

ご存知ですか？ 医療費節約のヒケツ

その1 受診は加算のつかない時間に！

平日8～18時・土曜日8～12時以外の時間帯や休日に医療機関を受診すると、診療時間内であっても時間外等の加算がつき、自己負担が増えます。緊急でなければ、医療機関へは平日の昼間に受診しましょう。

●時間外、休日、深夜、夜間早朝にかかる加算額

		加算料金	
		初診の場合	再診の場合
時間外加算	平日 6～8時と18～22時 土曜日 6～8時と12～22時	+ 850円	+ 650円
休日加算	日曜・祝日、年末年始	+ 2,500円	+ 1,900円
深夜加算	22～翌6時	+ 4,800円	+ 4,200円
夜間・早朝等加算	平日 18～翌8時 土曜日 12～翌8時	+ 500円（診療所のみ）	

- *いずれか1つが加算されます。
- *上記には健康保険が適用され自己負担割合に応じた額を支払います。
- *6歳未満の子どもはさらに高額な加算が付きまます。
- *夜間・早朝等加算は、必要な届出をした診療所にかかる加算です。

子どもの医療費はタダじゃない！

子どもの医療費は、自治体の助成によって自己負担がありませんが、それ以外の7～8割は皆さんの保険料から健保組合が負担します。不要不急の時間外を受診はお控えください。

●夜間や休日に子どもの病気で受診に迷ったら…

「小児救急電話相談」 #8000

小児科医師・看護師から、子どもの症状に応じた適切な対処の仕方や受診する病院などのアドバイスが受けられます。詳しくは、

厚生労働省 小児救急電話相談

ミサワ健保の「いつでもハロ-コール(0120-12-86-56)」もご利用いただけます。詳しくは、同封のチラシをご覧ください。

その2 かかりつけ医をもとう！

同じ症状で複数の医療機関を受診する「はしご受診」は、毎回の初診料や同じ検査、薬の重複により医療費がかさむだけでなく、体にも負担がかかります。はしご受診を繰り返さないためにも、信頼できるかかりつけ医を見つけておき、体調の変化や不安などを相談することが大切です。

月4回		月4回	
はしご受診をすると…		同じ病院なら	
初診料		初診料・再診料	
A 病院	2,820 円	A 病院	2,820 円
B 病院	2,820 円		720 円
C 病院	2,820 円		720 円
D 病院	2,820 円		720 円
合計	11,280 円	合計	4,980 円

その差は倍以上！

*上記には健康保険が適用され自己負担割合に応じた額を支払います。
*同じ病院でも前の受診から1カ月以上あいた場合など、初診料がかかることがあります。
*初・再診料のみで比較した例です。実際にはこのほかに検査料などがかかります。

整骨院・接骨院では、健康保険を使えるケースが限られています！

整骨院・接骨院で行われる施術は、病院での診療と異なるため、健康保険を使えるケースが急性または亜急性の外傷性のケガに限られます。誤って保険証を使うと、あとで全額自己負担となりかねませんので、ご注意ください。

使えるケース

- 休日に買い物中、足をねんざした
→ 負傷原因が明らかなケガのため、使えます
- 草野球で脱臼し、応急手当の必要があった
→ 骨折や脱臼の応急手当の場合、医師の同意がなくても、使えます
※ 応急手当以外の場合は、医師の同意が必要です。

まず、負傷原因を正確に伝えて、健康保険が使えるかどうかを確認してから、かかりましょう。

使えないケース

- デスクワークが多く、肩こりになった
→ 日常的に起こる肩こりや筋肉痛には、使えません
- 数年前に痛めたひざが痛み出した
→ 過去のケガには、使えません
※ 交通事故の後遺症にも、使えません。

(注) 仕事や通勤途中のケガは、健康保険ではなく、労災保険が適用されます。