



協会けんぽ

沖縄支部からのお知らせ



2024年 8月号

職場内で回覧・掲示を
お願いします

医療保険の未来のために

上手な医療のかかり方

「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等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・理解したうえでのアドバイス**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。



いきなり大病院を受診すると特別料金がかかるってほんと？

本当です。紹介状なしで大学病院等の大病院を受診すると、診察料に加えて7,000円以上の特別料金がかかります。



「紹介状」なしの場合

診察料 + 特別料金
7,000円以上
(全額自己負担)

「紹介状」ありの場合

診察料

かかりつけ医の先生！
紹介状書いてくれて
ありがとうございます！



「はしご受診」って、どういふかかり方のことをいうの？

同じ病気やケガで複数の医療機関を受診することを「はしご受診」といいます。



はしご受診は、**受診のたびに初診料や同じような検査料等がかかり、検査による体への負担や医療費がかさみます。**また、同じような作用の薬を毎回処方されることによる薬の重複や複数の薬の飲み合わせにより、副作用等を引き起こす場合もあります。

3回でこんなに
ちがうんだ！



3割負担の場合	同じ医療機関を3回受診した場合	3つの医療機関をはしご受診した場合
1回目	初診料 870円 +検査料等	初診料 870円 +検査料等
2回目	再診料 230円	初診料 870円 +検査料等
3回目	再診料 230円	初診料 870円 +検査料等
合計	初診・再診料 1,330円 +検査料等	初診料 2,610円 +検査料等×3

緊急時以外は平日昼間に受診しよう



休日や夜間に受診すると負担が増えるってほんと？

本当です。医療機関や薬局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。



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。

こども医療電話相談 【#8000】を活用しよう

全国どこからでも【#8000】をプッシュすると、お住まいの都道府県の相談窓口へ転送され、小児科の医師や看護師が対応してくれます。

※利用できる時間帯は、都道府県によって異なります。詳しくは、子ども医療電話相談事業#8000のサイトをご覧ください。

今年度の健診の受診(予約)はお済みですか？

今年度の健診の受診(予約)はもうお済みでしょうか？
予約を後回しにしているとご希望の健診機関・日程で予約が取りづらくなります。
まだ健診を受けていない従業員さまには、事務ご担当者さまからのお声がけをお願いします。

従業員さま(35歳～74歳までの被保険者)の場合

協会けんぽの「生活習慣病予防健診」を受診(予約)しましょう！

予約から
受診までの
流れ

STEP ①
生活習慣病予防健診実施機関一覧(協会けんぽ沖縄支部HP)から希望の健診機関を選ぶ

STEP ②
選んだ健診機関に電話して「協会けんぽの生活習慣病予防健診を予約したい」と伝える

STEP ③
当日持参するもの等健診機関の指示に従い受診する



生活習慣病
予防健診の詳細、
実施機関はこちら

ポイント

- ①2023年度から自己負担額を引き下げ！
自己負担額最高**5,282円**で健診が受けられる。
- ②定期健康診断に置き換えることができる
生活習慣病予防健診なら定期健康診断(事業者健診)の検査項目を満たしているため、事業所の定期健康診断として利用できる。
- ③定期健康診断より検査項目が充実
メタボリックシンドロームとともに、5大がん(肺・胃・大腸・子宮・乳房)までカバー。
(※乳がん検診、子宮頸がん検診は年齢指定あり)
- ④無料サポート「特定保健指導」が受けられる
健診の結果、メタボリスクのある方は、健康管理のプロ、保健師・管理栄養士が生活習慣改善をサポート。
- ⑤2024年度から付加健診の対象年齢を拡大！(40歳、50歳に加え、45歳、55歳、60歳、65歳、70歳も対象に)
肝臓、胆のう、腎臓といった腹部の臓器の様子を調べるための腹部超音波検査や、高血圧・動脈硬化などを見つける手がかりとなる眼底検査といった、より詳細な健診が受けられます。



健診全般に関するお問い合わせ先 保健グループ(☎098-951-2011)

「協会けんぽマイナンバー専用ダイヤル」をご利用ください

協会けんぽでは、**9月2日(月)**から「協会けんぽマイナンバー専用ダイヤル」を開設します。「マイナ保険証」、「資格情報のお知らせ」、「資格確認書」や「オンライン資格確認」等に関するお問い合わせは、「協会けんぽマイナンバー専用ダイヤル」をぜひご利用ください。

協会けんぽ
マイナンバー専用ダイヤル

電話番号 **0570-015-369**

開設時間：8時30分～17時15分(土日祝日を除く)

※マイナンバー制度やマイナンバーに関する一般的なお問い合わせは、国のマイナンバー総合フリーダイヤル(0120-95-0178)をお願いします。

※協会けんぽマイナンバー専用ダイヤルは下記22か国語でのお問い合わせに対応しています。

【対応言語】 英語、中国語、韓国語、スペイン語、タガログ語、ポルトガル語、ベトナム語、タイ語、インドネシア語、ネパール語、ビルマ語、フランス語、ドイツ語、イタリア語、ロシア語、マレー語、クメール語、モンゴル語、シンハラ語、ヒンディー語、ベンガル語、ウルドゥー語



全国健康保険協会 沖縄支部

協会けんぽ

<https://www.kyoukaikenpo.or.jp/shibu/okinawa/>

〒900-8512

※この郵便番号は個別番号であるため、宛先住所の記入が省略できます。

☎098-951-2211(代表)

受付時間/8:30～17:15(土日祝日・年末年始を除く)



※各種申請はすべて郵送でお手続きができます。

※申請書は協会けんぽのホームページからダウンロードできます。