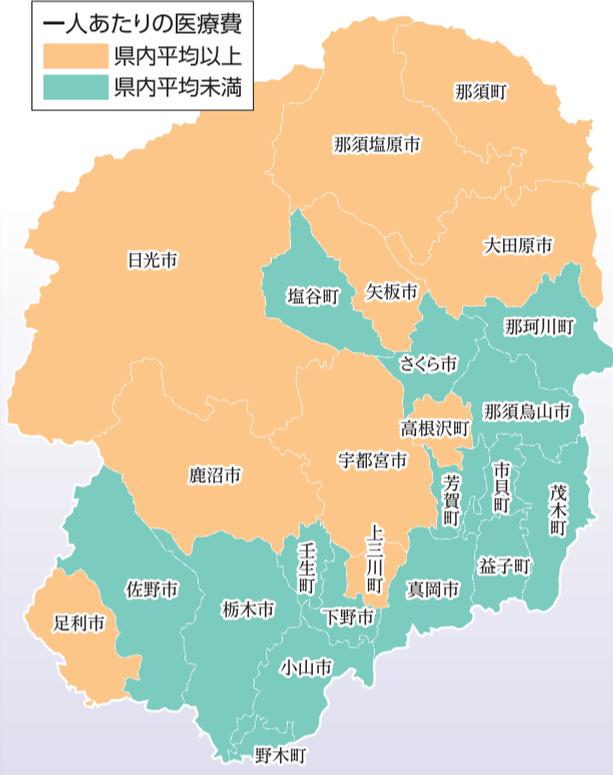


後期高齢者医療費を知ろう！ ～とちぎの現状～

一人あたりの後期高齢者医療費マップ(H29年度)

市町名	一人あたりの医療費(円)
宇都宮市	861,538
足利市	862,719
栃木市	765,628
佐野市	760,174
鹿沼市	871,211
日光市	930,383
小山市	795,973
真岡市	817,903
大田原市	901,571
矢板市	857,777
那須塩原市	858,442
さくら市	814,769
那須烏山市	699,414
下野市	817,920
上三川町	853,234
益子町	807,625
茂木町	704,003
市貝町	780,404
芳賀町	800,901
壬生町	826,546
野木町	831,448
塩谷町	830,262
高根沢町	890,535
那須町	846,914
那珂川町	693,016



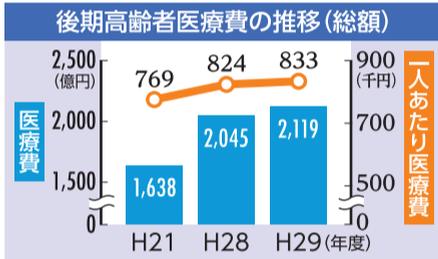
◎県内市町での一人あたりにかかる医療費には、ばらつきがみられます。また、栃木県全体の平均は全国平均よりも低く、全国で39番目です。

栃木県平均	833,629
全国平均	944,561

皆さんは、栃木県の後期高齢者医療費について考えたことがありますか？

後期高齢者医療制度は、75歳以上の高齢者の皆さんが安心して医療を受けることができるよう平成20年4月から始まり、平成21年度の総医療費は1638億円(一人あたり1638円)となっていました。

後期高齢者医療制度は、75歳以上の高齢者の皆さんが安心して医療を受けることができるよう平成20年4月から始まり、平成21年度の総医療費は1638億円(一人あたり1638円)となっていました。



後期高齢者医療費疾病別内訳(%)

1位	慢性腎不全(透析あり)	6.9
2位	高血圧症	4.7
3位	糖尿病	4.4
4位	関節疾患	3.7
5位	不整脈	3.6
6位	骨折	3.5
7位	脳梗塞	3.4
8位	骨粗しょう症	2.8
9位	糖質異常症	2.3
10位	肺炎	2.1

全体の医療費(入院+外来)を100%として計算(H29年度)

生活習慣病に気をつけましょう

後期高齢者医療費の疾病別内訳では、入院・外来共に慢性腎不全が上位を占めています。

慢性腎不全は、腎臓の機能低下が3カ月以上にわたって続く状態です。進行していないときには、自覚症状もあまりなく、健診で初めて気づくことが多い病気です。進行すると透析や移植が必要となるため進行させないことが大切です。

平成29年度は、栃木県の後期高齢者医療被保険者で200人が新たに透析を開始しています。

透析治療が必要になる原因は、

- 1位は、糖尿病、2位は、糸球体腎炎、3位は、高血圧による腎硬化症となっています。

健診を受けましょう

血糖、血圧、腎機能等のチェックをするため年1回の健康診査(健診)を受けましょう。後期高齢者医療被保険者の方は健診(基本項目)を無料で受診できます。

(受診方法については、お住まいの市町の担当窓口にお問い合わせください)

また、健診で異常が見つかったときは早めにかかりつけ医等に相談しましょう。

毎日元気に過ごせる健康づくりが、国民的な課題となっています。アスポ「健康特集」では、県民の皆さんの充実した生活のために、健康的で社会生活に役立つ情報を提供します。

今回は、後期高齢者医療制度の特集です。

提供 / 栃木県後期高齢者医療広域連合
 ☎ 028・627・6805
<http://www.kouikirengo-tochigi.jp>

あなたがおすすめ 募集中

健康づくり体験談

健康自慢のみなさんが実践している健康法を募集しています。

募集部門

- 運動部門 (運動・スポーツなど)
- 暮らし部門 (食事・生活習慣など)
- 生きがい部門 (社会活動・趣味など)

対象者
 後期高齢者医療制度に加入している本県の被保険者

応募方法
 健康づくり体験談(題名と本文、原稿用紙2~3枚程度)と必要事項(応募部門・郵便番号・住所・氏名・生年月日・電話番号)を記入した用紙(様式任意)を、郵送またはEメールにより事務局に送付して下さい。

締め切り
令和元年9月30日(必着)
 応募者全員にQUOカード(500円分)をお送りします。

優秀作品

- 最優秀賞 1点: 旅行券3万円分
- 優秀賞 3点: 商品券1万円分

◆優秀作品はホームページで公表します◆

申し込み・お問い合わせ先
栃木県後期高齢者医療広域連合総務課
 〒320-0033 宇都宮市本町3-9 栃木県本町合同ビル2階
 TEL: 028-627-6805
 Eメール: soumu@kouikirengo-tochigi.jp

企画・制作 / 下野新聞社営業局

●申請など窓口業務はお住まいの市町担当窓口へ

宇都宮市	保険年金課	028-632-2307
足利市	保険年金課	0284-20-2184
栃木市	保険医療課	0282-21-2137
佐野市	いきいき高齢課	0283-20-3021
鹿沼市	保険年金課	0289-63-2246
日光市	保険年金課	0288-21-5110
小山市	国保年金課	0285-22-9413
真岡市	国保年金課	0285-83-8593
大田原市	国保年金課	0287-23-8857
矢板市	健康増進課	0287-43-1118
那須塩原市	国保年金課	0287-62-7129
さくら市	市民課	028-681-1116
那須烏山市	市民課	0287-83-1116
下野市	市民課	0285-32-8895
上三川町	住民課	0285-56-9134
益子町	住民課	0285-72-8848
茂木町	住民課	0285-63-5626
市貝町	町民くらし課	0285-68-1114
芳賀町	住民課	028-677-6038
壬生町	住民課	0282-81-1832
野木町	住民課	0280-57-4136
塩谷町	住民課	0287-45-1118
高根沢町	住民課	028-675-8141
那須町	住民生活課	0287-72-6909
那珂川町	住民課	0287-92-1112

●制度全般、保険料の決定、資格管理、保健事業については、栃木県後期高齢者医療広域連合へ
☎028-627-6805

！不審な電話や訪問に注意！

- 「還付金があるから ATM に行け」は詐欺
- 他人にキャッシュカードを絶対に渡さない
- 暗証番号を教えない
- 一人で判断せず、家族や知人に確認
- 警察、上記の市町窓口や広域連合に相談

◇温泉施設入浴券プレゼント◇ 「ASPO 健康特集」の感想をお寄せください。抽選で、温泉施設入浴券を各 2 組 4 名様にプレゼントします。
【対象温泉施設】①東照温泉②フォレスパ大子（茨城県大子町）③鹿の湯④サンパレー那須⑤源泉 那須山
【応募方法】はがきに郵便番号、住所、氏名、性別、年齢、職業、電話番号と感想、希望する温泉施設をご記入し、〒320-0033 宇都宮市本町3-9 栃木県本町合同ビル2 階 栃木県後期高齢者医療広域連合「読者プレゼント係」まで。8 月 23 日(金) 消印有効。

※当選者は賞品の発送をもって代えさせていただきます。
※ご応募に際しご記入いただいた個人情報は、今回の賞品の発送と感想の取りまとめのみに使用いたします。

◇保険料の軽減特例措置が見直されました

所得の低い方や元被扶養者の方（後期高齢者医療制度に加入する日の前日に被用者保険の被扶養者であった方）への保険料の軽減特例措置は、平成 29 年度から世代間・世代内の負担公平等の観点から段階的に見直されています。

○所得の低い方への均等割額軽減特例措置

本来 7 割軽減のところ特例措置として、平成 30 年度まで 9 割軽減、8.5 割軽減となっていました。9 割軽減に該当する方は、基本的に介護保険料軽減の拡充や年金生活者支援給付金の支給の対象（ただし、被保険者本人や同一世帯の方で、市町村民税が課税されている方がいる場合は、対象となりません。）となることから、令和元年度は 8 割軽減に見直されます。

	平成 30 年度	令和元年度
軽減割合	9 割軽減	8 割軽減
	8.5 割軽減	8.5 割軽減（※）

※ 8.5 割軽減の対象の方については年金生活者支援給付金の支給の対象とならないこと等を踏まえ、激変緩和の観点から、令和元年度は 8.5 割軽減を据え置くこととします。

○元被扶養者の方への均等割額軽減特例措置

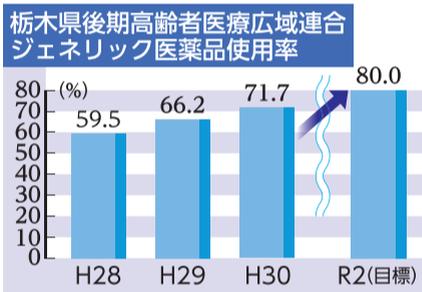
	平成 30 年度	令和元年度
軽減割合	加入期間にかかわらず 5 割軽減	加入後 2 年間は 5 割軽減

※元被扶養者の方が、所得の低い方への均等割額の軽減措置にも該当する場合、軽減される割合の高いほうが適用されます。

保険料の納付は口座振替が便利です

市町の窓口や金融機関などで納付書により納めている方は、納め忘れの防止などに役立つ便利な口座振替をご利用ください。
手続きについては、お住まいの市町担当窓口へお問い合わせください。

ジェネリック医薬品は、先発医薬品と比べ、同様の有効成分で一般的に低価格のため、お薬代の節約になる場合があります。今回、新しい保険証に「ジェネリック医薬品希望カード」を同封しましたので、ぜひ活用ください。 ※全てのお薬にジェネリック医薬品があるとは限りません。また、治療の内容等



◇ジェネリック医薬品（後発医薬品）をご活用ください！

ジェネリック医薬品によつては希望しても変化は、先発医薬品と比べ、更できない場合もあります。



後期高齢者医療被保険者証（保険証）は、毎年更新されます。お住まいの市町から 7 月下旬に縦

◇新しい保険証

長の封筒（薄茶色）で送付しました。8 月からは新しい保険証を、医療機関等の窓口に表示してください。これから 75 歳になる方には、誕生日を迎える前に保険証を送付しますので、誕生日以降は新しい保険証をお使いください。

この日から 75 歳になる方には、誕生日を迎える前に保険証を送付しますので、誕生日以降は新しい保険証をお使いください。