

2016年11月吉日

## 健保だより 11

新電元工業健康保険組合  
理事長 中村 政則

### かしこい患者になろう

医療費は受診の仕方大きくかわることがあります。受診への正しい知識を身につけて、ムダな費用を減らしましょう。

こんな受診は医療費のムダ

#### 1. はしご受診

同じ疾患で複数の医療機関を転々と渡り歩く「はしご受診」。行く先々で同じ検査を受けるのは医療費のムダですし、検査が増えると身体への負担も重くなります。薬の重複による副作用の危険も出てきます。どうしても医療機関を変更したいときは、医師に相談して「紹介状」を書いてもらいましょう。

#### 2. コンビニ受診

急病でもないのに時間外や深夜、休日に受診するコンビニ受診。安易に診療時間外に受診するのは、割増料金が掛かるばかりでなく、救急医療の妨げにも成りかねません。こういうムダは避けましょう。

#### 3. 時間外加算

医療機関が表示する診療時間外に受診すると、原則として通常費用の他に、“時間外加算”が請求されます。

※健保だより7（2016年6月発行）をご参照。新電元工業健康保険組合のホームページから閲覧できます。

#### 4. かかりつけ医、かかりつけ薬局をもとう

かかりつけ医がいると、身体に不安があるときなど気軽に相談出来ると思います。

かかりつけになれば、その人の体質、病歴、生活習慣、健康状態などを把握してもらえ、それに基づいて適切な治療やアドバイスをくれるはず。必要に応じて、専門病院や専門医を紹介してくれます。

又、かかりつけ薬局（かかりつけ薬剤師）は、複数の医療機関にかかっているときに処方箋が重複していないか、薬が違って同じ効果のものが出されていないかなどのチェックをしてもらえます。何より薬についての相談がしやすくなります。

#### 5. かかりつけ医を探すには・・・

かかりつけ医を選ぶポイントは、

- ・自宅の近くなど通いやすいか。
- ・自分にとって安心・信頼できる先生か。
- ・病気や治療法、薬について分かり易く説明してくれるか。

など。口コミや評判、直接足を運んで対応や雰囲気を知ることも大切です。

以上

マメ知識     ～任意継続被保険者制度～  
退職後2年間は継続加入できます

この制度は退職などによって被保険者の資格を失った場合にも、条件を満たせば希望により2年間は継続して被保険者とされる制度です。

任意継続被保険者になることができる条件は次の2つです。

1. 退職日までに継続して2ヶ月以上の被保険者期間がある。
2. 資格喪失日から20日以内に健康保険組合に加入手続きを済ませる。

加入申請は資格喪失日から20日以内に健康保険組合に対して行います。加入すると新たな保険証を交付します。保険証の記号・番号が変わりますので、医療機関や薬局へ必ず提示して下さい。

### 保険料は全額自己負担（今までの本人分+会社負担分を加算した額）

---



保険料を決める基となる標準報酬月額は、本人の退職時か健康保険組合の標準報酬月額の平均額のいずれか低い方であり、退職する方に対し保険料負担の軽減を図っています。但し保険料には事業主負担分がなくなって、全額個人負担になります。

- 詳細は、健康保険組合事務所までお問い合わせください。（内線 831-7200）