



KENPO
DAYORI

健保だより

No.991
2014.6.5



西武健保ホームページからご覧になれます。http://www.seibu-kenpo.or.jp

西武健康保険組合

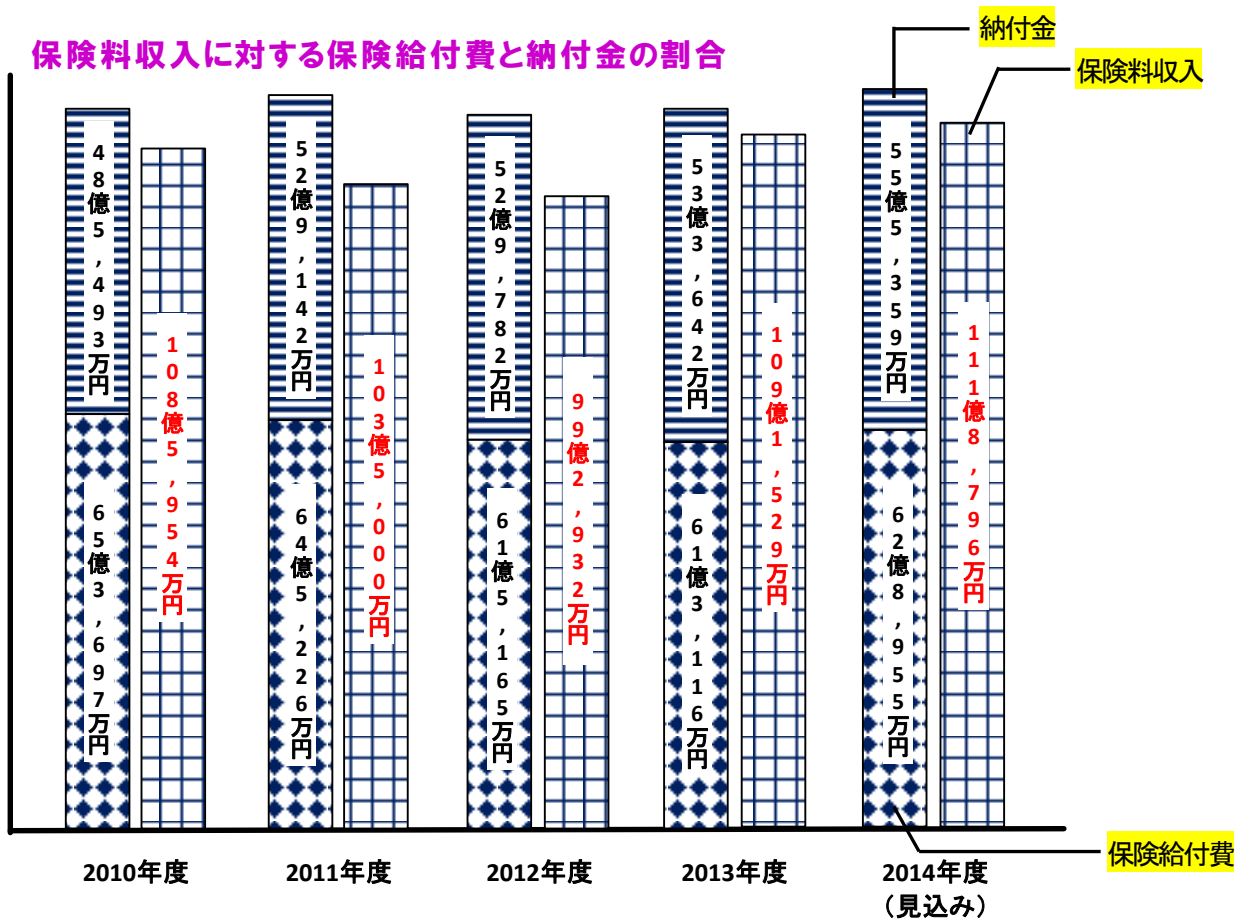
医療費ダイエツト作戦

～ 医療費のムダを改善しよう! ～

前編

西武健保の財政は、収入である「保険料（皆さまから納めていただいている健康保険の料金）」と、2大支出である「保険給付費（皆さまが病気やケガなどをしたときに負担する医療費など）」と「納付金（高齢者医療制度を支えるために、義務的に国に納める負担金）」の収支でほぼ決定します。

保険料収入に対する保険給付費と納付金の割合



?



ずっと2大支出の合計額が保険料収入の額を上回っているね。
ということは、西武健保の財政状況は赤字ということになるの？

そのとおり。正確には、後期高齢者医療制度が施行された
2008年度からずっと赤字が続いています。



では、いったいどうすれば西武健保の財政を黒字化できるのでしょうか？



根本的には、一人ひとりが病気を予防し、たとえ病気になっても早期に発見して治療することが重要です。しかし、私たちが常日頃から意識することで、ムダを改善できることもあります。

賢い医療機関のかかり方

いきなり“大病院”は特別料金がかかります！

紹介状もなく、最初からいきなり大病院（ベッド数が200床以上の医療機関）を受診すると、初診料とは別に「特別料金」が加算されることがあります。しかも、この「特別料金」は病院側が自由に設定でき、全額自己負担です。（保険診療外です）

特別料金の目安：1,000～5,000円程度



さらに大病院では『3時間待ちの3分診療』といわれるなど、お金だけではなく時間もムダにかかってしまうこともあります。

“はしご受診”は費用の負担もカラダの負担も倍以上！

同じ病気やケガで次から次へと医療機関を替えると、そのたびに初診料や検査料がかかるだけでなく、重複する検査や投薬などにより、かえってカラダに悪影響が及ぶこともあります。安易なはしご受診は、患者さんにプラスになるとは限りません。

そこで・・・“かかりつけ医”を持ちましょう！！！！

かかりつけ医とは、地域に根ざした医療を担っているお医者さんのこと。病気やケガをしたときに、家の近くの診療所（ベッド数が20床未満）に相談できるお医者さんをもつことが、医療費節約の第一歩になります。



か か り つ け 医 を も つ メ リ ッ ト

- 受診手続きが簡単で、待ち時間は短く、ていねいな診察が受けられます。
- 気になることがあれば気軽に相談でき、食事や運動など、日常の健康管理についてもアドバイスしてくれます。
- 家族の病歴や体質、健康状態などを継続的に把握しているので、適切に対処してくれます。
- 必要に応じて専門医を紹介し、紹介状も書いてくれます。

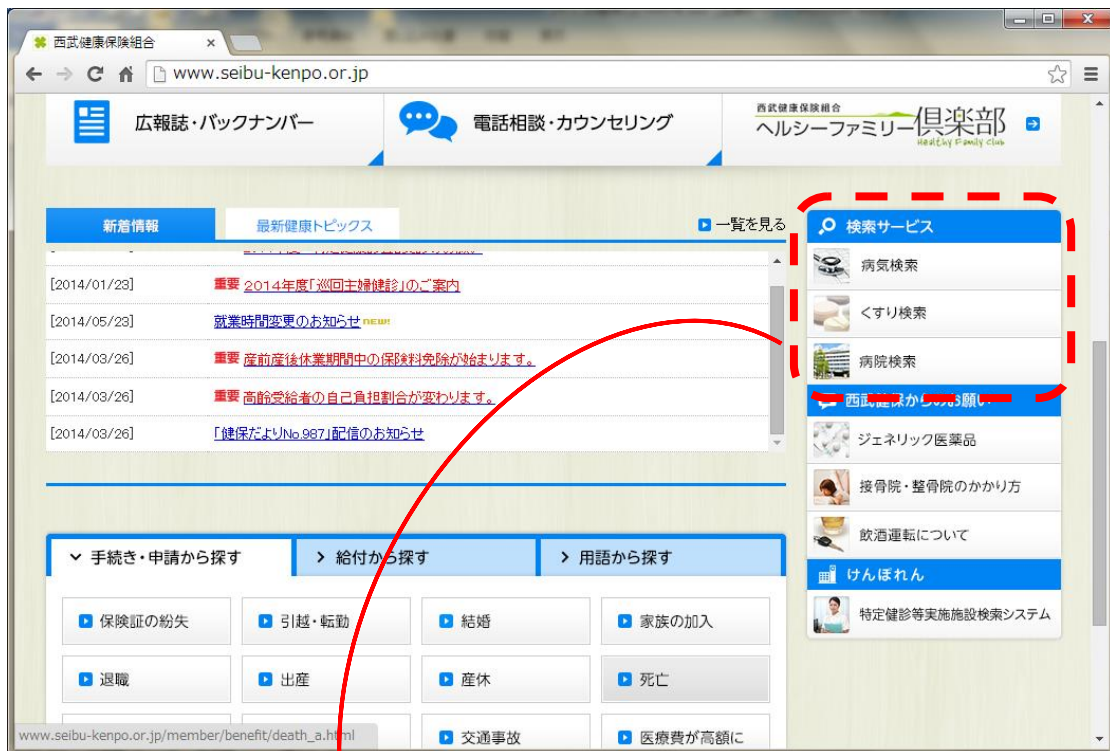




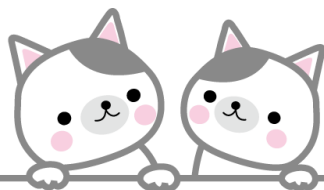
薬局についても『かかりつけ薬局』をもてば、複数の診療科にかかったときなども薬の重複などを防ぐことができ、ムダを減らすことができます。“お薬手帳”を活用することもおすすめです。

かかりつけ医を見つけるには？

西武健保のホームページ (<http://www.seibu-kenpo.or.jp/>) のトップページに『病院検索』機能があり、自宅や会社の近くで医療機関を探す際にとても役立ちます。(パスワード: seibu)



拡大すると・・・



賢い医療機関のかかり方、いかがでしたか？
今日から始められる節約術のひとつです。
次号では、医療費ダイエット作戦の後編をご紹介します。