

国民健康保険からのお知らせ!!

国民健康保険の給付

国民健康保険の給付には次のようなものがあります。

療養の給付 (お医者さんにかかったとき)

一般被保険者	国保負担 7割	個人負担 3割	◎国民健康保険は、みんなの助け合い。 ◎国民健康保険があることでお医者さんにかかったときの負担が少なくなっているのです。	
退職被保険者	本人	国保負担 8割		個人負担 2割
	被扶費者	入院		国保負担 8割
	外来	国保負担 7割		個人負担 3割

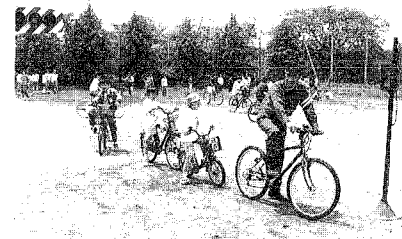
療養費の支給 (次のときは、一時負担してもらいますが、払い戻しが受けられます。)

こんな場合	申請のとき、必要なもの	条件・その他
やむを得ない理由で、保険証を持たずに受診したとき	・領収書、被保険者証 ・世帯主の口座のわかるもの ・おとしよりの場合は老人受給者証	
柔道整復師にかかったとき		保険証を提出することにより療養の給付と同じようになります
輸血のための生血代、コルセット等の補装具代	・領収書、被保険者証、医師の証明書 ・世帯主の口座のわかるもの ・おとしよりの場合は老人受給者証	治療のための医師の証明があるもの
あんま・はり・きゅう・マッサージ	・領収書、被保険者証、医師の同意書 ・世帯主の口座のわかるもの ・おとしよりの場合は老人受給者証	医師の同意があった場合のみです
重病人の転院や入院などの移送にかかった費用	・領収書、被保険者証 ・世帯主の口座のわかるもの	医師の指示により、事前に国保から承認を得たもの

医療費はみんなのもの

ふだんのちょっとした心がけで医療費を節約することができます。

- 1 重複受診はやめましょう。**
医療機関が変わるたびに検査などがやり直しになります。
- 2 家庭医を持ちましょう。**
病歴などを把握してくれているので治療の効果があります。
- 3 健康診断を受けましょう。**
- 4 診療時間内に受診しましょう。**
特別な場合のほかは、時間外や休日の受診は避けましょう。
- 5 日常の健康管理に気をつけましょう。**



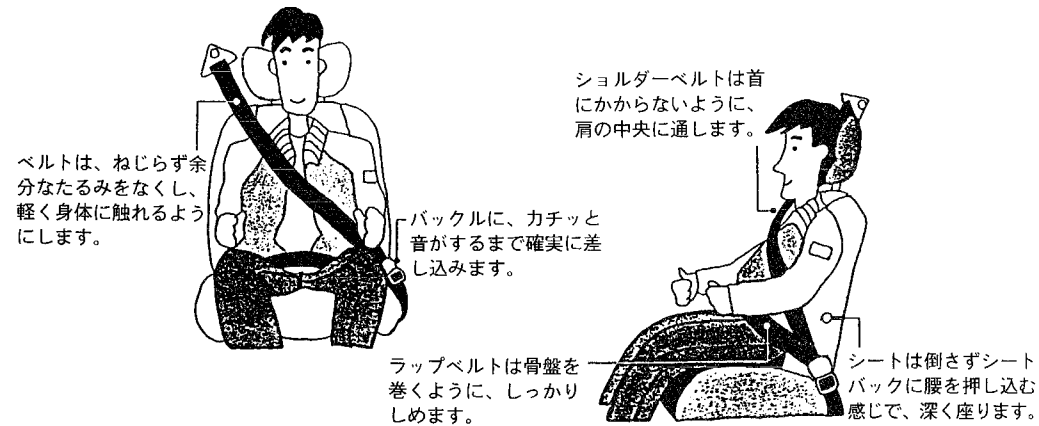
小須戸小学校自転車教室

シートベルト あなたはきちんと 締めていますか?

シートベルトは窮屈で面倒くさい。近くに行くだけだから。エアバッグ装備だからシートベルトは締めない。こんな方はいませんか。

- ①自動車を運転中(同乗を含む)の交通事故死者の約74%が、シートベルト非着用者。(県内・平成8年中)
- ②運転開始30分以内の事故発生は全体の約78%。(県内・同)
- ③エアバッグは補助装置。シートベルトとの併用で効果発揮。
- ④自力で支えられる衝撃は時速7キロ(体重の2~3倍)が限度。時速20キロでぶつかった時でさえ衝撃は体重の10倍以上。だから、シートベルト着用をしっかりと習慣化しましょう。

シートベルトを正しく着用してください。



子どもを事故から守る命綱——チャイルドシート

休日に家族で楽しいドライブ。あなたは事故から大事なお子さんを守るため、どんなことに注意していますか?

大人のひざの上に乗せて腕で支える。大人用のシートベルトを使用する……。これは、かえって子どもを危険な状態に置いていることになります。

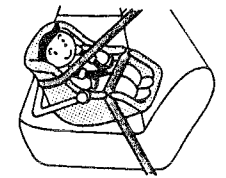
■子どもの命は大人が守る

子どもの命を守るのは大人の責任です。大人用のシートベルトは子どもの命綱にはなりません。子どもには必ずチャイルドシートを着用させるようにしましょう。

0歳から12歳くらいまでの子どもを対象にして、チャイルドシートは次のような種類があります。

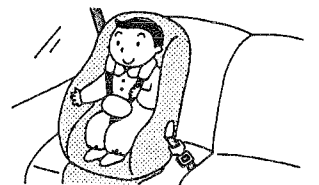
☆乳児用シート

後部座席用で、大人用シートベルトで進行方向後ろ向きに固定。



☆幼児用シート —前向き後ろ向き兼用—

9か月くらいまでは後部座席で後ろ向きに固定。大きくなれば前向きも可能。ほかに乳児用ベッドや学童用シートなどがあります。



チャイルドシートは体格に合ったものを選び、エアバッグ装置付きの助手席での使用は、避けてください。万一事故が起きてエアバッグが作動した場合、思わぬけがをすることがあります。チャイルドシートは、必ず後部座席で使用するようにしましょう。