

# 国民健康保険からのお知らせ

## 医療機関を上手に受診しましょう

より効果的な医療を受けるためには、ひとり一人の心構えが重要です。病院等を利用するときは、以下の点に注意して、上手に受診しましょう。

### ◆重複受診はやめましょう

同じ病気で複数の医療機関を受診することは、医療費を増やしてしまうだけでなく、検査や投薬も重複することにより、治療に支障を来し体に悪影響を与えてしまう心配があります。現在受けている治療に不安などがあるときは、まず医師に伝えて話し合ってみましょう。

### ◆かかりつけ医を持ちましょう

かかりつけの医師を持ち、気になることがあったら、まずはかかりつけの医師に相談しましょう。

### ◆小児救急電話相談を利用しましょう

休日や夜間に、子どもが急に具合が悪くなったとき、すぐに受診した方がよいのか、家庭でどのような処置をすればよいのか、悩んだことはありませんか。そんなときは#8000にコールしてください。保健師・看護師がお子さんの救急について電話で相談に応じます。

### ◆休日や時間外受診を見直しましょう

休日や診療時間外に医療機関にかかるると、割増料金がかかります。また、軽傷の人の緊急医療受診が、緊急性の高い重傷の人の治療に支障をきたします。受診の前に平日の診療時間内に受診できないか、もう一度考えてみましょう。

### ◆薬の飲み合わせに注意しましょう

お薬手帳の活用などにより、既に処方されている薬を医師や薬剤師に伝え、飲み合わせには注意しましょう。

### ◆ジェネリック医薬品を利用しましょう

ジェネリック医薬品(後発医薬品)は、先発医薬品と同等の効能効果を持つ医薬品であり、費用が先発医薬品よりも安くすみます。ジェネリック医薬品希望カードを医療機関や薬局に提示することなどにより、後発医薬品の利用について相談にのってもらうことができます。

## 柔道整復師にかかるときの注意

柔道整復師(接骨院・整骨院など)の施術に国民健康保険が使えるのは、一定の条件を満たす場合に限られていますので、ご注意ください。

○

### 国保が使える場合

- 打撲
  - ねんざ
  - 挫傷(肉離れ等)
  - 骨折・脱臼
- (緊急時以外は医師の同意が必要)

### ◆病院との重複受診はできません

同一の負傷について、同時期に柔道整復師と医師(整形外科)に重複してかかった場合は、原則として柔道整復師の施術料は全額自己負担となります。(ただし、負傷の状態を確認するために定期的に医師の検査を受けることはできます。)

### ◆「療養費支給申請書」の内容を確認しましょう

国保を扱っている柔道整復師の施術を受ける場合、窓口で保険証を提示し、一部負担金を支払うとともに、「療養費支給申請書」への署名が必要です。施術内容に誤りがないか、きちんと確認してから署名するようにしましょう。

×

### 国保が使えない場合

- 日常生活における疲労・肩こり
  - スポーツなどによる肉体的疲労
  - 加齢による腰痛や五十肩の痛み
  - 神経痛(リウマチ・慢性関節炎など)
  - 脳疾患後遺症などの慢性病
- ※全額自己負担となります

■問い合わせ 役場保健福祉課保険係 ☎24-5111(内線133)

## 第8回「やさい王国昭和村」 フォトコンテストにご応募ください

このコンテストは、昭和村が平成21年10月に「日本で最も美しい村」連合に加盟したことを記念して、魅力ある本村をPRするために開催しており、8回目を迎えました。ぜひ、みなさんのとっておきの昭和村の風景をご応募ください。

- 1 テーマ 四季折々の昭和村の風景や生活観が見える写真「風景、祭、農・産業」の情景
- 2 撮影エリア 昭和村全域
- 3 撮影対象 四季折々の自然景観、史跡、文化財、伝統芸能、祭、農業等を題材とした村のPRにふさわしい写真
- 4 部門 一般の部門・ポスターの部門(縦長サイズ限定)・ジュニアの部門(中学生以下)
- 5 入賞 **グランプリ**: 1点(一般の部門・ポスターの部門より選考)  
**一般の部門**: 優秀賞3点、特選3点、特別賞数点  
**ポスターの部門**: 群馬県知事賞1点、横浜市長賞1点、横浜市長賞1点、群馬県観光物産国際協会理事長賞1点、NHK前橋放送局長賞1点  
**ジュニアの部門**: 最優秀賞1点、優秀賞3点、特選3点、特別賞数点 ※ジュニア部門には参加賞があります。
- 6 応募規定
  1. 写真の画像の合成、または加工は不可とします。
  2. プリントサイズは**四切(ノトリ可)**、ジュニアは2Lまたはキャビネ。
  3. メール及びメディア等の応募は一切受付いたしません。
  4. 入選者には画像データを(デジタル化して)提出していただきます。
  5. 応募は1名につき各部門5点以内とします。
- 7 応募方法  
作品の裏面に必要事項(住所、氏名、電話番号、題名、撮影年月日等)を記載した応募用紙(コピー可)を添付し、昭和村役場企画課または群馬県写真材料商組合加盟店へ提出してください。
- 8 募集期間 2月28日(水)まで(当日消印有効)※応募規定など詳しくはお問い合わせください。
- 9 問い合わせ 「やさい王国昭和村」フォトコンテスト実行委員会事務局 昭和村役場企画課広報統計係  
☎0278-24-5111(内線140)まで

### 戦没者のご遺族の皆さまへ

第十回特別弔慰金の請求期限が近づいています。

## 平成30年4月2日(月)までに、ご請求ください。

#### ●支給対象となる方

平成27年4月1日(基準日)において、「恩給法による公務扶助料」や「戦傷病者戦没者遺族等救護法による遺族年金」等を受ける方(戦没者等の妻や父母等)がいない場合に、次の順番による先順位のご遺族一人に特別弔慰金が支給されます。

#### ■戦没者等の死亡当時のご遺族で

1. 平成27年4月1日までに戦傷病者戦没者遺族等救護法による弔慰金の受給権を取得した方
2. 戦没者等の子
3. 戦没者等の(1)父母(2)孫(3)祖父母(4)兄弟姉妹  
※戦没者等の死亡当時、生計関係を有していること等の要件を満たしているかどうかにより、順番が入れ替わります。
4. 上記1から3以外の戦没者等の三親等以内の親族

(甥、姪等)

※戦没者等の死亡時まで引き続き1年以上の生計関係を有していた方に限ります。

#### ■支給内容

額面25万円、5年償還の記名国債

#### ■お問い合わせ

役場総務課住民係 ☎24-5111(内線115)