

医療機関の適正受診にご協力願います

近年、「待ち時間が少なそうだから」など自分の都合だけで、軽い症状で休日や夜間に病院の救急外来を訪れる、いわゆる「コンビニ受診」が増えています。

こうしたことが重なると、救急外来が混み合い、命にかかわるような重症患者の対応までも遅れてしまうことがあります。

また、病院の医師やスタッフが疲弊し、身近な地域の救急医療体制が維持できなくなる恐れもあります。

安心して救急医療を受けられるように、皆様のご理解とご協力をお願いいたします。



「かかりつけ医」を持ちましょう

かかりつけの医師なら、普段の体調や病歴なども知っているうえで診察してもらえます。気軽に何でも相談できる「かかりつけ医」を持ち、早めの受診を心がけましょう。

できるだけ昼間の診療時間内に受診しましょう

昼間の診療時間内であれば、医師だけでなく、看護師、検査技師、薬剤師などのスタッフが揃っていますので、検査や投薬などもスムーズに受けられます。

休日や夜間に受診しなければならない時のために、休日夜間当番医等があります。（検索方法は下記をご覧ください。）

また、休日の夜間に、お子様の急な病気で心配になったら、**子ども救急電話相談（局番なしの「#8000」）**に相談してみましょう。症状に応じたアドバイスが受けられます。

（相談受付：土・日・祝日及び年末年始の夜 7時から夜 10時 30分まで）

近くの医療機関や休日夜間当番医を探すには？

- 新聞の休日夜間当番医の記事を見る。
- 最寄りの消防本部に電話して聞く。
- ホームページで検索する。

「あおり医療情報ネットワーク」（青森県広域災害・救急医療情報システム）では、お近くの医療機関や休日夜間当番医を探すことができます。

・パソコンから [URL] <http://www.qq.pref.aomori.jp/>

・携帯電話から QRコード ⇒



保険料率の上昇を抑えるための取り組みについて

協会けんぽの保険料率は、本年4月より（3月分保険料より）大幅に引き上げになりました。

保険料率の算定には、「地域の医療費」が大きく影響しますが、現在の状態が続くと、今後も保険料率の引き上げが避けられない状況にあります。

皆様の保険料負担をできるだけ軽減できるよう、協会けんぽでは保険者として実行できる対策に最大限努めるとともに、抜本的な対策について国などに働きかけてまいります。

特に、医療費の削減につながる次の取り組みを推し進めてまいりますので、事業主及び加入者の皆様のご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

◎ 協会けんぽの取り組みと皆様へのお願い

取組1 健診・特定保健指導の推進

皆様の健康を守るため、生活習慣病の予防のための健診や特定保健指導を行っています。

健診

事務担当者様 受診の勧奨や申し込みの取りまとめなどにご協力願います。

加入者様 毎年受診し、健康管理にお役立て願います。

※ ご本人（被保険者）の生活習慣病予防健診とご家族（被扶養者）の特定健康診査について、費用の一部を補助しています。

特定保健指導

事務担当者様 保健指導の日程調整などにご協力願います。

加入者様 保健師と一緒に生活習慣を改善し、健康づくりに励みましょう。

※ 健診の結果、生活習慣の改善が必要な方に対し、保健指導を行います。

ご本人：当支部の保健師が事業所を訪問し、無料で実施します。

ご家族：該当する方へ利用券をお送りしますので、実施機関へお申し込み願います。

（費用の一部を補助します。）



取組2 ジェネリック医薬品の使用促進

薬代の負担が少なくなる「ジェネリック医薬品」の使用を促進しています。

今年度も、ジェネリック医薬品に切り替えた場合の自己負担軽減額をお知らせします。

自己負担軽減額 のお知らせ 〔希望カード を同封〕

事務担当者様 お知らせの配付について、ご協力願います。

加入者様 ジェネリック医薬品への切り替えが可能かどうか
かかりつけの医師または薬剤師に相談してみましょう。



お問い合わせは



全国健康保険協会 青森支部

協会けんぽ

まで

〒030-8552 青森市長島 2-25-3 ニッセイ青森センタービル 8階

Tel 017-721-2799（代表）

※青森支部のホームページも是非ご覧ください。 <http://www.kyoukaikenpo.or.jp/13,0,73.html>

ホームページへは、上記の URL に直接アクセスいただくか、次の流れで検索願います。

①「協会けんぽ青森支部」で検索 → ② 都道府県支部のページ - 全国健康保険協会 を選択 → ③ 青森 を選択

平成22年5月発行