

# 適正な受診や健康づくりなどを 心掛けて国保の医療費の抑制を！

■若いときからの健康づくりが大切です

昨年度から、「若者（わっかもん）健診」がスタートし、国民健康保険加入者で20～39歳の皆さんも、特定健診（国保加入者で40～74歳が対象）と同じ内容の検査を受けられるようになりました。病院で受けければ約8,500円が必要な内容を、1,000円で受診できます。

●自覚症状のない生活習慣病

若者健診、特定健診、後期高齢者健診では、体格や血圧、糖代謝、脂質などさまざまな項目を調べ、生活習慣病の危険性を調べることができます。若者健診・特定健診は1,000円、後期高齢者健診は800円で受診できます。

生活習慣病は長年の習慣などが原因ですが、自覚症状のないまま進行するのが特徴です。まずは健診を受けましょう。

●健診希望調査票の提出はお済みですか？

4月1日（火）の行政区配布で、健診希望調査票をお送りしています。調査票の提出がお済みでない人は、町総合保健福祉センターまたは町住民生活課まで提出をお願いします。

4月1日（火）以降、国保に加入した人で、健診の申し込みを希望する人は、お問い合わせください。

■薬代が安くなるジェネリック医薬品の活用を

ジェネリック医薬品とは、先発医薬品の特許期間が過ぎた後に販売が許可される医療用医薬品です。

研究開発に掛かる費用が少なくて済むことから、先発医薬品よりも安く提供でき、先発医薬品と同様の安全基準を満たしている信頼できるものです。

ジェネリック医薬品に切り替えることで、薬代が3～5割程度安くなる人が多いようです。特に高脂血症、高血圧、糖尿病といった生活習慣病や慢性疾患の治療薬は、継続的な服用が必要となる場合が多いので、ジェネリック医薬品に変更することにより、自己負担額を減らす効果が大きくなります。

国保に加入している皆さんには、ジェネリック医薬品に切り替えた場合、1か月間でどのくらい安くなるかを試算した通知を年に2回送付しています。ぜひ参考にしてください。

国保には、皆さんの国保税により支えられています。医療費が増加すると、国保税も引き上げなくてはなりません。ジェネリック医薬品を活用していただくと、医療費の増加が抑えられ、国保税の上昇抑制も期待できますので、ご協力をよろしくお願いします。

●医療保険財政の健全な運営のためご協力を

国保は、皆さんの国保税により支えられています。

医療費が増加すると、国保税も引き上げなくてはなりません。ジェネリック医薬品を活用していただくと、医療費の増加が抑えられ、国保税の上昇抑制も期待できますので、ご協力をよろしくお願いします。

▼お問い合わせ先  
町住民生活課

☎096・234・1113  
(内線106)

## 健康づくり啓発の「肥後にわか」 動画をホームページで公開中！

町では、国民健康保険の財政健全化への取り組みの1つとして、町職員による「肥後にわか劇」での啓発劇を制作しました。



本劇は、町民の皆さんに分かりやすい形で医療費の削減や生活習慣の改善などに取り組んでいただくきっかけとするために、町職員が企画・脚本・撮影・編集を全て手掛けて制作したものです。

町内の行政区で国保財政の健全化に関して説明する座談会などで上映し、ご自身の医療費削減や健康増進について考えていただくようご紹介しました。町公式サイト (<http://www.town.kosa.kumamoto.jp/>) で動画も公開しています。

また、本劇のDVDは、町教育委員会社会教育課で貸し出しているほか、各行政区にも配布していますので、地域でご活用ください。

町ではこれからも、国保財政の健全化に抜本的に取り組んでいきます。皆さんのご理解とご協力をお願いします。

※写真は、メタボリックシンドロームの予防に適度な運動を勧めるシナリオ②「過ぎたるは及ばざるがごとし」の一場面。