

佐賀県後期広域連合だより

発行 佐賀県後期高齢者医療広域連合
発行日 令和5年6月27日

第7号

【今号の内容】

- 佐賀県後期高齢者医療広域連合からのお知らせ・・・1～2ページ
 - ・後期高齢者医療被保険者証の更新について
 - ・認定証の更新について
 - ・医療費のお知らせについて
- 佐賀県の後期高齢者医療の運営状況・・・2ページ
 - ・医療給付費と財源の状況（令和5年度予算）
 - ・令和4年度の被保険者数の状況
- 令和5年度の保健事業の紹介・・・3～5ページ
 - ・後期高齢者健診（フレイル健診）を受診しましょう！
 - ・「オーラルフレイル」を予防して健康長寿を目指しましょう！
 - ・76歳歯科健診「歯（し）あわせ健診」を実施しています
 - ・ジェネリック医薬品を利用しましょう！
- 保健師からのひとこと・・・6ページ
- マイナンバーカードが健康保険証として利用できます！・・・7ページ

佐賀県後期高齢者医療広域連合からのお知らせ

後期高齢者医療被保険者証の更新について

今お持ちの被保険者証（オレンジ色）は、令和5年7月31日までの有効期限となっています。

新しい被保険者証（水色）は、7月中に【簡易書留】でお送りいたしますので8月以降ご使用ください。

なお、今お持ちの被保険者証（オレンジ色）は、7月31日までご使用いただき、その後は、市役所（町役場）の後期高齢者医療担当に返還していただくか、裁断等をして確実に廃棄してください。

【お願い】

新しい被保険者証（水色）が届きましたら、住所・氏名・性別・生年月日のご確認をお願いします。

もし、記載内容に誤りがある場合は、市役所（町役場）の後期高齢者医療担当までご連絡ください。

認定証の更新について

今お持ちの後期高齢者医療限度額適用・標準負担額減額認定証（黄色）及び後期高齢者医療限度額適用認定証（白色）は、令和5年7月31日までの有効期限となっています。

新しい認定証は、継続対象の方のみ7月中に被保険者証（水色）と一緒に交付いたします。

なお、認定証の更新手続きは必要ありませんが、被保険者証の負担割合が変更になり、新たに認定証の交付対象となる場合には申請が必要です。

医療費のお知らせについて

後期高齢者医療制度の被保険者の方へ「後期高齢者医療費のお知らせ」をお送りしています。このお知らせは、一定の期間にかかった医療費の情報をお知らせすることにより、ご自身の健康や医療費に対する関心を深めていただくことを目的に、年に2回送付しています。

確定申告等の医療費控除の手続きで医療費の明細書として使用することができますので、手続きに使用される方は大切に保管してください。

	送付時期	通知に記載する診療月
通知1回目	令和5年11月下旬	令和5年1月～8月
通知2回目	令和6年2月下旬	令和5年9月～12月

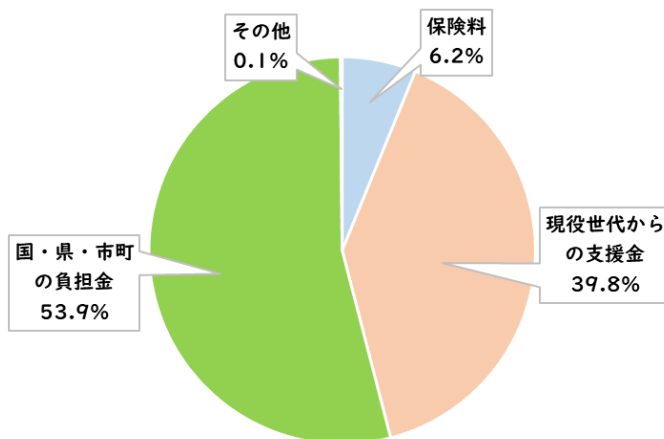
佐賀県の後期高齢者医療の運営状況

医療給付費と財源の状況（令和5年度予算）

令和5年度当初予算では、医療給付費（医療費から被保険者が負担する一部負担金を除いたもの）の総額を1,325億円と見込んでいます。被保険者の増加等により、前年度の1,257億円から68億円増加しています。

この財源には、被保険者が納める保険料82億円、現役世代からの支援金527億円のほか、国・県・市町の負担金714億円などが充てられています。

区分	金額	構成割合
保険料	82億円	6.2%
現役世代からの支援金	527億円	39.8%
国・県・市町の負担金	714億円	53.9%
その他	2億円	0.1%
合計	1,325億円	100%



令和4年度の被保険者数の状況（令和5年3月31日）

	年度	被保険者数（人）	伸び率（%）	対佐賀県人口比（%）
被保険者数 128,317人	令和3年度末	125,310	1.41	15.65
	令和4年度末	128,317	2.40	16.14

令和5年度の保健事業の紹介

後期高齢者健診（フレイル健診）を受診しましょう！

後期高齢者の方を対象に、**無料**の健康診査を実施しています。健康診査では、糖尿病などの生活習慣病の早期発見に加え、**フレイル**のリスクをいち早く見つけて、対処するためにとっても重要です。

いつまでも元気に暮らしていくために、**年に1回、健康診査を必ず受診しましょう。**

フレイルとは

フレイルとは、生活に大きな不自由はなくても、心身が弱って介護が必要になる危険性が高い状態のことをいいます。

フレイルは、健康状態と介護が必要な状態の中間の状態です。

介護が必要になると、自立した状態に戻るのなかなか難しいですが、その前の段階の**フレイルは予防・回復が可能です。**

フレイルの進行を予防するために

- 座っている時間を減らしましょう
- ラジオ体操やスクワットなどの筋トレなどで筋肉を維持しましょう
- しっかりバランス良く食べましょう
- 毎食後、寝る前に歯を磨きましょう
- 電話などを利用した交流をしましょう



日程 場所

市町によって、健診時期や場所、受診方法が異なります。

※お住まいの市町の健診担当課へお問い合わせください。

※佐賀県後期高齢者医療広域連合ホームページのトップページ

「お住まいの市町窓口はこちら」を参照ください。

※治療中の方は、かかりつけ医にご相談の上、受診してください。

※年度（4月から翌年3月まで）に1回のみ無料です。

2回目からは、自己負担になりますのでご注意ください。

「オーラルフレイル」を予防して健康長寿を目指しましょう！

オーラルフレイルとは

「オーラルフレイル」は、直訳すると「**口の機能の虚弱**」となります。
口腔機能の衰えは放っておいたり、適切に対処しなかったりすることにより、心身機能の低下にまでつながってしまいます。

こんなこと ありませんか？

- ・おせる、食べこぼす
- ・食欲がない、少ししか食べない
- ・やわらかいものばかり食べる
- ・活舌が悪い、舌が回らない
- ・口が乾く
- ・歯が少ない など

オーラルフレイルが招く危険

- ・誤嚥性肺炎
- ・脳卒中、心臓病
- ・認知症
- ・閉じこもり
- ・低栄養状態
- ・骨折、転倒 など



早くケアすることで、
健康な状態に戻せます！



76歳歯科健診「歯(し)あわせ健診」を実施しています

令和5年度に**76歳になる方を対象に、無料**の歯科健診「歯(し)あわせ健診」を実施しています。検査項目には、口腔機能のチェックも入っていますので、歯科健診で歯と口の健康状態をチェックしてオーラルフレイルを防ぎましょう。
この機会にぜひ受診してください。

対象

令和5年度に76歳になる方

(昭和22年4月1日～昭和23年3月31日生)

● 対象者には4月に受診券をお送りしています。

※令和4年度に76歳になった方で、令和5年3月31日までに県外から転入された方も対象です。

期間

令和5年4月1日 ～ 令和6年3月31日
(医療機関の休診日は除く)

方法

受診券と一緒に届いた「歯科医院一覧表」に記載されている歯科医院に電話で予約してください。



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の使用で、薬にかかる個人負担が軽くなります

ジェネリック医薬品（後発医薬品）とは、先発医薬品（新薬）の特許が切れた後に製造販売される医薬品で、国の厳しい審査基準を満たし、新薬と同等の有効性や品質を持つ低価格の医薬品です。医療の質を落とさずに個人の負担を軽くでき、特に複数の薬の服用や長期的な服用が必要な場合は効果的です。

○医療の未来に向けて

ジェネリック医薬品を多くの方が利用することで個人の医療費が軽減され、日本全体の医療費についても効率化することが可能となります。この効率化された医療費を有効活用し、新しい医療技術や新薬の開発に活用できます。



また、日本においては少子高齢化が進んでいるため、今後も医療費の増大が予想されています。ジェネリック医薬品の使用は、一人ひとりの保険料の負担軽減につながるだけでなく、日本の優れた医療保険制度を子や孫など次の世代に引き継いでいくことにも貢献します。

○佐賀県におけるジェネリック医薬品の使用状況

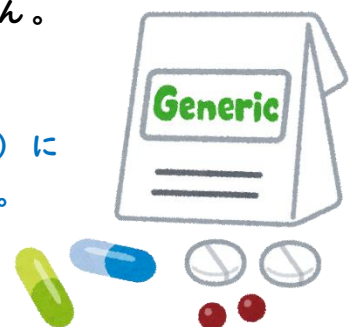
佐賀県の後期高齢者に処方された医薬品に占めるジェネリック医薬品の数量の割合（数量シェア）は順調に増加しており、令和5年3月時点で83.4%と国が目標として掲げる80%を達成しています。



年月	数量シェア (%)
令和3年3月	81.4
令和4年3月	81.9
令和5年3月	83.4

※すべての薬にジェネリック医薬品があるとは限りません。
詳しくは、かかりつけ医や薬剤師へご相談ください。

※広域連合では、被保険者証の年次更新時（7月末発送）に『ジェネリック医薬品希望シール』を同封しています。
被保険者証やお薬手帳に貼りつけてご活用ください。



『かかりつけ薬局・薬剤師』をお持ちですか？



『かかりつけ薬局・薬剤師』とは

かかりつけ薬局とは「普段利用している相談しやすい薬局」で
かかりつけ薬剤師は「普段利用している薬局の中で何でも相談しやすい・話しやすい薬剤師」のことです。

『かかりつけ薬局・薬剤師』を決めておくと

あなたがもらっているお薬を、ひとつの薬局でいつも同じ薬剤師が確認することでいくつもの医療機関から同じようなお薬が出ていないか、飲み合わせに問題がないかのチェックをすることができます。

また、飲み残しの薬の調節や気づいていない副作用が出ていないかなどの確認も行います。飲みこみにくいお薬があれば、相談してください。医師に飲みやすいお薬を提案します。

『かかりつけ薬局・薬剤師』で健康相談も

「市販のサプリメントやお薬と、今飲んでいるお薬の飲み合わせや治療中の病気に影響しないか心配」「健康診断の結果の見方がわからない」
そんな時も、ぜひ『かかりつけ薬局・薬剤師』に相談してください。

『かかりつけ薬局』に私が飲んでいるお薬は置いているの？

お薬はとてまたくさんの種類があり、在庫がないこともあります。
お手持ちのお薬に余裕があるようなら、お薬の手配に少々時間をいただければ、お薬をそろえてお渡しすることが可能です。

また、飲まれているお薬を事前に教えていただければ、次の受診日までにお薬を用意しておく事ができます。

「お薬手帳」が『かかりつけ薬局』と医療機関との橋渡しに。

入院していた時に使われたお薬や、服薬指導の情報などをお薬手帳に記載してもらえます。退院した後も「お薬手帳」で、かかりつけ医・かかりつけ薬局が円滑に連携することができます。

受診された医療機関や他の薬局と円滑な連携が行えるように、「お薬手帳」に『かかりつけ薬局』の名前を記入しておきましょう。



ご自分やご家族の健康のためにも、“何でも相談できる”『かかりつけ薬局・薬剤師』をお持ちいただくことをお勧めします。

マイナンバーカードが健康保険証として利用できます！



- ①マイナンバーカードをカードリーダーに置く
- ②オンラインであなたの医療保険資格を確認！

どんないいことが？7つのメリット

①より良い医療が可能に！

本人が同意をすれば、初めての医療機関でも、特定健診情報や今までに使った薬剤情報が医師等と共有でき、より適切な医療が受けられるようになりました。

②自身の健康管理に役立つ！

マイナポータルで、2021年10月から、自分の特定健診情報を順次閲覧できるようになりました。

③オンラインで医療費控除がより簡単に！

マイナポータルで、2021年11月から自分の医療費通知情報が閲覧できるようになりました。また、2021年分所得税の確定申告から、医療費控除の手続きで、マイナポータルを通じて医療費通知情報の自動入力が可能となりました。

④限度額適用認定証等の提示が不要に！

限度額適用認定証等がなくても、1医療機関・薬局あたりのひと月の支払額が自己負担限度額までとなります。

⑤医療保険の資格確認がスムーズに！

カードリーダーで顔写真を確認すれば、スムーズに医療保険の資格確認ができ、医療機関や薬局の受け付けにおける事務処理の効率化が期待できます。

⑥医療費の事務コスト削減！

医療保険の請求誤り等が減少することから、医療保険者等の事務処理コストが削減でき、持続可能な制度運営につながる見込みです。

⑦健康保険証としてずっと使える！

今後、転居などで必要だった保険証の切り替えや更新が不要になります。

(※なお、65歳以上75歳未満の方は、障害認定による加入及び喪失手続きが必要です。)

【お問い合わせ先】佐賀県後期高齢者医療広域連合

〒840-0201

佐賀県佐賀市大和町大字尼寺1870番地 佐賀市大和支所3階

電話：0952-64-8476 ファックス：0952-62-0150

ホームページ：<https://www.saga-kouiki.jp/>