

国保加入者の皆さまへ ～ 国保財政健全化へ向けての“取り組み”～



国保会計の運営は大変厳しい状況にあり、保険料率の引き上げを行うことは避けて通れない状況の中、収支改善へ向けて以下の取り組みを強化していきますので、引き続き国保加入者の皆さまのご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

◆ “まずは受診” から始めましょう！

町では、各種がん検診等及び特定健診を実施しています。

特定健診（国保加入者：40歳以上74歳以下）の目的は、メタボリックシンドローム等の「病気の芽の早期発見」です。健診の主な内容は、診察、血液検査・尿検査で、血中の脂質や代謝の異常、肝機能・腎機能などを調べ、病気を発見する重要な手がかりを見つける検査となっています。自己負担額は1,000円（非課税世帯は無料）で受診できます。

特定健診の受診者と未受診者の医療費を比較した調査を見ると、未受診者の方の医療費は2～3割程度高くなる傾向が見られ、健康状態を把握していないために病状が悪化してしまうなど、ご自身の健康に対する意識の低さが医療費の増大に影響しているといえます。

国保加入者の皆さんは、『短期人間ドック（30歳以上）』を小清水赤十字病院で日帰り受診できます。自己負担額は8,400円（総額42,000円の内、33,600円を国保が負担します。）です。

定員に限りがありますが、今年度実施分にはまだ若干の余裕がありますので、病気の早期発見及び治療による健康維持と医療費抑制のためにも、是非、受診についてご検討ください。

皆さまの申し込みをお待ちしています。

【短期人間ドック検査項目】

身長・体重・腹囲・BMI（※1）		
血圧測定（座位）・視力・聴力		
胃内視鏡（※2）または胃バリウム		
胸部X線（正面）	心電図検査（12誘導）	
腹部超音波（肝・胆・腎）	心臓エコー	
眼底検査（2枚）	スパイロメーター（※3）	
尿検査	糞便検査	血液検査（25項目）

- ※1 体重（体格）指数のことで、 $\text{体重} \div \text{身長} \div \text{身長}$ で算出される体重（体格）の指標
- ※2 鼻からの内視鏡検査が可能
- ※3 肺の容積や、空気を出し入れする換気機能のレベルを調べる検査

◆ “ジェネリック医薬品” の活用で薬代もお得に！

成分や効き目は新薬と同じで安価な『ジェネリック医薬品』を使うことにより、薬代の個人負担軽減が計られるとともに、医療費の抑制につながります。

国保加入世帯には、9月の保険証更新時に『ジェネリック医薬品希望カード』を配付済みですが、役場医療保険係及び浜小清水・止別出張所では随時配布をしていますので、この機会にご検討のうえ、是非ご利用くださいますようお願いいたします。

【お問い合わせ先】

- 「医療費」に関すること → 保健福祉課医療保険係 ☎ (62) 4473
- 「検診」に関すること → 保健福祉課健康推進係 ☎ (62) 4480
- 「保険料」に関すること → 町民生活課税務係 ☎ (62) 4479

◎たとえば……
新薬とジェネリック医薬品では、1年間で薬代がこのくらい違う場合があります。

高血圧の場合	新薬	ジェネリック医薬品	差額
医療・健診・薬剤費等（3割負担）	17,520円	4,380円	13,140円
高齢者医療（1割負担）	5,840円	1,460円	4,380円

職員負担の場合	新薬	ジェネリック医薬品	差額
医療・健診・薬剤費等（3割負担）	12,045円	8,760円	3,285円
高齢者医療（1割負担）	4,015円	2,920円	1,095円

※金額は薬代の4割負担（ほか3割）を仮定し、ジェネリック医薬品は1年分（1ヶ月）を例示。

ご家庭で、事業所で節電にご協力ください

政府が示した今冬における節電目標は平成22年度比7%以上であり、北海道においても積極的に節電・停電対策に取り組むことを決定しています。

北海道電力では、電力の安定供給に必要な予備率である3%以上を確保できているとされていますが、北電は他社からの電力融通に制限があること、北本連系設備や主要発電設備等に故障等が生じた場合の脱落リスクを考慮する必要があることから、今夏に引き続き各事業所と一般家庭に対する節電の要請を行っています。

北海道電力管内においては電力の安定供給が確保される見通しですが、北海道における電力不足は、道民の生命、身体の安全に関わる重大な影響をもたらすことから、これを何としても回避していかなければなりません。

そこで、町では、これまでの節電意識を継続し、日常生活や経済活動に負担が生じない、無理のない節電を町民及び事業者の皆さまに広く節電の取組を呼びかけるとともに、町自らも電力使用者の一人として今夏に引き続き節電に取り組むこととします。

今冬の節電に向けた町の取り組みについて

- ☆節電期間 次の期間を節電期間として実施します。（北海道に合わせる）
12月1日（土）から3月31日（日）まで
- ☆節電目標 目標数値は設定しませんが、日常生活や日常業務に負担の生じない、無理のない範囲での節電に取り組むことにより、使用最大電力及び電力使用量の抑制に努めるものとします。
- ☆対象部局 町長部局、教育委員会、消防小清水分署
- ☆取組内容
 - ・ピークカット（一時間帯での最大使用電力の抑制）を基本に取組を実施します。
 - ・庁舎（施設）ごとに取り組む事項と、職場の状況に応じ職員が行動していく事項について実施していきます。
 - ・なお、具体的な取組にあたっては、来庁者及び利用者の皆さまの安全が保たれ、理解が得られるよう周知を図り実施していきます。

【庁舎（含施設）ごとの取組】

- 廊下・執務室照明
 - ・業務、住民・利用者の皆さまの安全に支障のない範囲で、照明を間引きする。
 - ・使用していないエリアは、消灯を徹底する。等
- コンセント動力
 - ・パソコン等OA機器のスリープモード設定を徹底する。等
- 空調
 - ・執務室の室内温度を22℃とする。（または、ウォームピズ等により室内環境に配慮しつつ、22℃より若干引き下げる。）
 - ・使用していないエリアは空調を停止する。
 - ・夕方以降はブラインド・カーテンを締め、暖気を逃がさない。

【職員行動】

- ◆次の取組などについて、職員の創意工夫により実施
 - [OA機器]
 - ・退庁時におけるパソコンのコンセントオフ
 - ・離席時におけるパソコンのスリープモード化
 - [職場環境]
 - ・不要な照明のこまめな消灯を徹底する。

☆その他

各庁舎及び施設における具体的な取組にあたっては、来庁者や執務室の状況、職員の健康などに配慮するとともに、各職場における創意工夫と自主性のもと推進していきます。

【お問い合わせ先】

総務課総務係 ☎ (62) 4470

北海道電力からの節電のお願い

節電をお願いしたい期間・時間帯・量

一昨年と比較して7%以上の節電にご協力くださいますようお願いいたします。

節電をお願いする期間	節電をお願いする時間帯
12月10日（月）～12月28日（金） 土日を除く平日	午後4時～午後9時
1月7日（月）～3月1日（金） 土日を除く平日	午前8時～午後9時
3月4日（月）～3月8日（金）	午後4時～午後9時

節電に関するお問い合わせ

ほくでんホームページをご覧ください。節電専用ダイヤル（通話料無料）までお問い合わせください。

ほくでんホームページ www.hepco.co.jp

節電専用ダイヤル ☎0120 (009) 428 電話受付時間 9:00～17:00（土、日、祝日、12月29日～1月3日を除く）