



福岡県医発第 1344 号 (地)

平成 21 年 10 月 22 日

各 医 師 会 長 殿

福 岡 県 医 師 会
会長 横 倉 義 武
(公 印 省 略)

福岡県後期高齢者医療広域連合における
ジェネリック医薬品希望カード等の配布について

貴職ますますご盛栄のこととお慶び申し上げます。平素は格別のご高配を賜り、厚く御礼申し上げます。

さて、今般、福岡県後期高齢者医療広域連合より、別添のとおりジェネリック医薬品希望カード等が各被保険者に配布される旨、連絡が参りました。

つきましては、貴会におかれましても本件につきご了知頂きますようお願い申し上げます。

なお、ジェネリック医薬品の使用促進事業に関しまして、本会としては、医師の処方権、裁量権が犯されないよう、単なる医療費抑制策とならないよう、医師会としての意見をしっかりと主張し対応していく所存でございますのでその点申し添えます。

小郡三井医師会より

広報担当理事 廣瀬真恵
会長 丸山 泉

平成21年10月26日

被保険者様

「健康長寿だより」等の送付について

時下、ますますご清祥のこととお喜び申し上げます。

さて、このたび、皆さま方に健康長寿に関する新しい情報誌「健康長寿だより」を作成しましたので送付いたします。今号は、満103歳の超高齢でありながら、現役でますますご活躍中の^{しょうち}昇地^{さぶろう}三郎さんの習慣健康法の紹介です。是非ご一読をお願いします。

また、併せて、「ジェネリック医薬品希望カード」を同封しています。このカードを保険証入れに入れ、保険証と一緒に医療機関に提示していただきますと、新薬より安価なジェネリック医薬品の処方がある場合がありますので、かかりつけの医師、薬局にご相談ください。

更に「長寿医療制度」に関する最新のパンフレットも同封していますので、お問い合わせの際等にご活用ください。

長寿医療制度については、国において廃止・新制度への移行が表明されていますが、その時期や内容は現時点では詳細が発表されていません。それまでの間、皆さま方への医療サービスが円滑に行われるよう努めていきますので、今後ともご理解・ご協力をよろしくお願いいたします。

時節柄、健康にくれぐれもご留意されますよう、お祈り申し上げます。

福岡県後期高齢者医療広域連合

【電 話】 (092) 651-3111

【FAX】 (092) 651-3901

『ジェネリック医薬品希望カード』を 送付いたします

ジェネリック医薬品とは
何やろうね？



ジェネリック医薬品は、せんぱつ いやくひん先発医薬品（新薬）の特許期間の終了後、他の薬品会社が製造した、基本的に先発医薬品と同じ効果、効能を持つこうはつ いやくひん後発医薬品のことで、先発医薬品に比べて**安く購入**できます。



品質や安全性は
だいじょうぶね？



ジェネリック医薬品の品質・安全性については薬事法にもとづいて厳しい審査が行われ、厚生労働大臣から承認されています。

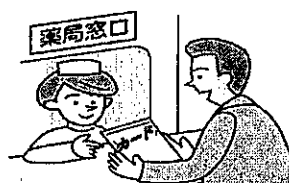


どうしたらジェネリック医薬品を
処方してもらえるの？



同封の「ジェネリック医薬品希望カード」を、お医者さんや薬剤師さんに見せてご相談ください。

症状によっては、ジェネリック医薬品が処方できない場合もあります。



ジェネリック医薬品 希望カードを送付します

ジェネリック医薬品で
お願いします

このお薬には
ジェネリック医薬品が
あります

薬局で
相談してみ
てくださいね



ジェネリック医薬品が処方できない場合もあります。

✂ 切り取って、保険証入れに入れてお使いください。

ジェネリック医薬品希望カード

私はジェネリック医薬品を
希望します



氏名

医療関係者の皆様へ

- 処方される薬にジェネリック医薬品がある場合には、ジェネリック医薬品の処方・調剤をお願いします。
- もちろん、ジェネリック医薬品を処方することが出来なかったり、ふさわしくない場合があることも充分承知しています。

- ジェネリック医薬品は、新薬の特許が切れた後に開発された、新薬と同じ有効成分・効き目を持つ医薬品で、国が承認したものです。
- その安全性・品質は、厳しい基準により保たれています。
- また、開発に必要な期間や経費を大幅に抑えることができるため、新薬に比べ価格が安くなります。
- 利用することで、患者さんのお薬代が軽減されることもあります。

まずは、医師・薬剤師にご相談ください。

℥切り取って、保険証入れに入れてお使いください。



かかりつけの
医師・薬剤師に
ご相談ください。

ジェネリック医薬品は
これまで効き目や安全性が
実証されてきたお薬と同等と
認められた低価格なお薬です。

ジェネリック医薬品が処方できない場合もあります。

平成21年度版

75歳以上のすべての方が対象 長寿医療制度(後期高齢者医療制度)



長寿医療制度(後期高齢者医療制度)に関する
「お問い合わせセンター」を設置しています!



長寿医療制度(後期高齢者医療制度)についてのご不明
な点など、お気軽にお電話でお問い合わせください。
(保険料の支払い方法や督促など、市町村でないと分からない場合があります。)

【受付時間】 平日 朝8時30分～夕方5時30分

(土・日・祝休日はお休み)

【電 話】 092-651-3111

(※間違い電話が多くなっておりますので、市外局番を必ずご確認ください。)

【F A X】 092-651-3901

(※FAXは、言語・聴覚等に障害がある方むけです。)

福岡県後期高齢者医療広域連合

■長寿医療制度(後期高齢者医療制度)のあらまし

対象者 (被保険者)



75歳以上全員対象

75歳以上の方

65歳以上75歳未満で一定の障害について認定を受けた方

国民健康保険や被用者保険の被保険者の方、被扶養者の方も75歳になると、すべての方が長寿医療制度(後期高齢者医療制度)の被保険者になります。

▶詳しくは **3ページ**

保険証 (被保険者証)



長寿医療制度(後期高齢者医療制度)の保険証(後期高齢者医療被保険者証)が一人に1枚交付されます。

医療機関にかかるときは、必ず窓口に提示してください。

原則として、75歳になる月の前月にお届けします。

保険料

年金



保険料は、被保険者全員が負担する「**均等割額**」と、所得に応じて負担する「**所得割額**」の合計額になります。

▶詳しくは **4ページ**

所得の少ない方などには、**軽減措置**があります。

▶詳しくは **5・6ページ**

保険料は、すべての被保険者の方が負担し、納付方法は原則として、**年金からの天引き***になります。

※申出により口座振替に変更できるようになりました。

▶詳しくは **7ページ**

自己負担



医療機関での自己負担割合は、**一般の方は1割、現役並み所得者は3割**です。

入院したときや自己負担が高額になったときの自己負担額は、世帯の所得の状況等によって異なります。

▶詳しくは **8ページ**

給付



国民健康保険や被用者保険と**同様の給付**が受けられます。

▶詳しくは **8～10ページ**

■長寿医療制度(後期高齢者医療制度)創設の趣旨

長寿医療制度(後期高齢者医療制度)は、75歳以上の高齢者の方々の心身の特性に応じた医療を提供するとともに、将来にわたって国民皆保険を堅持するため、その医療費を国民全体で支える分かりやすい制度として、国の医療制度改革により創設されました。

●生活を支える医療の提供

この制度で受けられる医療は、これまでと変わりません。また、75歳以上の高齢者の方々は、複数の病気にかかったり、治療が長期にわたる傾向があることから、自ら選んだ担当医に継続的に心身全体を診てもらえることができるなど、その心身の特性に応じた、生活を支える医療を提供します。

●国民全体で支える仕組み

今後大きく伸びると見込まれている高齢者の医療費を支えていくため、保険財政の運営は都道府県単位で設立された広域連合が行います。医療費の負担については「公費(税金)による負担」と「被保険者の方々と74歳以下の現役世代の方々の負担」のルールが明確化された仕組みとなっています。

■対象者(被保険者)



◆75歳以上の方(満75歳の誕生日から対象)

◆65歳以上75歳未満で一定の障害※について広域連合の認定を受けた方(認定を受けた日から対象)

※一定の障害とは、身体障害者手帳の1～3級及び4級の一部の障害などです。

※一定の障害に該当する方の加入(障害の認定の申請)は任意です。障害の認定は、75歳になるまではいつでも申請することができます。また、いつでも将来に向けて撤回することができます。

●生活保護を受けている方などは対象になりません。

長寿医療制度(後期高齢者医療制度)の被保険者になることに伴い、それまでの国民健康保険や被用者保険※の資格は喪失します。

※被用者保険とは、全国健康保険協会管掌健康保険、組合管掌健康保険、船員保険、共済組合などのいわゆる“サラリーマンの健康保険”の総称です。

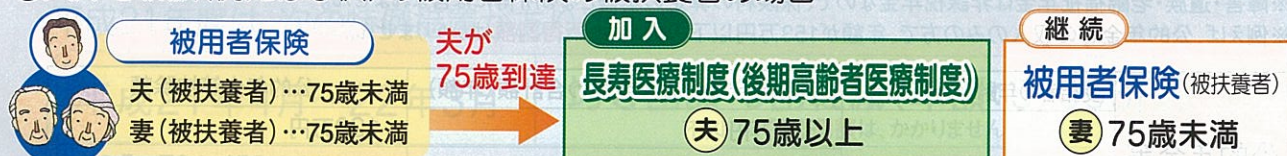
①夫婦で国民健康保険に加入していた場合



②夫が被用者保険の被保険者で、妻はその被扶養者の場合



③夫婦で親族(例えば子供)の被用者保険の被扶養者の場合



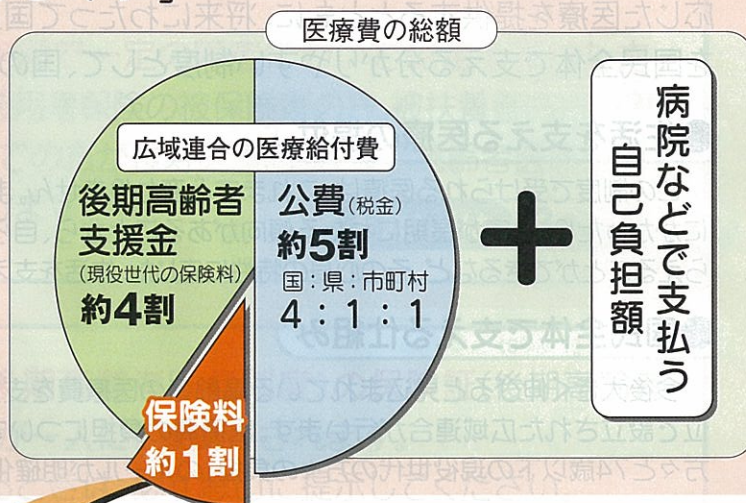
※75歳到達による長寿医療制度(後期高齢者医療制度)への加入手続きは不要です。

※国民健康保険や他の親族の被用者保険(被扶養者)へ加入する場合(②の場合)は、お住まいの市(区)町村窓口や被用者保険の窓口での手続きが必要です。

■ 保険料の決まり方

[保険料と医療費の負担のしくみ]

医療費は、被保険者が病院などで支払う自己負担額と、保険から給付される医療給付費で構成されています。この医療給付費のうち、**約5割**を公費(税金)で、**約4割**を後期高齢者支援金(現役世代の保険料)で負担し、残りの**約1割**を被保険者全員の保険料で負担します。



■ 保険料率

個人ごとの保険料の計算方法



被保険者個人ごとの保険料は、被保険者全員が負担する「**均等割額**」と、被保険者の所得に応じて負担する「**所得割額**」の合計額になります。(合計金額の10円未満は切り捨て)

福岡県後期高齢者医療広域連合の平成20、21年度の保険料率

- 均等割額 **50,935円**
- 所得割率 **9.24%**

[限度額50万円]

所得の多い方でも、年額50万円が上限になります。

保険料
(年額)

均等割額と所得割率は広域連合ごとに定められます。福岡県内の全区域で保険料率は均一です。

均等割額

50,935円

所得割額

所得割率

$$\left(\frac{\text{総所得金額等}}{-33万円(基礎控除)} \right) \times 9.24\%$$

※総所得金額等とは、前年中の「公的年金等収入－公的年金等控除(下表)」、「給与収入－給与所得控除」、「事業収入－必要経費」等の合計額で、各種所得控除前の金額です。

※障害・遺族・老齢福祉年金は非課税年金なので、保険料の算定の基礎となる所得には含まれません。

※例えば、公的年金等の収入のみの方で、年額が153万円以下の場合は、**所得割額**はかかりません。

	受給者の年齢(1月1日時点)	公的年金等の収入金額の合計額(年額)	公的年金等控除額
公的年金等 控除額	65歳以上	330万円以下	120万円
		330万円を超え410万円以下	収入金額×25%+37万5千円
		410万円を超え770万円以下	収入金額×15%+78万5千円
		770万円を超える場合	収入金額×5%+155万5千円

■ 保険料の軽減措置

● 均等割の軽減

世帯の所得に応じて、**均等割額**が軽減されます。

※「世帯」とは、4月1日時点の世帯（年度途中で75歳になる方、県外からの転入者等はその時点）が基準となります。

均等割額 軽減割合	軽減後の均等割額 (年額)	同一世帯内の被保険者及び世帯主の 軽減対象所得金額(※注2)の合計額
9割軽減	5,093円	【33万円(基礎控除額)】以下で、かつ、【被保険者全員が年金収入80万円以下(その他各種所得がない)】
※注1 8.5割軽減	7,640円	【33万円(基礎控除額)】以下
5割軽減	25,467円	【33万円(基礎控除額)+24.5万円×被保険者(世帯主を除く)の数】以下
2割軽減	40,748円	【33万円(基礎控除額)+35万円×被保険者数】以下

※注1 原則は「**7割軽減**」ですが、平成21年度は特例措置により「**8.5割軽減**」となります。

均等割額(年額)

7割軽減 15,280円

→ 8.5割軽減 7,640円

※注2 軽減対象所得金額とは、基本的に総所得金額等と同じですが、公的年金等収入の場合、「公的年金等収入－公的年金等控除－15万円」となるなど、例外があります。



軽減判定の対象となる方(被保険者及び世帯主)の所得がわからない場合には、「所得の照会書(簡易申告書)」を送付しますので、必ずご回答いただきますようお願いいたします。

● 所得割の軽減

所得割額軽減割合	総所得金額等
5割軽減	91万円以下の方(公的年金収入のみの場合、年金受給額が211万円以下の方)

● 長寿医療制度(後期高齢者医療制度)に加入する前日まで、 被用者保険の被扶養者であった方

被保険者となる月から2年間

均等割額：5割軽減

※**所得割額**は、かかりません

※被用者保険とは、全国健康保険協会管掌保険、組合管掌健康保険、船員保険、共済組合をさします。**国民健康保険・国民健康保険組合は該当しません。**

平成21年度は、次の特例措置があります。

平成21年4月～22年3月

均等割額：9割軽減(年額：5,093円)

※**所得割額**は、かかりません



「被用者保険の被扶養者であったにもかかわらず、保険料の軽減が適用されていない」場合は、広域連合又は市(区)町村にご連絡いただきますようお願いいたします。

■ 保険料のモデルケース[平成21年度]

	保険料(年額)	均等割額	所得割額
単身1  老齢基礎年金受給者 年金収入79万円	5,090円 (10円未満切り捨て)	5,093円 (9割軽減)	+ 0円
単身2  平均的な厚生年金受給者 年金収入201万円	62,920円 (10円未満切り捨て)	40,748円 (2割軽減)	+ 22,176円 (5割軽減)
夫婦1  〈夫〉年金収入201万円 〈妻〉年金収入79万円	62,920円 (10円未満切り捨て)	40,748円* (2割軽減)	+ 22,176円 (5割軽減)
	40,740円 (10円未満切り捨て)	40,748円* (2割軽減)	+ 0円
夫婦2  〈夫〉年金収入300万円 〈妻〉年金収入79万円	186,760円 (10円未満切り捨て)	50,935円*	+ 135,828円
	50,930円 (10円未満切り捨て)	50,935円*	+ 0円

※均等割額の軽減は、世帯の所得に応じて決定されるので、夫婦1の世帯は夫、妻ともに2割軽減となり、夫婦2の世帯は夫、妻ともに軽減はありません。

● 年度途中で被保険者になったときの保険料

年齢到達などにより年度途中で被保険者になった場合、保険料は被保険者になった月からの月割りで計算します。例えば上記の「単身2」の方が、11月に被保険者となった場合、**11月～翌年3月の5か月分**の保険料がかかります。

	保険料(年額)
単身2  11月に被保険者となった場合	26,210円 (10円未満切り捨て)

$$26,210円 = (40,748円 + 22,176円) \times \frac{5\text{か月}}{12\text{か月}}$$

■ 保険料の減免

災害や心身の故障、事業の休廃止による収入の著しい減少など、突発的な事情によりどうしても保険料を納めることが困難になったときは、申請により保険料が減免される場合があります。



災害による減免

震災、風水害、火災などの災害により著しい損害を受け、保険料の納付が困難となった場合
財産の損害の割合を考慮し、保険料を減免します。



収入の減少による減免

心身の故障、事業の休廃止、失業等により収入が著しく減少したために、保険料の納付が困難となった場合
申請された年の所得の見込額や前年からの所得の減少割合を考慮し、保険料を減免します。

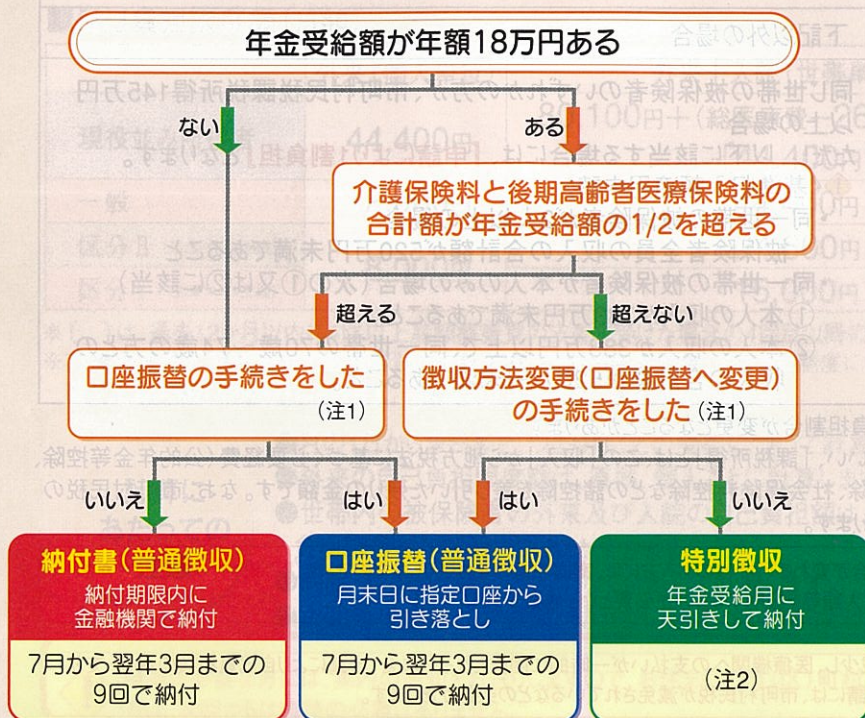
■ 保険料の納め方

原則として**年金天引き(特別徴収)**になりますが、年金の額等によっては、**納付書**や**口座振替**で納めていただきます。

また、年金天引きの対象となる方も、**口座振替**へ変更することができます。手続きの方法などは、市(区)町村にお問い合わせください。

※年金天引きの中止には2か月から4か月程度時間がかかります。

※口座からの振替不能が一定期間続く場合、年金天引きに変更させていただくことがあります。



● **特別徴収**の対象となる年金は種類等によって優先順位が定められています。複数の年金を受給している方は、最も上位の年金のみで特別徴収の判定がなされるため、年金受給額が年額18万円以上の場合でも**特別徴収**にならない場合があります。

1 年金保険者による優先順位

1. 社会保険庁
2. 国家公務員共済
3. 私学共済
4. 地方公務員共済

2 年金の種類による優先順位

1. 老齢基礎年金
2. 国年老齢年金など
3. 厚生老齢年金など
4. 船保老齢年金など
5. 退職年金など
6. 障害年金・遺族年金など

※障害・遺族年金は非課税年金なので保険料の算定の基礎となる所得には含まれませんが、天引きの対象にはなりません。

(注1) 国民健康保険料(税)を口座振替で納付していた方も、新たに手続きが必要になります。

(注2) 恩給、老齢福祉年金は対象になりません。

また年度途中から被保険者となる方や保険料額が変更となった場合などは、特別徴収の条件に該当しても、普通徴収となることがあります。

社会保険料控除について

長寿医療制度(後期高齢者医療制度)の保険料は、所得税及び住民税の申告の際に社会保険料控除の対象になります。

社会保険料控除は、被保険者又は被保険者と生計を一にする配偶者その他の親族が負担すべき社会保険料の支払いを行った場合に、支払った方に適用されます。

特別徴収から**口座振替**へ変更した場合、社会保険料控除の適用となる対象者が変わること、世帯全体の所得税及び住民税の負担額が変化することがあります。(負担額の変化は、世帯の状況等により異なります。)

◆ **特別徴収**の場合 保険料を支払った方は、年金受給者＝被保険者であるため、被保険者本人に適用されます。

◆ **普通徴収**の場合 保険料を実際に支払った方(本人又は生計を一にする親族)に適用されます。

保険料を滞納すると?

災害などの特別な事情がないのに保険料の滞納が続く場合、有効期間の短い保険証や資格証明書への差し替えや、給付の一時差止めなどの措置がとられる場合があります。保険料は必ず納期限内にお納めください。



お困りのときは、
市(区)町村の
担当窓口へ
ご相談ください。

給付の内容(自己負担)

病気やけがで診療を受けたとき(療養の給付)



病気やけがで医療機関にかかるときの医療費の自己負担割合は**1割**又は**3割**です。残りの額が給付されます。

■自己負担割合(8月～翌年7月):毎年判定を行います。

負担区分	負担割合	要件
一般	1割	下記以外の場合
現役並み所得者	3割	同じ世帯の被保険者のいずれかの方が、市町村民税課税所得145万円以上の場合 ただし、以下に該当する場合には、「申請により1割負担」となります。 ◆《基準収入額適用申請》 - 同一世帯の被保険者が2人以上の場合 被保険者全員の収入の合計額が520万円未満であること - 同一世帯の被保険者が本人のみの場合(次の①又は②に該当) ① 本人の収入が383万円未満であること。 ② 本人の収入が383万円以上で、同一世帯の70歳～74歳の方との収入の合計額が520万円未満であること。

※世帯構成等に変更が生じた場合は、自己負担割合が変更となることがあります。

※「収入」とは、年金、給与、事業収入などをいい、「課税所得」とは、この「収入」から地方税法に基づく必要経費(公的年金等控除、給与所得控除など)、基礎控除、扶養控除、社会保険料控除などの諸控除を差し引いた残りの金額です。なお、市町村民税の課税所得は、所得税の課税所得とは異なります。

⚠ 基準収入額適用申請により、自己負担割合が変わる可能性のある方には、案内の通知をお送りしますので、市(区)町村へ申請してください。
【申請に必要なもの】印かん・保険証・(収入額等を証明するものが必要となる場合があります。)

⚠ 災害など特別な理由により著しく収入が減少し、医療機関への支払いが一時的に困難となった場合、申請により自己負担額の減免・支払猶予が受けられる場合があります。減免申請には、市町村民税が減免されているなどの条件があります。

入院したとき(入院時生活・食事療養費の支給)

一般病床の場合は、**食事代**の標準負担額を除いた額が支給されます。

療養病床の場合は、**食費**及び**居住費**の標準負担額を除いた額が支給されます。

■標準負担額[食事代・食費(1食当たり)、居住費(1日当たり)]

		一般病床	療養病床	
		食事代	食 費	居住費
現役並み所得者、一般		260円	460円※	320円
区分Ⅱ (注:9ページ上段)	90日までの入院	210円	210円	320円
	90日を超える入院	160円		
区分Ⅰ (注) (注:9ページ上段)	老齢福祉年金受給者	100円	130円	320円
			100円	0円

※一部医療機関では420円の場合があります。



●療養病床とは、急性期の治療を終え、長期の療養を必要とする方のための医療機関の病床です。

⚠ ● 区分Ⅱ・Ⅰに該当する方は、入院の際「限度額適用・標準負担額減額認定証」が必要となりますので、あらかじめ市(区)町村へ申請してください。(申請月の初日からの適用になります。)
【申請に必要なもの】印かん・保険証・(収入額等を証明するものが必要となる場合があります。)

● 区分Ⅱに該当する方で、一般病床において入院期間が90日を超えた場合(療養病床で入院医療の必要性の高い場合を含む。)は、申請月の翌日から食事代の標準負担額が変わりますので、あらかじめ市(区)町村へ申請してください。
【申請に必要なもの】印かん・保険証・入院期間が確認できるもの

(注)

区分Ⅱ・区分Ⅰとは

[8・9ページ共通]

・区分Ⅱ…世帯全員が市町村民税非課税の方(区分Ⅰ以外の方)

・区分Ⅰ…次の①、②のいずれかに該当する方

①世帯全員の所得が0円である世帯に属する方(公的年金等控除額は80万円として計算します。)

②世帯全員が市町村民税非課税である世帯に属し、高齢福祉年金受給者である方

同じ月内に支払った自己負担額が高額になったとき(高額療養費の支給)

同じ月内に支払った医療費の自己負担額が高額になった場合は、**限度額を超えた額が払い戻されます。**

■自己負担限度額(月額)

	外来(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-267,000円)×1% [44,400円]
一般	12,000円	44,400円
区分Ⅱ(注:9ページ上段)	8,000円	24,600円
区分Ⅰ(注:9ページ上段)		15,000円



※〔 〕は、過去12か月以内に4回以上高額療養費の支給を受けた場合の4回目以降の限度額

※75歳到達月は、誕生日前の医療保険と長寿医療(後期高齢者医療)の2つの制度にまたがるため、個人単位の自己負担限度額が上記の額の2分の1になります。(誕生日が月の初日である場合を除く。)

計算にあたっての注意

- 月の1日から末日まで、つまり月ごとの受診について計算します。
- 外来の自己負担限度額は、原則、個人ごとに計算します。
- 世帯内の被保険者の外来及び入院の自己負担額は、これらを合計して世帯ごとの自己負担限度額を適用することができます。
- 病院・診療所・歯科の区別なく合計して計算します。
- 入院時の食事代や保険がきかない差額ベッド料などは支給の対象外です。



申請が必要な方には、案内の通知をお送りしますので、お住まいの市(区)町村へ申請してください。一度申請された方は、次回からは申請の必要はありません。

【申請に必要なもの】印かん・保険証・預金通帳

新設

長寿医療(後期高齢者医療)と介護保険の両方を利用し、1年間に支払った自己負担額が高額になったとき(高額介護合算療養費の支給)

長寿医療(後期高齢者医療)と介護保険の両方を利用し、1年間(8月から翌年7月)の自己負担額の合計が限度額を超えた場合は、**限度額を超えた額が払い戻されます。**
平成21年度の計算期間は、①20年8月～21年7月(12月分)、②20年4月～21年7月(16月分)のいずれかになります。

■自己負担限度額(年額)・世帯で合算

	長寿医療(後期高齢者医療)+介護保険	
計算期間	①20年8月～21年7月(12月分)	②20年4月～21年7月(16月分)
現役並み所得者	670,000円	890,000円
一般	560,000円	750,000円
区分Ⅱ(注:9ページ上段)	310,000円	410,000円
区分Ⅰ(注:9ページ上段)	190,000円	250,000円



※②20年4月～21年7月(16月分)の計算期間は、平成21年度の特例です。



初回申請(平成21年7月分まで)の受付は、平成21年秋以降になります。

特定の疾病で治療が必要になったとき(特定疾病)

特定の疾病により長期間継続して高額な治療が必要になった場合は、医療費の自己負担限度額が1か月につき、1万円までとなります。

特定疾病となる疾病

- ①人工透析が必要な慢性腎不全
- ②^{けっしょう}血漿分画製剤を投与している先天性血液凝固第Ⅷ因子障害又は第Ⅸ因子障害(いわゆる血友病)
- ③抗ウイルス剤を投与している後天性免疫不全症候群(HIV感染を含み、厚生労働大臣の定める者に限る)



特定疾病に該当される方は、「特定疾病療養受療証」が必要となりますので、市(区)町村へ申請してください。
【申請に必要なもの】医師の証明書・印かん・保険証

やむを得ず、いったん医療費全額を自己負担したとき(療養費の支給)

次のような場合は、いったん全額自己負担となりますが、**市(区)町村の窓口へ申請し、審査で決定すれば、自己負担分を除いた額が払い戻されます。**

- 事故や急病でやむを得ず
保険証を持たずに
治療を受けたとき



【申請に必要なもの】診療(調剤)内容の明細書・領収書・印かん・保険証・預金通帳

- 海外渡航中に、
急病で医療機関に
かかったとき



【申請に必要なもの】診療内容の明細書と領収明細書(外国語で作成されている場合は日本語の翻訳文が必要です)・印かん・保険証・預金通帳

- 医師が治療上必要と認めた
コルセットなどの
補装具代が
かかったとき



【申請に必要なもの】医師の証明書等・領収書・見積書・請求書・印かん・保険証・預金通帳

- 医師が必要と認めた、
はり・灸・マッサージ
などの施術を
受けたとき



【申請に必要なもの】医師の同意書・明細がわかる領収書・印かん・保険証・預金通帳

移送の費用が 必要なとき (移送費の支給)



移動が困難な患者が、医師の指示により緊急かつやむを得ない必要性があって移送されたときに支給されます。



【申請に必要なもの】医師の証明書等・領収書・印かん・保険証・預金通帳

訪問看護ステーション を利用したとき (訪問看護療養費の支給)

医師が必要であると認めた場合、費用の一部を利用料として支払うだけで、利用できます。



被保険者が 亡くなったとき (葬祭費の支給)

申請により葬祭を行った方に葬祭費(3万円)が支給されます。



【申請に必要なもの】葬祭を行った方を確認できるもの・印かん・保険証・預金通帳



・各給付については、医療費などを支払った日(葬祭費については、葬祭を行った日)の翌日から2年を過ぎると支給されませんので、ご注意ください。
・審査の結果、支給されない場合もあります。

長寿医療(後期高齢者医療)の保険証が使えないとき



次のようなときには、保険証が使えません。

- 病気とみなされないもの…… 健康診断・人間ドック・予防注射 など
- ほかの保険が使えるとき…… 仕事上の病気やけが(労災保険の対象になります)
- 保険の給付が制限されるとき 故意の犯罪行為や故意の事故・けんかや泥酔による病気やけが・医師や広域連合の指示に従わなかったとき

健康診査の実施



対象の方は健康診査を受けましょう。



生活習慣病の予防や早期発見・早期治療による健康の保持・増進を目的として、健康診査を実施します。被保険者全員にお知らせと受診券、受診できる医療機関の一覧表※を送付します。

※一覧表には住所地の医療機関を掲載していますので、県内の他の地域の医療機関一覧表を希望される場合は、広域連合又は市(区)町村にお問い合わせください。

※がん検診などの他の検診は、健康増進法に基づき市町村が実施しています。

- 生活習慣病※で受診中の方は対象となりません。
※生活習慣病とは、糖尿病、高血圧症、脂質異常症などで、内臓脂肪の蓄積に起因するものをさします。
- 健康診査の主な項目は、身体計測、血圧測定、血中脂質検査、肝機能検査、血糖検査、尿検査などです。
- 自己負担は500円です。医療機関の窓口でお支払いください。

制度の運営について

長寿医療制度(後期高齢者医療制度)の運営は「**後期高齢者医療広域連合**」が行い、保険料の徴収事務と窓口業務は市(区)町村で行います。

後期高齢者医療広域連合が行う主な業務

- ◆ 資格の管理
- ◆ 医療を受けたときの給付
- ◆ 保険料の決定
- ◆ 保険財政の運営

市(区)町村で行う主な業務

- ◆ 保険料の徴収・相談
- ◆ 申請や届出の受付
- ◆ 保険証の引渡し

後期高齢者医療
広域連合とは

都道府県単位ですべての市町村が加入し、長寿医療制度(後期高齢者医療制度)の運営を行う特別地方公共団体です。保険料率などは、この広域連合の議会で決定されます。

『還付金詐欺』にご注意!

広域連合や市(区)町村などの職員を装って電話をかけ、現金自動預け払い機(ATM)で医療費や年金等の払い戻しの手続きをすると偽り、お金をだまし取ろうとする詐欺事件が多発しています。

現金自動預け払い機(ATM)を介して払い戻しをすることは絶対にありませんので、ご注意ください。



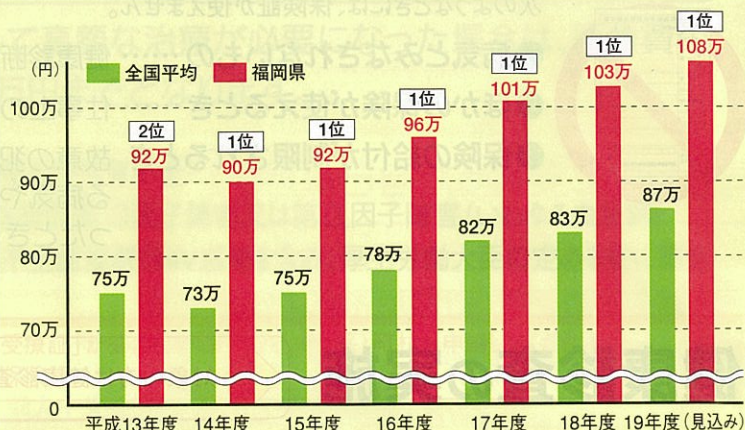
県内の老人医療費

※老人医療費とは、老人保健制度（平成19年度で廃止）における医療費です。

福岡県内の一人当たりの老人医療費は
平成19年度で約108万円
（全国平均は約87万円）

平成14年から
6年連続全国1位となっています。

全国最少の長野県は約71.6万円で、福岡県
は長野県の約1.5倍となっています。



長寿医療制度（後期高齢者医療制度）の保険料は、高齢者の医療費に比例する仕組み（4ページ参照）になっています。日頃から健康状態の把握に努め、元気に健やかに過ごしましょう。そのことにより、保険料が減少することにもなります。

ご存じですか？ ジェネリック医薬品

ジェネリック医薬品は、新薬の特許が切れた後に開発された、新薬と同じ有効成分・同じ効きめを持つ医薬品で、国が承認したものです。その安全性・品質は厳しい基準により保たれています。また、開発に必要な期間や経費を大幅に抑えることができるため、新薬の約2～7割の価格になっています。**利用することで、患者さんのお薬代が軽減されることもあります。**まずは、医師・薬剤師にご相談ください。

広域連合では、ジェネリック医薬品の使用が促進されるよう、普及・啓発に取り組んでいます。

医療費通知の ご確認を！

受診された医療機関や施設での医療費・療養費を、3か月に一度郵送でお知らせします。受診年月や医療機関名称等の記載内容をご確認ください。

3月・6月・9月・1月
にお知らせします。



問い合わせ先〔市外局番を必ずご確認ください〕

福岡県後期高齢者医療広域連合

TEL 092-651-3111 FAX 092-651-3120
http://www.fukuoka-kouki.jp/
〒812-0044 福岡市博多区千代4丁目1番27号（福岡県自治会館5階）

市（区）町村後期高齢者医療担当

※この資料は、平成21年7月時点における制度の概要をとりまとめたものです。



PRINTED WITH
SOY INK
この印刷物は環境に配慮し、大豆インキを使用しています

H21.07

健康長寿だより

継続は力なり！



世界一元気な103歳児が
実践する健康法を聞く！

鼻地三郎さんが提唱する 十大『習慣健康法』とは

① まず笑顔・ユーモア(長寿者の共通点)	⑥ 語学講座を聞く
② 冷水摩擦(歯を磨く・みだしなみ)	⑦ 新聞を読む(世界に通じる)
③ 棒体操(関節運動・バランス・瞬発力)	⑧ 口八丁(おしゃべりする・人の輪に入る)
④ 祈る(感謝の心・願い事)	⑨ 日記を書く(手書きする)
⑤ 一口30回噛む(少食・免疫力)	⑩ 上を向いて寝る(背骨・腰を伸ばす)

長寿を楽しむ食事のポイント

「たくさん」より「まんべんなく」

10の食品群を上手に摂って、バランスの良い食事を心がけましょう

- 肉……………からだをつくるスタミナ源です
1日の目安は薄切り肉3枚(約70g)
- 魚介……………1日1切れ(約80g)
- 油脂……………エネルギー源となる油を使った料理は疲労回復に効果的
- 卵……………バランスのよいたんぱく質源です
1日1個(約50g)食べましょう
- 海藻・海藻……………老化と戦うミネラルが豊富で、腸をキレイにしてくれます
1日1品海藻メニューを
- 牛乳・乳製品……………骨をつくるカルシウム源
1日コップ1杯(200ml)飲みましょう
- 大豆や大豆製品……………イソフラボンが豊富
豆腐なら1日1/3丁
- 緑黄色野菜……………緑黄色野菜はカロテンやビタミンが豊富
茹でたり、蒸したりしてたっぷり食べましょう
- いも……………食物繊維が豊富
1日1回は食べましょう
- 果物……………食物繊維やビタミンCが豊富
1日1回食べましょう

※毎日記録をつけてみましょう

(協力:水巻町健康課)

《お知らせ》

◎ジェネリック医薬品希望カードを送ります
同封のカードを、お医者さんや薬剤師さんに見せると、ジェネリック
医薬品を処方してもらえますので、是非ご活用ください

◎健康診査はお済みですか？
健康診査を受けて、健康状態を確認しましょう
※生活習慣病で受診中の方は対象となりません

問い合わせ先

福岡県後期高齢者医療広域連合

TEL092-651-3111 / FAX092-651-3901

◎間違い電話が多くなっておりますので、市外局番を必ずご確認ください

〒812-0044 福岡市博多区千代4丁目1番27号 (福岡県自治会館5階)



大盛況！ 昇地さん健康長寿講演会

福岡県後期高齢者医療広域連合では、県内の市町村などで行われる高齢者の健康づくり事業と連携して、9月11日の添田町を皮切りに健康長寿講演会を開催しています。

会場となった添田町オークホールは、約500人の聴講者で大盛況。添田町 山本文男町長の挨拶の後に、真っ赤なおそろいのソフト帽とブレザー姿の昇地さんがステージに登場すると、会場からは盛大な拍手が起こりました。



長寿社会を元気に楽しむ 世界一元気な103歳児・昇地さん

長寿と健康づくりの秘訣を、福岡市在住の世界一元気な103歳児、「しいのみ学園」理事長・園長として現在もご活躍中の医学博士・文学博士の昇地三郎さんにうかがいました。

昇地三郎さんプロフィール

明治39年8月16日北海道釧路市生まれ。広島師範学校・広島高等師範学校・広島文理科大学を卒業後、九州大学医学部で精神医学を学ぶ。昭和29年「しいのみ学園」を創立。現在、同学園の理事長・園長のほか、三才児教育学会会長を務める。国内はもちろん、海外13カ国地域でも講演を行う。

**一〇三歳とは思えない
身のこなしに驚きの声**

ステージでは、ご自身で考案された「棒体操」を、自ら実践。客席のみなさんちも立ち上がって、昇地さんの動きに合わせて棒体操を行いました。

身のこなしは軽やかで、とても一〇三歳とは思えない体のやわらかさです。その動きに会場は驚きの声に包まれました。

そして、講演を締めくくったのが、外国の訪問先でも披露している昇地さんの十八番「黒田節」。陣羽織をまとってさっそうと舞う姿は、みごとに身のこなしでした。「九十九歳までは助走、一〇〇歳からは本番」との言葉どおり、元気で何事にも積極的挑戦。ユーモアに満ちた講演会は、大盛況のうちに幕を降ろしました。

**いかがですか？
昇地さんの十大『習慣健康法』
どれも今日から気軽に
できるものばかりです
皆さんもさっそく
はじめてみませんか！**



昇地さんの長寿の秘訣は、自らが考案し、毎日続けている十大『習慣健康法』です。「これは、朝起きて、夜寝るまでの間に、気軽にできる軽い運動や少食の実践など、健康づくりのための生活習慣十項目をまとめたものです。ムリをせず、にできるから毎日続けられます」。継続は力なり。これは健康づくりにもいえることですね。

**毎日続ける健康法が
長寿の秘訣**

平成21年度実施の健康長寿講演会のスケジュール

※お問い合わせは、各市町へ

筑前町	平成21年11月11日(水)	13:30	コスモスプラザふれあいホール
福津市	平成21年12月 8日(火)	13:30	健康福祉総合センター(ふくとびあ)健康プラザ
中間市	平成22年 1月18日(月)	13:30	なかまハーモニーホール
行橋市	平成22年 1月27日(水)	10:00	ウイズゆくはし
田川市	平成22年 2月 5日(金)	13:30	田川青少年文化ホール
古賀市	平成22年 2月23日(火)	13:00	リーパスプラザ 大ホール

少食が基本、 一口三〇回噛む

健康に大きく関係する食事についてうかがうと、少食をすすめてくれました。「栄養バランスのとれた食事を少量とるのが良いんです。そして、一口三〇回噛んでゆっくり食べる。すると、食べ物の消化も良くなり、噛むことで、脳も刺激されて代謝が活性化します」。健康のためにバランスのとれた食事を心がけたいですね。

