

『健やかヘルスケアセミナー／平田B&G海洋センター体育館（10/22）』  
健やかさかたヘルスケア推進事業の参加者等を対象に、日頃のウォーキングに活かせる歩き方やスト  
レッチのセミナーを開催しました。会場では、栄養や口腔ケアの相談、体組成測定も実施しました。



## ジェネリック医薬品をご活用ください

### ジェネリック医薬品とは？

新薬（先発医薬品）と同一の有効成分を含み、同一の効果を持つものをジェネリック医薬品（後発医薬品）といいます。新薬の特許期間が終了した後に販売され、開発コストがかからないことから、価格が安く抑えられています。また、大きさや味、保存性などが工夫、改良されている場合もあります。

### なぜジェネリック医薬品なの？

高齢化や医療の高度化に伴い、一人当たりの医療費は増加の傾向にあり、これからも上昇していくと予想されています。その医療費は、皆さんの窓口負担や国保税などによって成り立っています。ジェネリック医薬品を利用することで、医療水準はそのままに全体の医療費を抑えることができるため、皆さんの負担軽減につながります。

### ジェネリック医薬品を希望するときは？

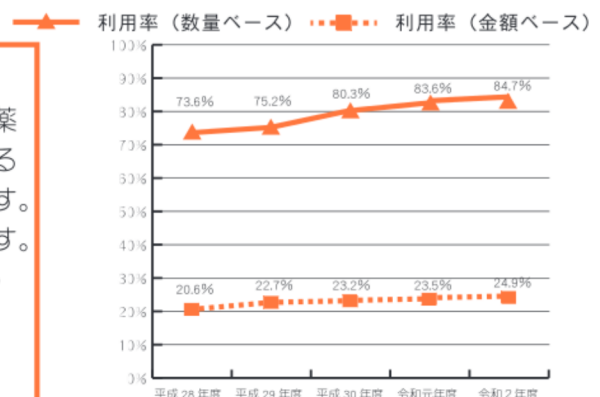
ジェネリック医薬品は市販薬ではなく、処方せんが必要な薬です。まずは、かかりつけの医師や薬剤師にご相談ください。

☆保険証台紙の裏面に「ジェネリック医薬品希望シール」が貼ってあります。保険証やお薬手帳などの余白部分に貼ってお使いください。

### 安全性は？

ジェネリック医薬品は、新薬によって安全性を確認された成分を利用しています。また、国の厳格な審査により、新薬と同等の安全性を持つと認められたものが承認されています。

### 利用率の推移（各年度平均）



（資料：山形県国保連合会）

### 「ジェネリック医薬品差額通知」をお送りしています

酒田市の国保に加入している方に、ジェネリック医薬品に切り替えた場合にお薬代の差額がどのくらいになるかお知らせする「差額通知」を年3回お送りしています。ジェネリック医薬品の利用割合は年々増加しています。令和2年度に処方されたお薬の数量の84.7%がジェネリック医薬品でした。（山形県国保連合会資料より）



事前の登録で

## マイナンバーカードを健康保険証として使用できます！

令和3年10月より、マイナンバーカードを健康保険証として利用できるようになりました。医療機関や薬局の専用カードリーダーにマイナンバーカードをかざすだけで、医療保険の資格を確認できます。（ただし、オンライン資格確認に対応している医療機関・薬局に限ります。）このとき、マイナンバーカードに内蔵されている「電子証明書」を使って確認しますので、マイナンバー（12桁の数字）は使用しません。

健康保険証として利用するためには、事前にセブン銀行ATMまたはWebサイト「マイナポータル」で登録をお願いします。マイナポータルでの事前登録には、マイナンバーカード読み取り対応のスマートフォン（または、パソコンとICカードリーダー）が必要です。



マイナポータル  
はこちらから

マイナンバーカードは健康保険証として使えるだけでなく、住民票などの証明書をコンビニで発行したり、オンラインでの手続きに使用したりすることもできます。また、顔写真つきの本人確認書類にもなります。市民課や総合支所で申請する場合、顔写真はその場で撮影します。費用は無料です（紛失などによる再発行は有料）。



## 交通事故などにあつたときは届け出を

交通事故など、第三者（相手）の行為によるケガの治療に国民健康保険証を使用する場合は「第三者行為による被害届」の届け出が必要です。かかった医療費のうち、第三者が負担すべき医療費分を、酒田市が第三者に請求します。



### ☆届け出に必要なもの☆

① 国保証 ② 印鑑 ③ 事故証明書（交通事故の場合）

### ☆届出先☆

国保年金課 または 各総合支所市民係

### ☆交通事故以外に「第三者行為による被害届」が必要な場合☆

・ 傷害事件に巻き込まれた ・ 他人の飼い犬にかまれた など

※次のような場合には、国民健康保険証が使えません。

- ・ 相手と示談を済ませた
- ・ 勤務中や通勤中の事故 など

## 国民健康保険税は、期限内に納めましょう

国民健康保険は、もしものときに安心して医療機関を受診できるように、加入者が国民健康保険税を出し合って、医療費などをみんなで支え合う助け合いの制度です。忘れずに納めましょう。

### 国民健康保険税は、口座振替が便利です！



国民健康保険税の納付を口座振替にすると、納期のたびに金融機関等の窓口に出向く必要がなく、納め忘れの心配もないため便利です。

口座振替をご希望の方は、市内に本・支店のある銀行・信用金庫・労働金庫・各農協・漁協・ゆうちょ銀行の窓口でお申し込みください。インターネットでの手続きもできます。

### ☆スマートフォン決済アプリでも、国民健康保険税の納付ができます

PayPay や LINE Pay で納付書に印字されたバーコードを読み込むだけで、24時間いつでも、自宅にいながら国民健康保険税を納付することができます。

※詳しくは市ホームページでご確認ください。