



忘れていませんかワクチン接種!!

■MR（麻しん・風しん）予防接種

麻しん（はしか）・風しんの予防接種を次の対象者の人に通知しています。通知がきた人は必ず接種しましょう。3月31日を過ぎると有料になりますので、まだ接種が済んでいない人は早めに予防接種を受けましょう。また、予診票を失くした人は役場保険健康課もしくは総合福祉センター保健棟にて配布します。

対象者	
Ⅱ期（年長学年齢）	平成17年 4月 2日から 平成18年 4月 1日生まれ
Ⅲ期（中学1年）	平成10年 4月 2日から 平成11年 4月 1日生まれ
Ⅳ期（高校3年）	平成 5年 4月 2日から 平成 6年 4月 1日生まれ

▽接種の仕方…かかりつけの医療機関に電話で予約し接種してください。

▽接種期間…平成24年3月31日まで
接種期間を過ぎると有料になり10,000円程度の料金が発生します。この機会にぜひ接種しておきましょう。



参加者募集

** 腎臓病の予防教室 **

腎臓は臓器の中でも重要な臓器です。この機会に勉強してみませんか？低タンパク食の試食も用意しています。

- **とき** 3月15日（木）午前10時から午後1時まで
- **ところ** 総合福祉センター保健棟
- **対象者** 健診等で血清クレアチニン値が男性1.0以上、女性0.8以上の人
- **募集人員** 20人
- **参加費** 無料
- **申し込み期限** 3月2日（金）までに電話でお申し込みください。

乳幼児健診・相談

2月の乳幼児健診は次のとおりです。該当者には事前に通知をしています。ご確認ください。

- **とき** 健診の内容によって異なりますので詳細は通知（案内）書をご確認ください
- **ところ** 総合福祉センター保健棟
- **内容** 身体測定・問診・小児科医診察・育児相談・栄養相談など



健診内容	期 日	対象児
4か月健診	2月 9日（木）	平成23年 9月22日から 平成23年10月12日生まれ
7か月健診	2月23日（木）	平成23年 7月 1日から 平成23年 7月28日生まれ
12か月健診		平成23年 2月 1日から 平成23年 2月28日生まれ
1歳半健診	2月 2日（木）	平成22年 7月13日から 平成22年 8月 2日生まれ
3歳児健診		平成21年 1月13日から 平成21年 2月 2日生まれ
乳幼児相談 <small>（身体測定・育児・栄養相談）</small>	2月22日（水）	平成23年12月27日から 平成24年 1月23日生まれ

※乳幼児相談は、どなたでもお気軽にお越しください。（申込不要）

母子健康手帳の交付

妊娠がわかったら、早めに母子健康手帳の交付を受けましょう。妊娠中の生活や制度などについて保健師が説明します。

- **とき** 2月1日、8日、15日、22日、29日の午前10時から11時30分まで①必ず妊婦さん本人がお越しください②原則、毎週水曜日の交付ですが、都合がつかない場合は相談に応じます
- **ところ** 総合福祉センター保健棟
- **必要なもの** 妊娠届出書（ある人のみ）



予防接種

■BCG予防接種

- ▷ 4か月健診のときに一緒に行います
- ▷ 接種期間 生後6か月未満
- ▷ ところ 総合福祉センター保健棟



期 日	時 間
2月 9日（木）	午後1時30分から2時まで
3月 8日（木）	

国保の

国保からのお知らせです

そこが知りたい

役場保険年金班 ☎42局2111番



わが家の医療費に 関心を 持ちましょう

医療費は、病院の種類や患者の年齢、受診時間、受診方法等で変わってきます。医療費を支払ってしまえばあまり確認しない医療費通知や明細書に関心を持ってみませんか。

医療費通知は 何のために 送られるのか

病院にかかったとき、医療費はいくらかかっているのでしょうか。外来、入院いずれも3割を窓口で支払うだけなので、医療費がいくらかかっていたかは意識しにくいしくみになっています。

そこで、医療費の額などをお知らせする医療費通知があります。これは、実際にかかった医療費を確認してもらい、健康に対する意識を高め、国民健康保険の健全な運営に結び付けることを目的として送られてきます。

領収書は大切に 保管しましょう

医療費の自己負担額が高額

になったときは、「高額療養費」や「医療費控除」によって支払った医療費が戻ってくる可能性があります。申請や申告には領収書が必要になりますので、医療機関からもらった領収書は大切に保管しましょう。また、せつかくもらうのだから、無駄にせず、明細書の項目などをしっかりチェックし、自分が受けた医療の内容や情報を有効に活用しましょう。

① **時間外受診を減らす**
休日や夜間等の時間外受診は、割増料金がかかります。「待ち時間が少ない」等の安易な

上手な 病院のかかり方

① **時間外受診を減らす**

休日や夜間等の時間外受診は、割増料金がかかります。「待ち時間が少ない」等の安易な



理由による受診は避けましょう。

② 重複受診は避ける

安易な理由で受診する「重複受診（はしご受診）」は避けましょう。「初診料」を再度支払わなければならないだけでなく、すでに受けた検査も繰り返すことになります。これは医療費の無駄になります。

ジェネリック医薬品を 利用しましょう

処方されている薬にジェネリック医薬品があれば、積極的に利用しましょう。

① ジェネリック医薬品とは

新薬として最初に発売された薬は特許に守られています。開発したメーカーが独占的にその薬を製造販売することができます。これを「先発医薬品」といいます。先発医薬品の特許期間は20年から25年で、この期間が切れると、他のメーカーも同じ成分、同じ効果の薬を製造できるようになります。これを「ジェネリック医薬品（後発医薬品）」といい、医療機関で処方され、効き目は同じで安価薬なので、薬代の負担が軽くなります。

② ジェネリック医薬品に変更するには

ジェネリック医薬品を使うには医師の処方が必要です。医師または薬剤師と相談しましょう。変更をお願いしたい場合には、「ジェネリック医薬品希望カード」をご活用ください。

