

新しくなる

健保と医療の

しくみ



平成18年10月から

医療制度改革スタート

医療は賢く受けよう
薬と上手につき合おう

将来にわたり存続できるしくみをつくるために

医療制度改革が始まります



急速な高齢化で老人医療費はふえつづけ、少子化によって支え手は減る一方……。日本の医療システムは破綻の危機を迎えつつあります。日本が誇ってきた皆保険制度を守り、将来にわたって存続できるしくみをつくるために、医療制度の抜本的な改革が、今年の10月から段階的に実施されます。多方面にわたる改革のなかから、健康保険の給付や医療費の自己負担など、みなさんに影響の大きい部分を紹介します。

主な改革のスケジュール〈目次〉

平成18年10月

- 70歳未満の自己負担限度額が変わる **医療費負担** …… 3
- 70歳以上の現役並み所得者は3割負担 **医療費負担** …… 3
- 70歳以上の自己負担限度額が変わる **医療費負担** …… 4
- 療養病床に入院する70歳以上の食費と居住費が健保給付外に **医療費負担** …… 4
- 出産育児一時金・埋葬料が変わる **健保の給付** …… 5

平成19年4月

- 出産手当金・傷病手当金が引き上げ **健保の給付** …… 6
- 標準報酬の上限・下限が拡大 **保険料・給付の計算** …… 7
- 標準賞与額の上限が変わる **保険料計算** …… 7

平成20年4月

- 新しい高齢者医療制度が始まる …… 8
- 小学校就学前の子どもの医療費自己負担が引き下げ **医療費負担** …… 10
- 保険料率の上限が1000分の100に **保険料・給付の計算** …… 10

- 医療は賢く受けよう …… 11
- 薬と上手につき合おう …… 14



平成18年
10月から

医療費の負担が変わる

平成18年9月まで

所得の区分	高額療養費の自己負担限度額 (下記の金額を超えた分が払い戻される)
上位所得者 (月収56万円以上)	13万9800円 + (総医療費 - 46万6000円) × 1% 〈7万7700円〉
一般	7万2300円 + (総医療費 - 24万1000円) × 1% 〈4万200円〉

平成18年10月から

所得の区分	高額療養費の自己負担限度額
上位所得者 (月収53万円以上)	15万円 + (総医療費 - 50万円) × 1% 〈8万3400円〉
一般	8万100円 + (総医療費 - 26万7000円) × 1% 〈4万4400円〉

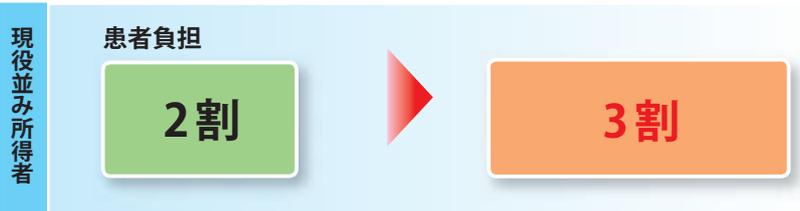
- * 上記にある「総医療費」とは1カ月間の医療費総額を指します。
- * 〈 〉内の金額は多数該当の場合です。多数該当とは、直近12カ月に同一世帯で高額療養費の支給が4カ月あった場合、4カ月以降の限度額が引き下げられるものです。
- * 低所得者（住民税非課税）の自己負担限度額は、変更ありません。

1 70歳未満の自己負担限度額が変わる

健康保険で医療を受けたとき、1カ月の自己負担が限度額を超えた場合は、超えた分の一部が健康保険から払い戻してもらえます。これが「高額療養費制度」です。その限度額が10月から変わります。「上位所得者」の範囲も月収56万円以上から、53万円以上になります。上位所得者の人工透析については、自己負担限度額が1万円から2万円に変わります。なお、平成19年4月から、入院の場合、一医療機関ごとの窓口での支払いは自己負担限度額までとなります。

平成18年9月まで

平成18年10月から



★「現役並み所得者」とは…

月収28万円（サラリーマンの場合）、課税所得145万円以上の高齢者をいいます。年収ベースでは、以下のような基準になります。

	平成18年8月まで	平成18年9月から
高齢者夫婦2人世帯	約620万円以上	約520万円以上
高齢者単身世帯	約480万円以上	約380万円以上

- * 上表は健康保険の場合。老人保健と国民健康保険は平成18年8月から適用。

2 70歳以上の「現役並み所得者」は3割負担に

70歳以上の医療費患者負担は、所得区分が一般の人と低所得の人は1割、「現役並み所得者」は2割となつていますが、10月から、「現役並み所得者」は3割になります。また、平成20年4月には、70〜74歳の自己負担が見直されることになっていきます（9ページ参照）。

平成18年9月まで

所得の区分	自己負担限度額	
	通院 (個人ごとに)	通院+入院 (世帯ごとに)
現役並み 所得者※1	4万200円	7万2300円+ (総医療費-36万1500円) × 1% 〈4万200円※2〉
一般	1万2000円	4万200円

平成18年10月から

所得の区分	自己負担限度額	
	通院 (個人ごとに)	通院+入院 (世帯ごとに)
現役並み 所得者※1 ※3	4万4400円	8万100円+ (総医療費-26万7000円) × 1% 〈4万4400円※2〉
一般	1万2000円	4万4400円

- ※1…現役並み所得者については3ページ下段参照。
- ※2…〈 〉内の金額は多数該当の場合です。
- ※3…公的年金控除の縮小や高齢者控除の廃止などにより、新たに現役並み所得者になる70歳以上の人は、2年間、自己負担限度額が「一般」に据え置かれる経過措置が設けられています。



3 70歳以上の自己負担限度額が変わる

平成18年10月から、70歳以上の自己負担限度額も変わります。なお、低所得者（住民税非課税）の自己負担限度額は変更ありません。

平成18年
9月まで

平成18年
10月から

食事の自己負担 (食材料費相当) 2.4万円	食事の自己負担 (食材料費・調理コスト相当) 4.2万円
医療費の自己負担 1割 (所得区分が一般・低所得者) 2割 (現役並み所得者)	居住費の自己負担 (光熱水費相当) 1.0万円
	医療費の自己負担 1割 (所得区分が一般・低所得者) 3割 (現役並み所得者)

- *金額は厚生労働省の試算。10月からの食費や居住費の負担額は、患者と病・医院との契約により決まります。
- *医療の必要性の高い患者の場合は、従来の負担どおりです。また、低所得の人は、食費・居住費の負担が軽減されます。

療養病床に入院する70歳以上の自己負担は、医療費の1割と食事代の一部（材料費相当）ですが、10月から食費の負担が見直されるとともに、新たに居住費を負担します。介護保険で療養病床に入院する人に対しては、平成17年10月からこの負担方式がとり入れられており、それに合わせたものです。厚生労働省では、1カ月あたりの自己負担は3万円程度ふえるとしています。平成20年4月からは、療養病床に入院する65〜69歳もこの負担方式となります。

4 療養病床に入院する70歳以上は食費と居住費が給付外に

平成18年
10月から

健康保険の 給付が変わる

■ 出産育児一時金が引き上げられる

平成18年9月まで

1児につき **30万円**

平成18年10月から

1児につき **35万円**

※双子では2人分、三つ子では3人分支給されます。

出産育児一時金が35万円 に引き上げられます

正常な妊娠・出産は病気ではないので、検査や分娩のために医療機関にかかっても健康保険は使えません（異常分娩などは健康保険でかかれます）。その代わり、健康保険の被保険者が出産したときには出産育児一時金が、被扶養者である家族が出産したときは家族出産育児一時金が支給されます。これまで一児につき30万円が支給されていましたが、10月から35万円に引き上げられます。

★妊娠85日以降であれば、早産、死産、流産にかかわらず出産とみなされ、出産育児一時金の支給対象となります。

埋葬料が定額5万円になります

健康保険の被保険者が亡くなったときは、埋葬を行った家族に埋葬料が支給されます。これまで標準報酬月額額の1カ月分（最低10万円）が支給されていましたが、10からは5万円の定額になります。

また、被扶養者である家族が亡くなったときに、被保険者に支給される家族埋葬料も変わります。これまで10万円が支給されていましたが、10月からは5万円になります。

家族以外による 埋葬料も変更

亡くなった被保険者に家族がいない場合、埋葬を行った人に、埋葬にかかった費用（霊柩代、霊柩車代、火葬料、葬式の供物代、僧侶の謝礼など。葬儀の飲食代などは除く）が埋葬料として支給されます。これまでは亡くなった被保険者の標準報酬月額額の1カ月分が上限でしたが、10月から5万円になります。

平成18年9月まで

被保険者の埋葬料

標準報酬月額額の1カ月分
(10万円未満の場合は10万円)

被扶養者の埋葬料

10万円

平成18年10月から

被保険者・被扶養者の埋葬料

5万円

平成19年 4月から

健康保険の給付が変わる

出産手当金、傷病手当金の支給額が 標準報酬日額の3分の2に変わります

被保険者が出産のために会社を休み、給与の支払いを受けなかつたときに支給される「出産手当金」と、被保険者が病

気やけがの療養のために仕事を休み、給与の支払いを受けられないときに支給される「傷病手当金」が引き上げられます。現在は、欠勤1日につき標準報酬日額（7ページ参照）の60%が支給されますが、平成19年4月から、ボーナスを反映させた水準として標準報酬日額の3分の2になります。



* 出産手当金・傷病手当金の支給期間は…

出産手当金… 出産日以前42日（予定日から遅れた場合は出産予定日）から出産日後56日の期間。双子以上の場合、出産日以前の支給期間は98日。

傷病手当金… 4日以上休んだ場合の4日めから支給されます。その前の3日間は継続して休んでいることが条件です。支給期間は1年6カ月です。

■ 出産手当金・傷病手当金が引き上げられる

平成19年3月まで



平成19年4月から



* 仕事を休んでも会社から給与が支払われている間は、出産手当金・傷病手当金とも支給されません。ただし、給与が手当金より少ない場合は差額が手当金として支給されます。

平成19年 4月から

任意継続被保険者への出産手当金と 傷病手当金の支給が廃止されます

現在は、任意継続被保険者になった人に対しても、支給条件を満たせば傷病手当金と出産手当金が支給されていますが、平成19年4月からは廃止されます。また、現在、1年以上の被保険者期間のある人が、退社後6カ月以内に出産した場合は出産手当金が支給されています（資格喪失後の継続給付）が、こちらも平成19年4月から廃止されます。

平成19年
4月から

保険料計算が変わる

■平成19年4月から標準報酬等級表が変わる

平成19年
4月から

平成19年
3月まで

等級	等級	標準報酬		報酬月額	
		月額 (円)	日額 (円)	(円以上)	(円未満)
1		58,000	1,930	~	63,000
2		68,000	2,270	63,000 ~	73,000
3		78,000	2,600	73,000 ~	83,000
4		88,000	2,930	83,000 ~	93,000
5	1	98,000	3,270	93,000 ~	101,000
6	2	104,000	3,470	101,000 ~	107,000
7	3	110,000	3,670	107,000 ~	114,000
8	4	118,000	3,930	114,000 ~	122,000
9	5	126,000	4,200	122,000 ~	130,000
38	34	750,000	25,000	730,000 ~	770,000
39	35	790,000	26,330	770,000 ~	810,000
40	36	830,000	27,670	810,000 ~	855,000
41	37	880,000	29,330	855,000 ~	905,000
42	38	930,000	31,000	905,000 ~	955,000
43	39	980,000	32,670	955,000 ~	1,005,000
44		1,030,000	34,330	1,005,000 ~	1,055,000
45		1,090,000	36,330	1,055,000 ~	1,115,000
46		1,150,000	38,330	1,115,000 ~	1,175,000
47		1,210,000	40,330	1,175,000 ~	

標準報酬の上限と下限が
拡大されます

健康保険の保険料は、被保険者が受ける給与などの報酬から決められます。その際の事務作業を簡素化するため、幅をもたせて区分した「標準報酬等級表」に一人ひとりの収入をあてはめ、1カ月の報酬として計算しています。これを「標準報酬月額」といいます。現在、39等級となっていますが、平成19年4月から上限と下限が4等級ずつ拡大され、47等級になります。

「標準報酬月額」とは、標準報酬月額を30で割ったもので（1円の単位は四捨五入）、出産手当金や傷病手当金を計算するときの基礎になります（6ページ参照）。

■標準賞与額の上限が変わる

平成19年3月まで

ボーナス1回あたり
200万円

平成19年4月から

ボーナス年間合計
540万円

標準賞与額の上限が
年間540万円になります

被保険者はボーナスからも保険料を負担しています。ボーナスの1000円未満を切り捨てた額を「標準賞与額」とし、これに健保組合が設定した保険料率を乗じて、保険料が計算されます。現在、健康保険の標準賞与額（それ以上ボーナスをもらっても保険料は変わらない金額）はボーナス1回あたり200万円ですが、平成19年4月からは、上限が「その年度のボーナス合計額540万円」に変わります。ボーナスから保険料が引かれるのはボーナスが1年に3回までの場合です（※）。

※1年に4回以上支給される場合は、賞与ではなく報酬とみなされ、毎月の保険料計算の基礎に組み込まれます。

平成20年
4月から

今の高齢者医療のしくみでは、ふえつづける老人医療費を支えきれないのは明らかです。そこで現在の老人保健制度に代わる新しい制度づくりが急がれてきました。その新制度が平成20年4月からスタートします。

高齢者医療のしくみが新しくなります

●75歳以上は後期高齢者医療制度

75歳以上の人と、65歳以上の寝たきりの人は、「後期高齢者医療制度」に加入します。これは独立した医療制度で、75歳になったらそれまで加入していた医療保険から離れ、この制度に加入することになります。全市町村でつくる都道府県単位の広域連合が運営にあたります。

財政面では、患者負担以外の部分は、公費（5割）と健保組合などからの支援金（4割）が当てられます。あとの1割は、75歳以上の本人が納める保険料です。

●65～74歳は前期高齢者医療制度

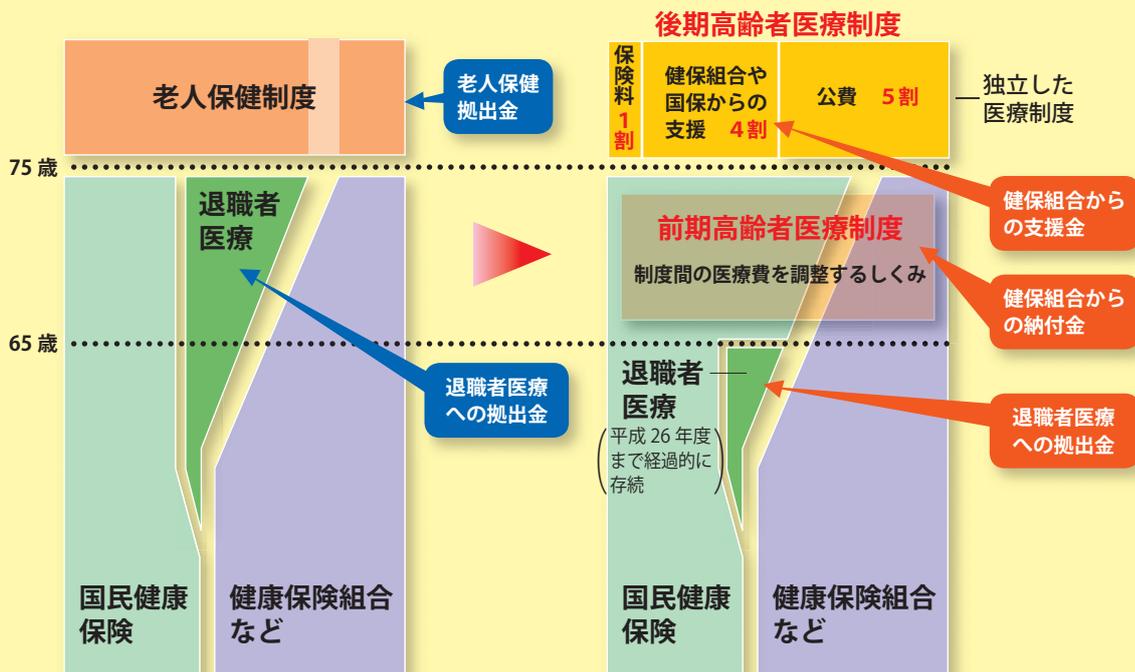
65～74歳の人は、それまでの医療保険に加入したまま、「前期高齢者医療制度」に加入します。これは健康保険や国民健康保険などの制度間にみられた財政負担の不均衡を調整するために創設されるものです。

新しい高齢者医療制度でも健保組合に重い負担が

現在、各健保組合は老人医療と退職者医療を支えるために、拠出金を負担しています。新制度では老人保健拠出金が廃止される代わりに、新たに後期高齢者医療制度への支援と、前期高齢者医療制度には財政調整のための支出が求められます。さらに、平成26年度までは65歳未満の退職者を対象にした退職者医療制度が残るため、これを支えるための拠出金も負担しなくてはなりません。

平成20年3月まで

平成20年4月から



※フキダシは健保組合が負担する部分。

平成20年
4月から

新しい高齢者医療制度のスタートにともない

70～74歳の医療費負担が2割になります



■ 70～74歳の医療費の自己負担 (所得区分が一般と低所得者)



今回の改正で、平成18年10月から70歳以上で「現役並み所得者」の医療費自己負担が、それまでの2割から3割に引き上げられることになりました(3ページ参照)。平成20年4月からは、所得区分が「一般」「低所得者」に該当する70～74歳の人の負担割合が、1割から2割に引き上げられます。また、下記のように「一般」の人は自己負担限度額も変わります。

これにより、75歳以上1割、70～74歳2割(いずれも所得区分が一般の人と低所得者の場合)、70歳以上の現役並み所得者3割となります。なお、70歳未満は3割で変更ありません。

■ 70～74歳の自己負担限度額 (所得区分が一般の場合)

平成18年10月～平成20年3月まで		
所得の区分	通院+入院 (世帯ごとに)	
	通院 (個人ごとに)	
一般	1万2000円	4万4400円

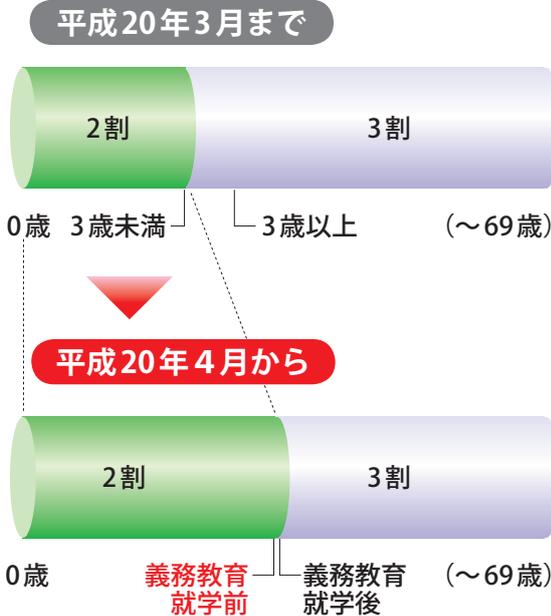
平成20年4月から		
所得の区分	通院+入院 (世帯ごとに)	
	通院 (個人ごとに)	
一般	2万4600円	6万2100円 (4万4400円※)

※〈 〉内の金額は多数該当の場合。

平成20年
4月から

こんなところも 変わります

■乳幼児の医療費自己負担



*自治体の中には、独自で子どもの医療費自己負担の助成制度を設けているところが多くあります。義務教育が終わるまで対象にしている自治体もあるなど内容はさまざまです。お住まいの市区町村窓口にお問い合わせを。

小学校入学前の子どもの自己負担が引き下げられます

現在、乳幼児の医療費自己負担は、3歳未満が2割、3歳以上が3割となっています。平成20年4月からは、2割の対象が3歳未満から「義務教育就学前」までに延長されます。

保険料率の上限が1000分になります

平成20年度からは、保険料率の上限が変わります。現在は1000分の30〜1000分の95の範囲内で、各健保組合が財政状況によって設定していますが、平成20年4月からは保険料率の上限が引き上げられ、1000分の30〜1000分の100となります。

平成20年
4月から

健診でウェイトを測る!?

メタボリックシンドローム対策が本格的に始められます

医療制度改革のなかで、重要項目の一つにあげられているのが生活習慣病を予防すること。そのための方策として、平成20年4月から、40歳以上のすべての人が健康診断を受けられるようにし、健保組合などがそのデータを保有して、保健指導に活用することになりました。現在、厚生労働省では効果的で効率的な健診・保健指導の方法を検討中ですが、その最大のポイントとしているのが、メタボリックシンドロームの早期発見と改善です。これは、内臓脂肪型肥満に加え、「血圧高め」「血糖値高め」「中性脂肪高め」のうち二つ以上もつ人をいい、このような人は心筋梗塞や脳梗塞の危険性が格段に高まることになったからです。そこで、健康診断の項目に、「腹囲測定」が加えられそうです。おなかの気になる人は、さっそく自分で測ってみてはいかがでしょうか。



*おへその上で腹囲を測ります。男性85 cm以上、女性90 cm以上だと、内臓脂肪の蓄積が疑われます。

医療は賢く

医療の受け方次第で医療費にも差が生じます。「効率のよい受診で医療費は少なく」を心がけましょう。

受けよう

1 最初に受診するなら…

大病院よりまず小病院へ

急な発熱など、何かのつらい症状が出て初診で病院にかかるときは、混雑した大病院より、まずは近くの診療所や小さな病院にかかるのがおすすすめ。専門的な検査や治療の必要があれば、すぐに大病院あてに紹介状を書いてくれるでしょう。平成18年の3月まで、診療所の初診料は病院よりも高かったのですが、4月からは同額になりました。軽い病気で混み合った大病院にかかるメリットはありません。とくに紹介状を持たずに初診で200床以上の大病院にかかる、特別料金を求められることもあるのでご注意ください。

■今は病院・診療所の初診料は同じ

	以前は (平成18年3月まで)	現在は (4月から)
診療所	2740円	2700円
病院	2550円	



2

主治医以外の
意見を聞きたいときは…

セカンドオピニオンも 健康保険で

今の医療では、治療法に選択肢が生じることがめずらしくありません。たとえば、がん治療で「放射線治療も考えられるが、抗がん剤でいきましょう」といわれたときなど、主治医に従うのが一番なのか迷うケースもあるでしょう。そんなときに、主治医以外の医師の意見を聞くのが「セカンドオピニオン」です。4月の医療費改定では、セカンドオピニオンを申し出た患者に対し、ほかの医師が診断を下すのに必要な検査結果などの情報を提供した場合、主治医は5000円を算定できるようになりました。患者が主治医に遠慮することなく、セカンドオピニオンの希望を伝えやすくなるのがねらいです。

■通常の紹介料よりも高く設定

*いずれも健康保険が適用されます。

●通常の紹介では…

医師が、ほかの病・医院での検査や治療が必要と判断し、患者の同意を得て、診療状況を示す文書を作って紹介した場合に算定する。

診療情報提供料Ⅰ 2500円

●セカンドオピニオンの場合は…

主治医が、セカンドオピニオンを希望する患者や家族に対し、診療状況を示す文書を作り、治療計画、検査・画像診断の結果など、ほかの医師が助言するのに必要な情報を提供した場合に算定する。

診療情報提供料Ⅱ 5000円

医療は賢く受けよう

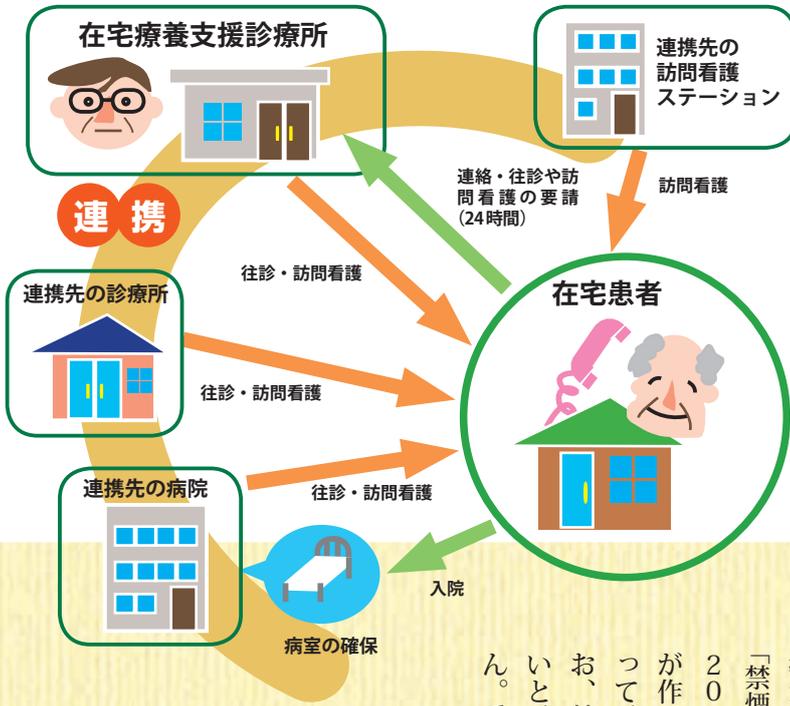
3 家での療養を可能にするための

在宅患者を24時間支える 在宅療養支援診療所

病状の安定した寝たきりの入院患者や、末期の患者の中には、「適切な医療サポートが受けられれば退院して家で生活できる」という人が多数います。こうした患者が家で療養できるように、4月から「在宅療養支援診療所」の整備が始められました。ほかの病・医院や訪問看護ステーションと連携しながら、24時間、医師や看護師が患者からの連絡に対応し、患者の求めに応じて24時間、往診や訪問看護ができる体制を整えた診療所です。容態悪化時に備え、その診療所か、連携先の病・医院に常時、病床を確保することになっています。こうした体制を整える代わりに、一般診療所に比べ、夜間の緊急往診の費用や、定期訪問による医学的管理の費用などを多く受け取れるようになっていきます。今後その数はふえるものと予想されます。

●在宅療養支援診療所の届出を行った診療所は、院内にその旨を掲示しています。

■連携して患者を支えるしくみ



*連携先の病・医院や訪問看護ステーションが、在宅療養支援診療所から依頼されて往診や訪問看護を行った場合、通常の往診や訪問看護よりも多く医療費を受け取れる。

4 やめたくてもやめられない喫煙者は…

健康保険で禁煙治療も

タバコは動脈硬化や、がんの原因として重大です。禁煙に挑戦しても何度も失敗してしまう理由としてニコチンへの依存があげられます。4月から、ニコチン依存症と診断された人への禁煙指導が、健康保険で受けられるようになりました。「禁煙を希望している」「1日の本数×喫煙年数が200以上」などを満たす人が対象で、専門学会が作成した「禁煙治療のための標準手順書」に沿って、5回のプログラムで指導が行われます。なお、禁煙に失敗した場合は、初回から1年たたないと、再度、保険によるこの指導は受けられません。受ける人は確実に成功させましょう。

■禁煙指導の医療費

*ニコチン依存症管理料。健保適用。

初回	2300円
2・3・4回	1840円
5回め	1800円

●禁煙指導を行う病・医院は、院内にその旨を掲示することになっています。

5 医療費の細かい内容がわかるように

病院の領収証で 医療費チェックを

4月から、すべての病・医院に「医療費の内容のわかる領収証」を患者に無料で交付することが義務づけられました。準備の間に合わない医療機関については、10月までにスタートすることになっています。「初・再診料」「入院料」「検査」「画像診断」「注射」など、項目ごとにとまとめた金額と、保険外の負担、合計額、患者負担額などが記載されます。厚生労働省では、「患者の求めがあれば、さらに詳細な医療費の内容がわかる明細書を発行するよう努めること（有料でもよい）」としています。

■医療費の内容のわかる領収証の例（1点は10円）

患者番号		氏名		請求期間（入院の場合）			
1234		元気健太郎 様		平成 年 月 日～平成 年 月 日			
受診科	入・外	領収書No.	発行日	費用区分	負担割合	本・家	区分
内	外	○×△	平成 年 月 日		30%	本人	
初・再診料	入院料等	医学管理等	在宅医療	検査	画像診断	投薬	
273 点	点	点	点	741 点	163 点	428 点	
注射	リハビリテーション	精神科専門療法	処置	手術	麻酔	放射線治療	
125 点	点	点	14 点	点	点	点	
食事療養		円					
選定療養等		その他		保険		保険（食事）	
				合 計 17440円			
				負担額 5230円			
				領収額合計 5230円			
				東京都○○区○○ ○-○-○		領収印	
				○○医院 ○○○○			

病・医院の領収証を もらったら…

まず医療費をチェックしましょう。また、次のようなときに役立つので、なくさないよう保管しましょう。

- 医療費の自己負担が高額になったとき、医療費控除の申告をする際に必要。
- 健保組合が医療費通知を出している場合は、領収書と照合してチェックができる。

6 小さな子どもがいる人は…

夜間・休日に 子どもを診る病院を知ろう

小児科は大きな病院も開業医も減少傾向。とくに夜間の緊急時に対応してくれる医師の不足は社会的な問題でもあります。4月の医療費改定では、その対策として病・医院が深夜（午後10時～午前6時）に6歳未満の乳幼児を診察した場合の加算が、それまでより1000円引き上げられ、6950円になりました。ほかにも、小児の通院医療・入院医療を充実させる改定が行われています。小さな子どもがいる人は自治体の広報紙などで夜間や休日に診療している医療機関を把握しておきましょう。

■6歳未満の子どもが深夜に受診すると

初診料 2700円
+
深夜加算 6950円
+
注射・薬代など

*上記には健康保険が適用されます。なお、多くの自治体では子どもの医療費の患者負担を助成しています。



を活用しよう

その基本知識をまとめました。



Q どんな薬？

A ブランド品と同じ成分。でも安い

新薬は出願から20〜25年たつと特許が切れ、ほかの製薬会社も同じ成分の薬を作れます。別の製薬会社で作った同じ成分の薬をジェネリック医薬品（後発医薬品）といいます。最大の利点は、開発費がかからないために価格が安いこと。主成分は同じでありながら価格は先発品の

2〜7割くらいといわれます。国では、国民医療費を抑制するために、ジェネリック医薬品の使用を促進しています。慢性病で長期間、薬を服用している人は、その薬にジェネリック医薬品があれば、そちらに変更すると医療費負担をかなり減らせる可能性があります。

つき合おう

病気治療に薬は欠かせません。安全に、そして効果を最大限に引き出すために、正しく使うことが大切。また、薬に対してもコスト意識をもちたいものです。

かかりつけ薬局をもとう

現在は、半数以上の病・医院が、院外処方（外の調剤薬局で薬を受け取る方式）です。かかりつけ薬局を一つ決めておくと、いろいろなメリットがあります。

こんなメリットが…

●薬のアレルギーなどを防げる

ほとんどの薬局では、患者ごとの薬歴簿を作り、処方した薬の内容を記録し保管しています。薬にアレルギーや副作用が出た場合、それを記録してもらえば、同じ薬が処方されても薬剤師が薬歴簿を参照してそれを発見でき、未然にアレルギーや副作用を防げます。

●薬の重複を防止できる

複数の病院にかかる場合、薬局を一つに決めておけば、同じ成分の薬が処方されても、薬剤師がそれを発見でき、同じ作用の薬の重複を防ぐことができます。

●何でも質問しやすい

薬について、医師より薬剤師のほうが質

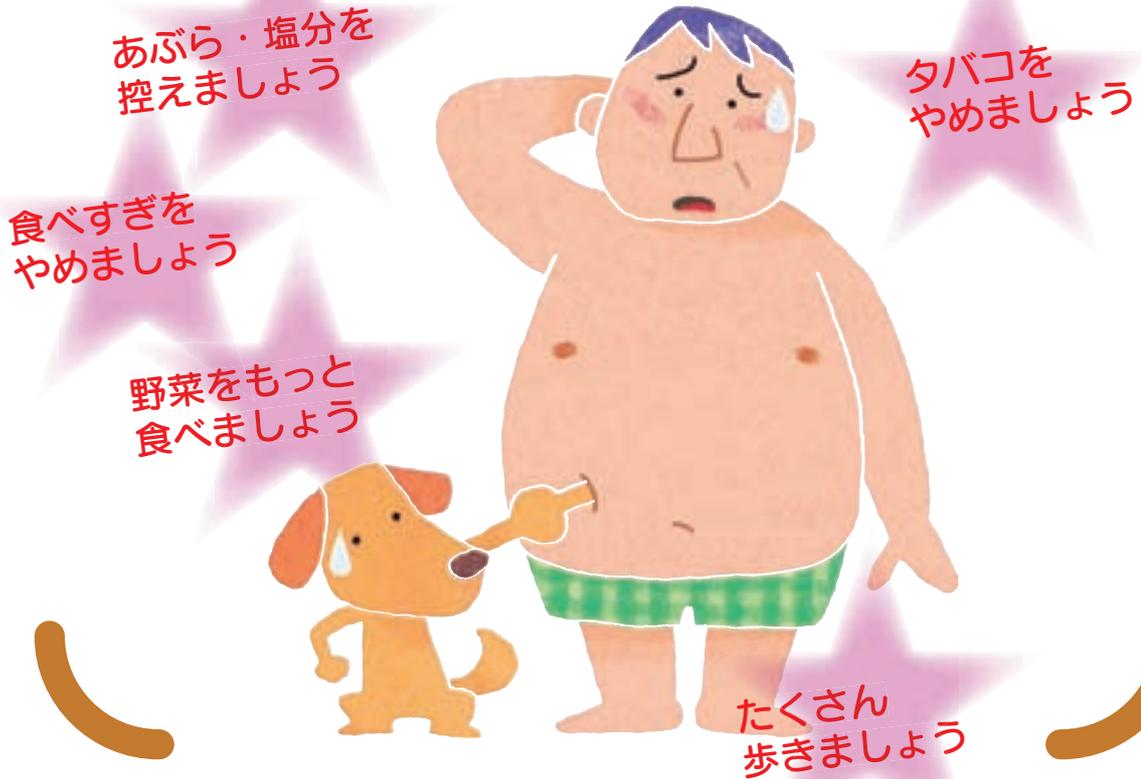
心筋梗塞や脳梗塞の予備群として、世間の注目を集めている「メタボリックシンドローム」。おなかにたまった内臓脂肪と、高血圧・高血糖・高中性脂肪がタッグを組んで、動脈硬化をどんどん進めます。あてはまる人は早く何とかしなくては……。

「メタボな人」とは…

- 1 おへその周囲が男性85cm以上、女性90cm以上
- 2 次の3つのうち2つ以上に該当する
 - 中性脂肪が150mg/dℓ以上、またはHDLコレステロールが40mg/dℓ未満
 - 収縮期血圧が130mmHg以上、または拡張期血圧が85mmHg以上
 - 空腹時血糖が110mg/dℓ以上

1に加え、2のうち2項目以上を満たす人がメタボリックシンドロームです！

メタボな人は生活変えよう



あなたの健康と暮らしを守る

リコー三愛グループ健康保険組合