



スマイルなんぶ通信 No.75

「なんぶ健康会議」に関わる課・組織が情報をお伝えします。今回は「国保年金係」です。

医療費の節約について

皆さん、医療費の節約について何か取り組んでいますか？

医療費は受診の仕方です節約ができます。そこで、今回は医療費節約のポイントを簡単に紹介したいと思います。



その① 後発医薬品（ジェネリック医薬品）の使用

先発医薬品に比べ薬価が安いにもかかわらず、品質、安全性と有効性が変わらないため、ジェネリックを使用することで自己負担額も節約できます。医師・薬剤師に相談してみましょう。

その② かかりつけ医で受診する

紹介状なしで大病院を受診すると、保険診療の自己負担とは別に特別料金がかかります。まずは、かかりつけ医を受診し、必要な時は紹介状を頂いた上で、大病院を受診すると余計な支払いが生じません。

その③ はしご受診をしない

医療機関を最初に受診するときには割高な初診料がかかります。次々と医療機関を替えると、そのたびに初診料がかかって医療費が高額になってしまい、治療の遅れにもつながりかねません。

その④ お薬手帳の活用

お薬手帳を使うことで薬の重複や飲み合わせによる副作用を防ぎます。薬局に提示すると調剤料が安くなるメリットもありますので、1冊のお薬手帳に服用している薬の情報をまとめておくことが大切です。また、薬を飲み切れずに余った場合は、医師・薬剤師に相談しましょう。

その⑤ 年に1度は健診を

病気を早期に発見、早期の治療が医療費の抑制につながります。



正しい受診をして、医療費の節約に努めましょう！！



スマイルなんぶ



～健康・長寿、日本～を目指して～

毎月15日は「スマイルなんぶの日」