

健康第一!

医療費を節約しよう

市国保医療費適正化に向けた取り組み

市国民健康保険（国保）の1人当たり医療費は、年々増加しています。この状況を少しでも改善するため、市では、「国民健康保険医療費適正化推進会議」を設け、特定健診、特定保健指導やジェネリック医薬品の使用促進に取り組んでいます。医療費を節約するためには、何より被保険者のみなさんが「健康」であることが一番です。一人一人が少し意識を変えることで、医療費を節約することが可能です。日頃から健康の維持・増進を心がけ、自分自身の生活習慣を改善しましょう。

■問い合わせ先 国保医療課国民健康係 ☎(36) 1363

特定健診・特定保健指導を受けて健康を守ろう

健康を守ろう

市では、高血圧や糖尿病などの生活習慣病の発症を予防するため、特定健診を実施しています。

市では、高血圧や糖尿病などの生活習慣病の発症を予防するため、特定健診を実施しています。また、栄養士が個別に特定保健指導を行います。

健診結果を基に、生活習慣病の発症リスクに応じた指導を行います。

健診結果を基に、生活習慣病の発症リスクに応じた指導を行います。また、自分の健康を守るため、1年に1度は健診を受け、健康状態を確認しましょう。



「減塩」で生活習慣病を予防

心臓病や脳卒中など循環器系疾患に関連が深い「減塩」のポイントを絞った保健指導を、本年度から強化しています。

心臓病や脳卒中など循環器系疾患に関連が深い「減塩」のポイントを絞った保健指導を、本年度から強化しています。4月から、ルックルク講座（出前講座）で減塩講座を実施。講話や調

理実習など4コースをそろえています。また、料理を作るとき

のちよつとした工夫を「減塩ポイント」として、毎月市広報紙1日号に掲載。生活習慣を見直す機会として役立ててください。



ジェネリック医薬品で薬代の負担を軽減

薬代の負担を軽減

ジェネリック医薬品（後発医薬品）は、品質や有効性、安全性が新薬と同等と厚生労働省が認めていて、安価、経済的であるため、使用を促進しています。

毎月、ジェネリック医薬品に切り替えた場合、

薬代の差額をお知らせしています。送付対象者は、切り替えた場合の差額が大きい人の上位300人です。

保険証の更新や市窓口での保険証発行時に、ジェネリック医薬品希望シールを配布しています。



適正な受診のため

さらに、今年7月には、宗像薬剤師会と連携し、市内の薬局に、ジェネリック医薬品の使用促進に関する啓発プレートを設置しました。

レセプト点検調査

レセプト（診療報酬明細書）点検は、国保保険者である市が、医療機関の記載ミスや請求誤りなどを発見する重要な業務です。

平成24年度からは、柔道整復のレセプト点検を

実施。3カ月に1度、柔道整復にかかった人を対象に照会文書を送付するなど、整骨院などにかかるときの留意点、保険診療に該当するケースの有無などの啓発に努め、適正な受診を促しています。

医療費分析で情報を把握し適正化を推進

市国保の正確な疾病状況を把握するため、レセプトと健診データを活用し、医療費分析を平成25年度に実施。「糖尿病」「腎不全」「循環器系疾患」を、市国保で今後、重点的に対応すべき疾病と位置付けました。

本年度も、引き続き医療費分析を実施し、詳細で最新の情報を把握するとともに、重点的に対応すべき疾病を中心に、医療費の適正化に向けたさまざまな取り組みを進めます。

楽しく学べる健康・医療講演会

市民と被保険者に、少しでも健康・医療に関心を持ってもらうため、平成24年度から「健康・医

療講演会」を開催。本年度も引き続き開催予定です。ぜひお楽しみに。

使ってみませんか？
ジェネリック医薬品

当薬局は、宗像市と協力してジェネリック医薬品を積極的に推奨しています。

薬局に設置する啓発プレート

医師・薬剤師の皆様へ

ジェネリック医薬品希望カード

私はジェネリック医薬品を希望します。

保険証の裏に貼って使用できるジェネリック医薬品希望シール

選ばれ続けて宗像市の屋根・外壁塗装の施工実績108棟

お家の屋根・外壁塗装は私たちに任せ下さい!!

私たちの3つのこだわり

- 1 細かく診断**
 - 外装劣化診断士が診断のプロが屋根まで診断
 - 劣化箇所を解説付きDVDでお届け
- 2 高い工事品質**
 - 厳格な基準を遵守
 - 外装リフォーム図面で正確な塗装面積を算出
 - 工事進捗は「塗り替え交換日記」で毎日ご報告
- 3 アフターサービス**
 - 施工後も安心をお届け
 - 施工店と本部のダブル工事保証
 - 専門家による定期的な点検サポート

お家の屋根・外壁塗り替え勉強会開催!!

分かりやすく住まいの塗り替えをご説明いたします。お家に役立つ情報が満載!!ぜひご参加ください!!

開催日時
8/24日・31日 【午前の部】 9:30~11:30
【午後の部】 13:30~15:30

会場案内図

プロタイムズ 福岡北店
株式会社 フクモト工業

※情報満載 毎日ブログを更新中!!

プロタイムズ 福岡北店 ☎0120-041-075

株式会社 フクモト工業 宗像市自由ヶ丘11-22-3 自由ヶ丘ヒルズ・楓

FAX. 0940-39-3806 電話受付時間 9:00~19:00

プロタイムズ福岡北店 検索