

家族みんなで確認しましょう

医療費増加中、削減にご協力を！

本市の国民健康保険(国保)の医療費は増加傾向にあります。医療費が増えると家計の負担が増えるだけでなく、国保税額にも影響します。医療費削減の意識と行動を生活に取り入れましょう。

■問い合わせ
市市民課(☎62-2111内線144)

医療費削減のためにできる4つのこと

01 年1回、特定健診を受診する

40歳以上の国保被保険者は集団健診を無料で受けられます。健診は、病気の早期発見につながります。

02 お薬手帳を1人1冊にまとめる

薬の重複防止に役立ちます。病院受診時は忘れずに持参しましょう。

03 セルフメディケーションを心がける

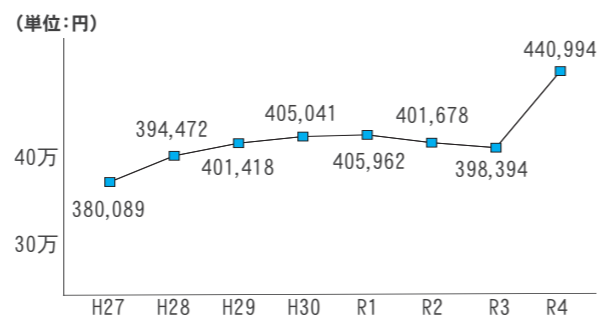
セルフメディケーションとは、「軽度な不調は、自分で手当てする」こと。症状に合わせ、市販薬で対処するか医療機関で受診するかなどを判断しましょう。

04 リフィル処方せんを利用する

リフィル処方せんとは、「医師の診察を受けなくても最大3回まで使用できる処方せん」のこと。病院を受診しなくても薬を受け取ることができ、医療費の削減につながります。

国保「一人当たりの医療費(年度)」推移

※市市民課調べ



マイナンバーカードは便利でお得！

市内では、現在約30カ所の病院・薬局でマイナンバーカードを健康保険証として利用できます。※未対応の医療機関もあるため、受診時は健康保険証も持参しましょう

★マイナンバーカード利用のメリット

- ①診察料金が薬代が割引になる
- ②医師や薬剤師と特定健診の結果や薬の情報などが共有できる
- ③自己負担限度額以上の一時支払いが不要になる
- ④専用サイトで健診結果を確認できる

本年度、最後のチャンス！

各種検(健)診など冬季日程

夏季日程で受診できなかった人は、この機会に受診しましょう。

■内容 対象年齢基準日/令和6年4月1日

種別	対象者	検査料
特定健康診査	40～74歳の遠野市国民健康保険被保険者	無料 ★希望者のみ 心電図検査 1,500円 眼底検査 1,000円 (基本検査項目の受診が必要)
後期高齢者健診	後期高齢者医療被保険者	
基本健康診査	30～39歳	2,000円 ★「国民健康保険被保険者」1,000円 ★「市民税非課税世帯」「生活保護世帯」無料
前立腺がん検診	50歳以上の男性	1,000円 ★「国民健康保険被保険者」500円 ★「70歳以上」「市民税非課税世帯」「生活保護世帯」「65歳以上の後期高齢者医療被保険者」無料
肝炎ウイルス検査	40・45・50・55・60・65歳 (この検査を受けたことがない人)	無料

■受診時の持ち物(必須)
受診票と健康保険証

■受診票の送付時期
①特定健康診査 11月中旬
②その他 6月に送付済み
※受診票がない人や新規に受診を希望する人は、問い合わせください。

■日程

会場	日にち	開場・受付時間	検査開始
遠野健康福祉の里	12月1日(金)	12時半～14時半	13時
		16時半～18時半	17時
	12月2日(土)	8時～11時	9時
		12時半～14時半	13時
	12月3日(日)	8時～11時	9時

対象者は、全員回答しましょう

令和6・7年度の検診希望を調査します

市は、検診の受診数を正確に把握するため、令和6・7年度の各種検診希望調査を実施します。市の検診を受けない人も回答をお願いします。

■問い合わせ 市健康長寿課(☎68-3185)

■調査対象 市内に住所があり、検診対象者がいる世帯

■回答方法 11月中旬に調査票を郵送します。記入し、返送してください

■提出期限 12月15日(金)

新型コロナワクチン接種のお知らせ

ワクチン集団接種を中止します

国から供給される新型コロナワクチンの数量が予定数に満たないため、集団接種を中止します。

ワクチンは、接種当日に予約者分を用意します。連絡なしにキャンセルすると用意したワクチンは廃棄されます。ワクチンを有効に利用するため、体調不良を除き当日キャンセルしないようにお願いします。

■中止する集団接種の日程

日にち	会場
11月12日(日)	遠野市
11月18日(土)	総合福祉センター
12月2日(土)	みやもりホール

■問い合わせ
新型コロナウイルス対策室(☎66-3570)

