

# 守ろう!わたしたちの国民健康保険

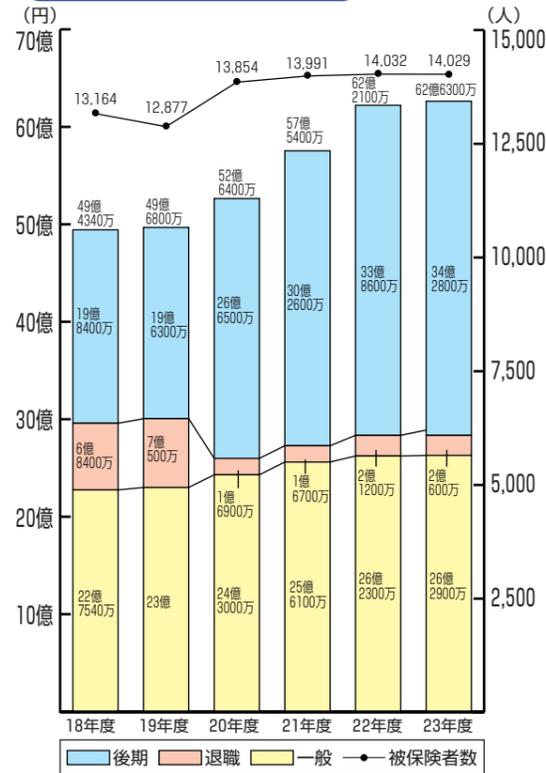
問い合わせ/  
健康増進課 ☎(43)1118

国民健康保険は、病気やケガをしたときに安心してお医者さんにかかるよう、加入者がみんなでお金(国民健康保険税)を出し合い支え合う制度です。  
しかし、わが国における急速な高齢化と疾病構造の変化により、国民健康保険の事業運営はますます厳しいものとなっています。  
この制度を子どもや孫たちの代にもずっと残していけるように、大切に、上手につきあっていきましょう。

## 矢板市の医療費の状況

### 医療費の推移

平成18年度～平成23年度事業年報より



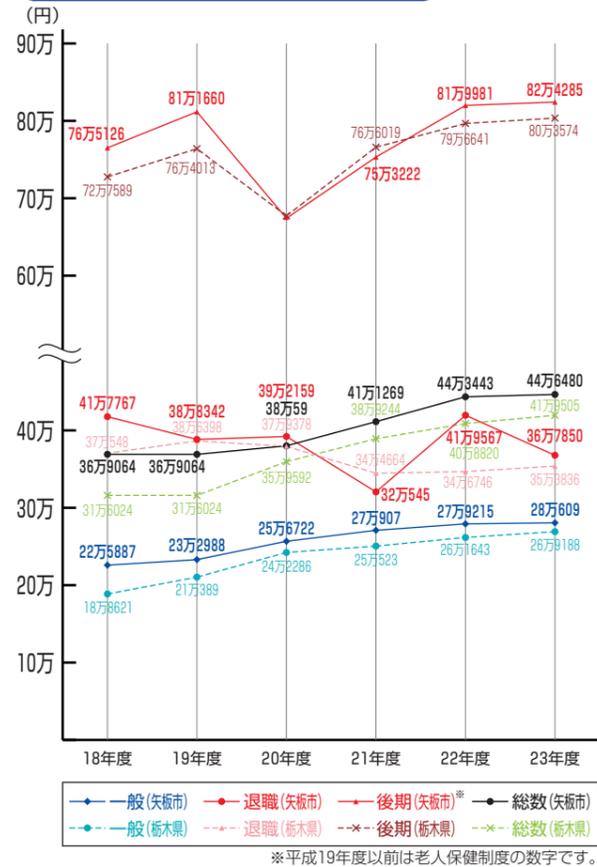
後期(高齢者) = 75歳以上の方および一定以上の障がいのある65歳以上の方。

退職 = 会社や役所などを退職し、年金を受けられる65歳未満の方とその被扶養者は、退職医療制度による医療を受ける被保険者となります。

一般 = 後期医療・国保退職に該当する方を除く国民健康保険被保険者。

### 1人あたり医療費の推移

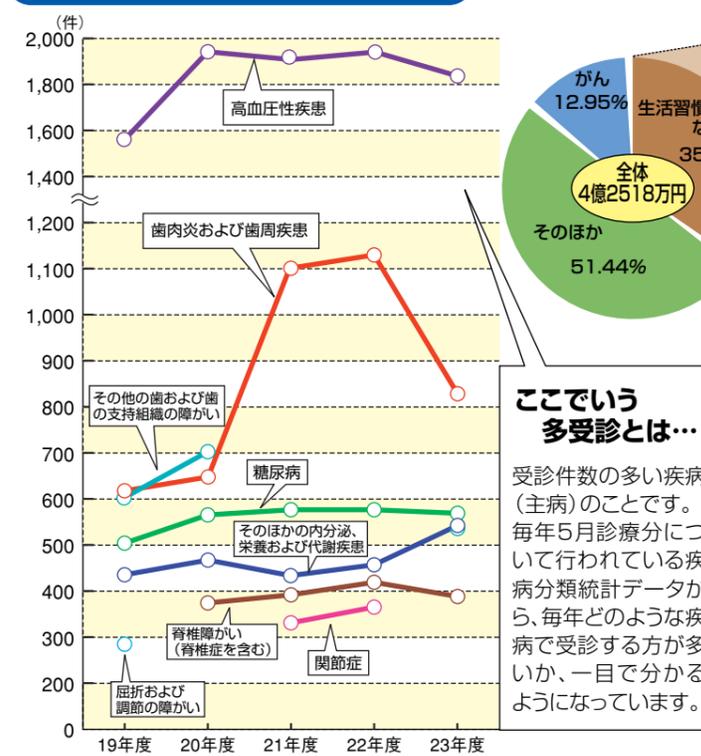
平成18年度～平成23年度事業年報より



※平成19年度以前は老人保健制度の数字です。

### 多受診疾病上位6位の推移

平成19年度～平成23年度疾病分類統計表より



ここでいう多受診とは…  
受診件数の多い疾病(主病)のことです。毎年5月診療分について行われている疾病分類統計データから、毎年どのような疾病で受診する方が多いか、一目で分かるようになっています。

### 生活習慣病等が占める費用額の割合

疾病	矢板市(35.61%)	栃木県(39.42%)
糖尿病	5.28%	4.42%
脂質異常症	2.58%	2.19%
高血圧性疾患	7.04%	8.99%
虚血性心疾患	4.44%	5.48%
脳梗塞(こうそく)	4.72%	4.90%
その他の脳疾患	3.50%	2.79%
動脈硬化	0.14%	0.23%
肝疾患	0.13%	0.34%
腎不全	4.59%	5.95%
骨粗しょう症	0.61%	0.67%
歯肉炎・歯周疾患	2.57%	3.47%

### ★疾病の状況

平成23年5月分の受診件数の多い疾病は、1位高血圧性疾患、2位歯肉炎・歯周疾患、3位糖尿病、4位その他の内分泌・栄養および代謝疾患、5位その他の歯及び歯の支持組織の障がい、6位脊椎障がい(脊椎症を含む)の順です。また、生活習慣病が疾病全体に占める割合の35.61%と高く、次いでがんが12.95%となっています。

### ◎生涯を通した健康づくりと「健康寿命」をのばすために、次のことを心掛けましょう

<h4>子ども</h4> <p>のころは… よい習慣を身につけて一生を健康に</p> <p>[早寝、早起き、朝ごはんの習慣を]</p>	<h4>働き盛り</h4> <p>の人は… 心にゆとりをもち人生を楽しみたい</p> <p>[ストレスを持ち越さない休養を]</p>	<h4>40歳</h4> <p>を過ぎたら… 健診でわかる健診でつなげる未来の健康</p> <p>[特定健診を受けよう]</p>	<h4>高齢者</h4> <p>の人は… 寝たきりを予防して健康長寿</p> <p>[転ばない環境を整えよう]</p>
---	--	--	---

### 医療費を少しでも抑えるため、次のことにご協力をお願いします。

- ・かかりつけ医をもちましょう。
- ・ハシゴ受診はやめましょう。
- ・医師には症状を正直に話し、指示や制限を守りましょう。
- ・注射や薬をねだるのはやめましょう。
- ・ジェネリック医薬品について医師・薬剤師に相談してみましょう。
- ・医療費に関心を持ち、医療費通知を健康管理に役立てましょう。  
(平成25年度から医療費通知は年6回から2回に変更になります。)