがありますので、その際は対象の方へお取次ぎくださいますようお願いいたします。

協会けんぽより

健診結果の血圧・血糖・脂質等の項目において、「要治療」または「要精密検査」と判定され、医療機関の受診が確認できなかった方に、受診を呼びかけるご案内をお送りしています。

ご本人の重症度
を示す内容です



マイナ保険証で
より良い医療を
受けることが
できます。

過去のお薬情報や健康診断の結果を見られるようになるため、**身体の状態や他の病気を推測**して治療に役立てることができます。
また、**お薬の飲み合わせや分量を調整**してもらうこともできます。
ぜひマイナ保険証をご利用ください。



詳しくは厚生労働省Webサイトで
ご確認ください。

マイナンバーカード 保険証利用 検索



よく覚えていない
内容もあるから
助かるわね



全国健康保険協会 愛知支部
協会けんぽ

〒450-6363 名古屋市中村区名駅1-1-1 JPタワー名古屋23階

申請書の提出は郵送で
ご利用ください。
郵便番号と
宛名のみでOK!



052-856-1490 (代表)

受付
時間

8:30~17:15

土・日・祝日・
年末年始を除く