

国 保 通 信



■問い合わせ

市民生活課 保険年金係

☎ 75-2159

病院の窓口で支払った保険診療分の1か月の自己負担額が高額になった場合、申請により限度額を超えた分が高額療養費として払い戻されます。今月は70歳以上の方についてお知らせします。

●70歳以上の方の

高額療養費の計算の方法

- ①月単位で計算します。
(月をまたがった場合はそれぞれの月で計算します)
- ②入院した時の食事代など、保険がきかないものは対象外となります。
- ③70歳未満の方と違い、支払い金額等の合算要件はなく、保険診療分の全ての支払いが対象となります。
(70歳未満の方の計算方法は、市報11月号をご覧ください)

多久市国民健康保険では、該当の方に診療月の2か月後に封書にて通知しています。(遅れる場合もあります)

※市報12月号でお知らせしましたが、医療費還付で振り込み詐欺事件が発生しています。高額療養費の通知は封書にて送付し、電話や訪問によることは行っていない。不審な電話等があった場合には保険年金係まで連絡してください。

70歳以上の方の自己負担限度額

区分		外来のみ (個人単位)	外来+入院 (世帯単位)
現役並み所得者		44,400 円	80,100 円 総医療費が 267,000 円を超えた場合は超えた分の 1% を加算
一般		12,000 円	44,400 円
市民税 非課税	Ⅱ (Ⅰ以外の市民税非課税)	8,000 円	24,600 円
	Ⅰ (年金収入80万円以下等)		15,000 円

住民さんの
声
vol.36

平成22年度
特定保健指導を受けられた
北 輝昭さん (東多久町)

質問 生活習慣の改善を目指して取り組み、変わったことは？



腹囲：2 cm 減
血圧：正常値へ

甘いものやビール、おかずの量を控えたり、砂糖をカロリーオフのものに変えています。テレビの料理番組で一人前の量を確認したり、食事に関心を持って取り組んでいます。

・40歳で、糖尿病といわれ薬を飲み始めたが、症状もないので、生活習慣や食生活習慣病は、自覚症状がでた時には、相当進行していることが多いです。訪問でお会いした糖尿病から透析治療導入に至った方の言葉を紹介します。

全国の透析導入となる原因疾患の内訳を見ると、糖尿病43・5%、慢性糸球体腎炎21・2%、腎硬化症11・6%です。いずれも原因の7割が生活習慣病で、多久市も同じ傾向です。

保健師が、生活習慣病から透析治療を導入するに至った方にお話を伺いました。



市民の言葉から学んだ 生活習慣の改善の大切さ

事を見直すことはしていなかった。症状がなかったため、治療をしていても透析になるという気持ちはなかった。
(61歳・女性)

・25歳の時、10年後は透析になるだろう。しかし、導入を遅らせることはできると言われた。

透析導入に至るには、段階があります。導入を防ぐことや遅らせることができます。そのためには、血圧や血糖のコントロールをよくすること、内服を継続すること、生活の見直しを始め、生活習慣を改善することが必要となります。

特定健診では、腎臓の機能をみる検査も実施しています。健診を受けて自分の状態を知ることから始めましょう。

■問い合わせ

健康増進課 健康増進係

☎ 75-3335