

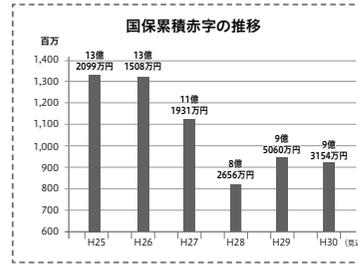
西原町の国保財政が 危機的状況です!!



累積赤字
9億
3千万円

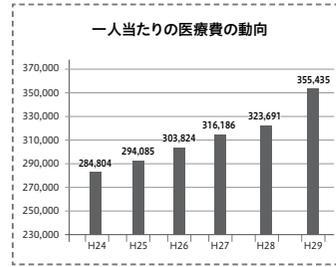
厳しい状況の 国保累積赤字!

国保会計では、平成16年度から29年度まで連続の赤字となり、平成30年度決算においては約9億3千万円の累積赤字の見込みとなっております。国保の県広域化に伴い、令和5年度までに累積赤字の解消を図らなければならない。厳しい財政状況が続いています。



一人当たり医療費も 毎年増加傾向!

本町の医療費全体では、横ばいで推移の傾向にありますが、一人当たり医療費では右肩上がりの増加傾向が続いています。急速な高齢化や重症化による治療費等の増加が、因と考えられています。年に二度は特定健診や人間ドックなどの検診を受診し、病気が重症化する前に、早期発見・早期治療を行うことが大事です。



収入と支出のギャップ解消に向けた町の主な取り組み

- ①診療報酬明細書(レセプト)の内容点検強化
- ②適正な保険税率に向けた見直し及び保険税の収納率向上のための徴収強化
- ③医療費データ分析に基づく保健事業の実施

- ・特定健康診査・・・受診率を高める取り組み、とりわけ若年層の受診勧奨を図る
- ・特定保健指導・・・メタボリックの解消に向けた取り組みに力を入れる
- ・虚血性心疾患、脳血管疾患、糖尿病性腎症の新規患者数を10%減少させる
- ・特定健診受診率の実績が顕著な自治会に対しての報奨授与の実施
- ・健康ポイント事業を実施し、ポイント達成者に抽選でさまざまな特典を進呈する

あなたの健康と家計のためにできること

①生活習慣を改善し、生活習慣病を予防しましょう!

日頃の生活習慣を客観的に見直し改善することで、大きな病気の予防につながります。また、適度な運動を続けることでご自身の健康維持、医療費の削減にもつながります。年に一度は健康診断を受け、疾病の早期発見に努めましょう。

②家計に優しいジェネリック医薬品を利用しましょう!

成分や効き目が同等で低価格のジェネリックは、国保の医療費削減だけでなく家計にも優しい薬です。積極的に利用しましょう。

③重複受診をやめましょう!

度重なる検査や注射・投薬の重複で体に負担がかかり、かえって症状が悪化してしまう恐れがあり、医療費の負担も大きくなります。

【お問い合わせ】 福祉部 福祉保険課 国民健康保険係 ☎911-9163

健診・保健指導を受けると 医療費を節約できます!

特定健診を受けないと、将来あなたが生活習慣病について支払う医療費が、健診を受けている人と比べておよそ6倍になるリスクがあります!
健診を受けて生活習慣病を未然に防ぐことで、医療費が節約できます!
特定健診は、メタボリックシンドローム(メタボ)に着目し、糖尿病、脂質異常症、高血圧症などの生活習慣病の発症や重症化を未然に防ぐための健診です。

医療費(月額)	あなたを支払う	医療費(月額)
6,666円	健診受診者	6,666円
36,082円	健診未受診者	36,082円

※メタボリックシンドロームとは、内臓脂肪のたまりすぎに加えて、高血圧や高血糖、高脂質などが合併した状態のことを指します。このような状態が続くと、心臓病や脳卒中の原因となる動脈硬化を進めてしまいます。

特定健診を受けて早めに メタボ対策をとった場合

このままでは生活習慣病になると気づき、保健指導を受けながら生活習慣を少しずつ改善。

- ①1日3食よく噛んでゆっくり食べる
- ②腹8分目を意識
- ③エレベーターは使わず階段を使う
- ④散歩やウォーキングなど続けられることを始める



規則正しい食習慣と運動習慣ですっきりボディになり、生活習慣病の発症も未然に防げます!毎年特定健診を受けることで、その状態を維持できます。

保健指導って 何だろう?

健診結果を見て、役場の保健師や管理栄養士が結果を説明しながら、みなさんの生活習慣に合ったアドバイスをします。健康管理の心強い味方です!

特定健診を受けず メタボを放置した場合

何の症状もないから大丈夫!と今の生活習慣を変えずに過ごす。

- ①夜寝くに満腹になるまで食べる
- ②胃もたれして朝食を抜く
- ③特に運動はしない



気づかないうちに静かに動脈硬化が進行し、脳卒中や心筋梗塞、糖尿病など命にかかわる病気のリスクが高まります。また、就業困難になり、収入が減る可能性も。医療費も大きな出費になります。心臓病の手術1回で約100万円もかかります。

健診と保健指導を受けて、 健康ポイントをもらいましょう!

5月より、西原町国民健康保険健康ポイント事業がはじまっています。健康ポイントを100ポイントためて、特典をゲットしましょう!詳しくは次ページをご確認ください。

【お問い合わせ】 福祉部 健康支援課 保健予防係 ☎945-4791