



医療費の節約にご協力を！



～短期財政の健全化にご協力ください～

近年、医療費の増加傾向が続いており、現在大変厳しい財政状況にあります。ちょっとした心がけで節約できる医療費があります。共済組合の安定的な運営のため、皆さんには以下のことをご理解いただき適切な受診にご協力をお願いいたします。



かかりつけ医を持ちましょう

かかりつけ医は、日頃から組合員や家族の皆さんとお付き合いすることで、これまでにかかった病気などの診療内容や検査記録が蓄積されているので、適切な判断のもと最適な治療が受けられます。また、他の診療科や総合病院での受診が必要であればかかりつけ医に紹介してもらえます。



夜間や休日診療を控えましょう

急病などのやむを得ない場合を除き、診療時間内に受診するようにしましょう。
(時間外加算があるため窓口負担も高額になります。)

子どもの急病で心配な時の電話相談

休日や夜間の子どもの急病のときに、緊急に受診すべきかどうかのアドバイスがもらえます。

子どもの救急ダイヤル **#8000** (携帯電話からの使用可)

一般ダイヤル回線 **0742-20-8119**

平日	18:00 ~ 翌朝8:00
土曜日	13:00 ~ 翌朝8:00
日・祝	8:00 ~ 翌朝8:00



はしご受診はやめましょう

医療機関を変更すると、その都度初診料がかかります。また、同じような検査が繰り返されたり、同じような処置や薬を処方されることとなるため、医療費の無駄が生じるばかりか、体にも負担となります。



おくすり手帳を活用しましょう

おくすり手帳を一冊にまとめることにより、いろんな医療機関から出ているお薬の飲み合わせや副作用歴・アレルギーを薬剤師がチェックするので、お薬による健康被害を未然に防ぐことができます。

また、薬が余っている時は、お医者さんや薬剤師さんに相談しましょう。



ジェネリック医薬品を上手に活用しましょう

ジェネリック医薬品は、新薬(先発医薬品)と同じ有効成分、同じ効能・効果があり、安全性においても同等の医薬品です。ジェネリック医薬品は先発医薬品の約2～7割程度の価格となり、皆さんの自己負担額の軽減、また短期(医療)財政の改善につながります。ジェネリック医薬品を希望する場合は、病院などを受診した際に医師に相談するか薬局で薬剤師に相談してください。



整骨院・接骨院(柔道整復師)にかかるときは負傷原因を正確に伝えましょう

整骨院や接骨院などの柔道整復師は医師ではないことから、健康保険の適用範囲は制限され、すべての施術に健康保険が適用されるわけではありません。整骨院・接骨院(柔道整復師)の施術を受ける際には、負傷の原因を正確に伝えましょう。(※詳しくは17頁参照)



交通事故にあつて、組合員証等を使って治療を受けたときは共済組合に届出をしましょう

交通事故など第三者の行為によって、ケガなどをしたときの医療費は、原則、加害者が支払うべきものですが、届出をすれば、組合員証・被扶養者証を使って医療を受けることができます。この場合、共済組合が負担した分を後で加害者に請求しますので、必ず、速やかに共済組合保険課に届け出てください。



健診を受けて健康管理をしましょう

病気の発見が遅れると病気が進行してしまうだけでなく、治療期間が長くなり医療費の負担も増します。定期的に健診を受けて、必要があれば詳しい検査を受けたり治療をして健康管理に役立ててください。