

第三者行為によるケガ・病気で保険証を使った場合は届出が必要です！



■ 第三者行為によるケガ・病気とは

- ・交通事故
- ・ケンカ
- ・他人の飼犬にかまれた など

■ なぜ届出が必要？

通常、治療費は窓口負担以外の費用を健康保険で負担していますが、第三者行為による医療費に限り、加害者が負担することが原則であるためです。

ただし、交通事故などで双方に過失がある場合は、治療者の過失相当を保険で負担します。

■ 治療費の立て替えは必要ない

本来加害者が支払うべき治療費を、被害者が立て替えることがないよう、国民健康保険証を一時的に使用することができます。

国民健康保険（以下国保）は加害者に代わって一時的に費用を立て替えますが、その費用は後から加害者に請求します。

■ 示談が成立する前に連絡を

相手方と示談が成立している場合、国保が使えなくなってしまう場合があります。示談が成立する前に、必ずご連絡ください。

■ 届出はお早めに！

国保はみなさんの税金で保険給付を行っています。本来給付の必要のない第三者行為に対して給付を行うことは、正しい税の使い方ではありません。届出はお早めをお願いします。

■ 届出を行わないと…

第三者行為による治療と疑われる場合、世帯主へ届出勧奨の通知をします。

届出を行わないと、医療費を全額請求させていただきますので、**通知を受けた際はすみやかにご連絡ください。**



問い合わせ 市民課 保険年金係 ☎0952-75-2159

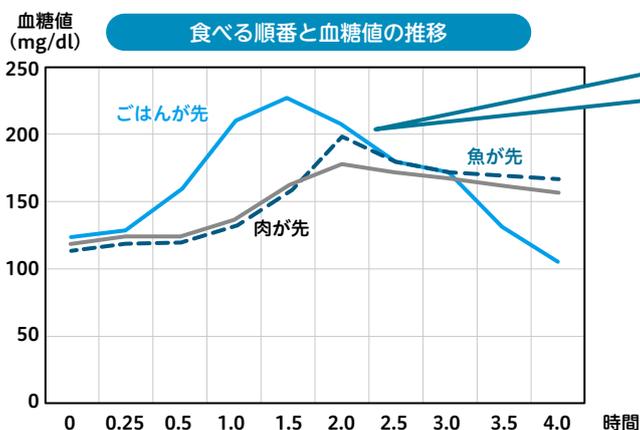
連
載

間食を防ぐ食事のとり方のポイント②「食べる順番」

9月号で、食品を組み合わせる食べることがポイントと紹介しました。

2つ目のポイントが食べる順番です。炭水化物（ごはん・パン・めん類）を最初に食べて血糖値が急上昇することで、インスリンが大量に分泌され血糖値が急に下がると「お腹が空いた」と感じるようになります。消化吸収の時間は食品によって異なるため、野菜や肉・魚などを先に食べると、血糖値の急上昇を予防できます。そして、血糖値がゆっくり下がり、腹持ちがよくなって間食を防ぐことができます。

たんぱく質・食物繊維を炭水化物の前に食べましょう！



ごはんを最初に食べると急に血糖値が下がってきて、食後2時間後ぐらいにお腹が空き、間食したくなります。

問い合わせ 健康増進課 健康増進係

☎0952-75-3355