

# 協会けんぽ みやざき

2022.7  
vol.142  
みなさんで  
回覧(掲示)  
してください

## 医療保険制度を守るために ～ 上手な医療のかかり方 ～

### ポイント1

## かかりつけ医を持つ

「かかりつけ医」とは、日常的な病気の診断や健康管理などができる身近な医師のことです。

- 同じ医師に継続して診てもらうことにより、**病歴、体質、生活習慣等を把握・理解した上での治療やアドバイス**が受けられます。
- 詳しい検査や高度な医療が必要と診断された場合には、**適切な大病院や専門医を紹介**してもらうことができるので安心です。



### ポイント2

## かかりつけ薬局・薬剤師を持つ

- 薬の副作用やアレルギーの有無などを継続的に記録できます。
- 複数の医療機関で処方されている薬の重複や飲み合わせをチェックしてくれます。
- 薬に関することを気軽に相談できます。

### ポイント3

## 緊急時以外は平日昼間に受診しよう

本来、休日や夜間は緊急性の高い重症患者や入院患者に対応する時間帯です。この時間帯の自己都合による安易な受診は、**自己負担の増加だけでなく、医療スタッフの負担**になるとともに**本当に治療が必要な方の治療の機会を奪うこと**になりかねません。やむを得ない場合以外は、診療時間内に受診するようにしましょう。

(3割負担の場合)		医療機関		調剤薬局
		初診料	再診料	-
休日 加算	日・祝	+750円	+570円	調剤技術料の <b>1.4倍</b> を加算
時間外 加算	おおむね8時前と 18時以降、土曜日は 8時前と12時以降	+260円 (+690円)*	+200円 (+540円)*	調剤技術料と <b>同額</b> を加算
深夜 加算	22時～翌6時	+1,440円	+1,260円	調剤技術料の <b>2倍</b> を加算

医療機関を診療時間外に受診すると、原則、加算がついて負担が増えます。

注) 上記加算は診療報酬改定により変更されることがあります。

\* ( )内は救急病院などの場合の額です。

### ポイント4

## 子ども医療電話相談を活用しよう

子ども医療電話相談事業【#8000事業】とは

- 保護者の方が、休日・夜間のこどもの症状にどのように対処したらよいのか、病院を受診した方がよいのかなど判断に迷ったときに、小児科医師・看護師に電話で相談できるものです。
- この事業は全国同一での短縮番号#8000をプッシュすることにより、お住まいの都道府県の相談窓口へ自動転送され、小児科医師・看護師からお子さんの症状に応じた適切な対処の仕方や受診する病院等のアドバイスを受けられます。







「特に症状はないから大丈夫」こそ  
**危険な落とし穴**

# 医療機関を受診しましょう

## ☆お知らせ☆

協会けんぽでは、生活習慣病予防健診の結果、**血圧・血糖値の項目**で**要治療**と判定されたにもかかわらず医療機関を受診されていない方へ、ハガキやお電話等で受診をお勧めしています。

### 受診勧奨の対象者

生活習慣病予防健診受診者のうち、下記の数値に該当する方

収縮期血圧	拡張期血圧	空腹時血糖	HbA1c(NGSP値)
160mmHg 以上	100mmHg 以上	126mg/dL 以上	6.5% 以上

\* 健診受診前1か月および受診後3か月以内に医療機関を受診していない方

### 受診勧奨のハガキ

**あなたの健康を守るために、医療機関へ早めの受診をお勧めします。**

あなたの血圧は **168** mmHg / **94** mmHg

あなたの空腹時血糖(またはHbA1c)は **12.8** mg/dL

**このままの状態を放置すると、動脈硬化が進行し、心疾患や脳血管疾患などの重大な病気を引き起こす危険性が高まり、健康的な生活を送ることが出来なくなる恐れがあります。**

このようなハガキをご自宅にお送りしています。



\* 受診確認のために、保健師からお勧め先にご連絡差し上げる場合がございます。

### 危険な落とし穴とは

高血圧・高血糖を放置すると、動脈硬化が進行し、心疾患や脳血管疾患などの重大な病気を引き起こす危険性が高まり、健康的な生活を送ることが出来なくなる恐れがあります。

是非、職場でも、受診の必要な方に、受診しやすい環境づくり、声掛けをお願いします。

### ハガキを受け取った方へ

何科を受診するか迷われる場合は、内科の受診をご検討ください。

「みやざき医療ナビ」で医療機関の検索ができます。

[みやざき医療ナビ](#) [検索](#)

要治療者の医療機関受診は、インセンティブ制度（皆様の取組を保険料率に反映させる制度）の評価指標にもなっており、宮崎支部の健康保険料率にも反映されます。

**全国健康保険協会 宮崎支部** 協会けんぽ 宮崎 [検索](#)

〒880-8546 宮崎市橘通東1-7-4 第一宮銀ビル5階  
TEL 0985-35-5364 FAX 0985-35-5393

自動音声でご案内します

- 案内①業務（給付、保険証、任意継続など）
- 案内②保健（健診、特定保健指導など）
- 案内③レセプト（レセプト、第三者行為（交通事故等））
- 案内④企画総務（保険料率、健康宣言など）

**保険証を使用できるのは退職日までです！**

従業員本人だけではなく、扶養家族も含めて退職日の翌日から使えません。保険証は扶養家族も含めて必ず返却してください。

令和4年度は2月を除く毎月発行予定です。