

医療費について 考えよう

7月号で紹介したとおり、今後は限られた財源の中で行政運営を行うために、お金の使い方を考えていく必要があります。その手段の一つとして、今回は医療費の削減について考えてみましょう。



最近調子が悪くて病院に行くことが増えちゃった。結構医療費がかかるし、病院へ行くのやめようかな。

医療費を抑えるには「セルフケア（自分の体は自分で管理する能力）」が大切です。病院に行かないのではなく、適切な受診が健康と医療費削減につながります。下記の2つのポイントをチェックしましょう。

1 年に一度の健診で自分の体を知る。

特に自分の体に不調を感じていなくても、年に一度健診を受け、自分の健康状態を把握することが大切です。



健康だと思って
いければ、血糖値が
少し良くないみたい。

2 健診を受けっぱなしにしない。

健診で見つけた病気の芽は、かかりつけ医に診てもらいましょう。例えば、糖尿病などの生活習慣病は、突然重大な合併症につながってしまいます。現在、自覚症状がない場合も甘く見てはいけません。まずは結果をしっかりと受け止め、重大な病気になる前に治療しましょう。

実際にあった | 生活習慣病から大病につながった人の例

— 2014 年度医療費 —
年間医療費 約 30,000 円
※特定健診結果 高血圧症

病院へ行く必要があったが
受診なし

2019 年度医療費
年間医療費 約 6,200,000 円

手術の原因
心臓の血管が詰まって大手術に



え!このままでは65歳に
なったときには80%以上の
確率で糖尿病に
なるんですか!

～糖尿病体験談～

Aさん 59歳男性 発症年齢:40歳
合併症左眼失明、腎不全、左足切断

(出典:厚労省「糖尿病の治療を放置した働き盛りの今」から要約)

38歳の頃、それまで大好きだったゴルフに急に行きたくなくなりました。体は重くだるいけれど、まさか糖尿病とは思わず、普通に生活していました。仕事は不規則で、ほぼ毎日飲酒。そのまま2年ほど過ごすと、目のかすみ、足のむくみ、だるさが尋常でなくなりました。40歳の時、通勤電車の中でめまいに襲われ、立っていられなくなり、病院に駆け込むと、糖尿病と診断され、即入院しました。

まず目の手術をしましたが、結局左目は失明。光を失う恐怖から、廊下の手すりに手をかけたこともあり。その後、慢性腎不全の治療を受けましたが、結果人工透析になってしまいました。今思えば、足がだるくてむくんでいたのは糖尿病が進行していたからだと思いますが、当時はそんなこと考えもしませんでした。

長久手市国民健康保険加入者の総医療費 (2019 年度)

合計 28億 7,029万 7,449円 うち本市における国保の負担は約 23 億円

生活習慣病からくる高額な治療の例

心筋梗塞	22 件	54,212,100円	脳梗塞	124 件	6,943,100円
脳出血	30 件	22,374,720円	糖尿病網膜症	46 件	13,608,670円など

医療費に必要なお金はどこから?

国保加入者の医療費は、本来、国保加入者が納める国保税と国・県・市の公費でまかなわれるものです。長久手市国保では、2018年度から毎年国保税の引き上げを行い、不足分の解消に努めています。しかし、まだ約2.3億円不足しており、その分を市税で負担しています。



あなたにできることを考える。

医療費を抑えることはもちろん大切ですが、一番大切なのはみなさんが健康でいることです。では、ずっと元気でいるためにはどうしたらよいのでしょうか。

例えば…

💡 サロン活動に参加してみる

まずは外へ出て、いろいろな人とおしゃべりしてみませんか?



💡 市の事業の担い手になってみる

現在、さまざまな事業において、今まで以上に市民の力で実施できないかと検討しています。この機会に事業を企画・運営してみませんか?



←このアイコンはみなさんに手伝ってほしい事業につけています。

広報 4月号以降、そういった事業を掲載しています!

💡 スマイルポイント事業に参加してみる

スマイルポイント事業とは、市民が健康で自分らしく暮らし続けられるよう、市民活動の推進や地域社会への更なる参加などを促すことを目的とした事業です。

新たな仕組みを作り、市民のみなさんが当事者として
より参加しやすい環境を整えていきます!