

# のしるの国保

令和7年  
1月24日  
発行

発行 能代市 市民福祉部 市民保険課 電話 89-2166

## お薬手帳を活用しましょう

「お薬手帳」は、いつ、どこで、どんなお薬を処方してもらったかを記録するための手帳です。

### ●お薬手帳は、病院や薬局に必ず持っていきましょう

複数の医療機関を受診していても、医師や薬剤師がお薬手帳を見て、副作用や飲み合わせ、薬の量が適切かどうかなどをチェックすることができます。



### ●お薬手帳は、1冊にまとめましょう

医師や薬剤師が、あなたが使っているすべての薬を把握できるように、お薬手帳は1冊にまとめて、継続して記録するようにしましょう。ご自身でも、服用後の体調変化があったときや、自分で購入した薬やサプリメントなどを飲んだときに記入するようにしましょう。副作用や悪い飲み合わせを避けることができます。



©能代市

マイナ保険証を  
使う場合でもお薬手帳も  
一緒に活用することを  
おすすめします！

「知っておきたい薬の知識」のHPはこちら→  
(独立行政法人医薬品医療機器総合機構)



「あなたのくすり いくつ飲んでいますか？」  
のHPはこちら→  
(一般社団法人くすりの適正使用協議会)



## 「ポリファーマシー」ってなに？

「ポリファーマシー」とは、複数を意味する「ポリ」と調剤を意味する「ファーマシー」を合わせた言葉ですが、単に服用する薬の数が多いことではなく、多くの薬を服用しているために副作用を起こしたり、きちんと薬が飲めなくなったりしている状態をいいます。

病気の数が増え、受診する医療機関が複数になることなどにより、薬の種類が増えると、薬同士が相互に影響しあうこともあります。

薬を飲んでいて、いつもと違う気になる症状が出たときは、お薬手帳にいつ頃から、どのような症状が出てきたのかをメモして、医師や薬剤師に相談しましょう。



## マイナンバーカードの健康保険証利用Q&A

### ● マイナ保険証について

#### Q. マイナ保険証とは何ですか？

A. 健康保険証の利用登録をしたマイナンバーカードのことです。

### ● 資格情報のお知らせについて

#### Q. 「資格情報のお知らせ」とは何ですか？

A. マイナ保険証を持っている人が、自分が加入する健康保険などの情報を把握するものです。マイナ保険証の券面には、現行の健康保険証にはある保険情報の記載がありません。

#### Q. 「資格情報のお知らせ」だけで保険診療を受けられるのですか？

A. マイナ保険証と一緒に提示しないと使えません。トラブル時の補助証明書類という位置付けです。

### ● 資格確認書について

#### Q. 「資格確認書」とは何ですか？

A. マイナンバーカードを持っていない人、マイナ保険証の利用登録をしていない人などに保険証の代わりとして発行するものです。使い方は、健康保険証と同様です。

#### Q. 申請は必要ですか？

A. 当面の間、不要です。(マイナ保険証を保有していない方全てに、健康保険証の有効期限内に「資格確認書」が申請によらず交付されます。)

マイナンバーカードを  
健康保険証として利用する方法を  
教えるよ！

- ① マイナンバーカードを申請
- ② マイナンバーカードを健康保険証として登録
- ③ 医療機関・薬局でマイナンバーカードを用いて受付



### ● マイナ保険証の利用登録解除について

#### Q. マイナ保険証の利用登録は解除できますか？

A. 申請により解除できます。解除した方には、健康保険証の代わりとしてご使用いただける資格確認書を交付します。国保窓口で手続きします。

#### Q. 申請には何が必要ですか？

A. マイナンバーカード等の本人確認書類です。

厚生労働省 HP  
～マイナンバーカードの  
健康保険証利用について  
よくある質問～  
こちらから→



### ● 限度額証について

#### Q. 限度額適用・標準負担額減額認定証は発行されますか？

A. 申請により発行されます。(マイナ保険証の方は証がなくても高額療養費制度における限度額を超える支払が免除されます。)

### ● 高齢受給者証について

※70歳以上の方のみ

#### Q. 高齢受給者証は発行されますか？

A. 発行されません。  
(負担区分はマイナ保険証や資格確認書で確認できることになりました。)

## ジェネリック医薬品を活用しましょう

医療費は年々増加傾向にあり、今後も増加が見込まれます。医療費の増加は、家計を圧迫するだけでなく、国民健康保険税の負担増にもつながります。

医療費の節約方法のひとつとして、ジェネリック医薬品を積極的に活用してみませんか。

### 令和6年10月からの 医薬品の自己負担の新たな仕組み

- 後発医薬品（ジェネリック医薬品）があるお薬で、先発医薬品の処方希望される場合は、特別の料金をお支払いいただきます。

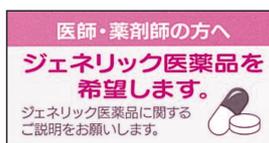
#### <特別の料金とは>

- 先発医薬品と後発医薬品の価格差の4分の1相当の料金を言います。  
例えば…先発医薬品の価格が1錠100円、後発医薬品の価格が1錠60円の場合、差額40円の4分の1である10円を、通常の1～3割の患者負担とは別に特別の料金としてお支払いが必要となります。
- ※「特別の料金」は課税対象であるため、消費税がかかります。
- ※「特別の料金」は、高額療養費等の計算の際の一部負担金には含まれません。
- ※「特別の料金」は、福祉医療費（マル福）の助成対象外（自己負担）となります。

毎年2月と8月に、ジェネリック医薬品に切り替えると支払金額が100円以上軽減できる見込みの方に、「ジェネリック医薬品に関するお知らせ（差額通知）」を送っています。切り替えを希望する場合は、かかりつけの医師や薬剤師にご相談ください。

能代市国保では、ジェネリック医薬品希望シールを準備しています。お薬手帳や診察券などに貼ってご利用ください。

#### ジェネリック医薬品希望シール見本



ジェネリック医薬品を希望します。

希望シールは差額通知に同封しています。また、国保窓口でも配布しています。

※すべての医薬品にジェネリック医薬品があるわけではありません。また、医師の判断で変更できない場合もあります。

## 国保の特定健診受診促進キャンペーン第2弾

- 応募条件：① 能代の国保加入者  
② 今年度受診券を使用し**特定健診**を受診した方、又は予約済みの方

- 応募方法：電子申請、FAX、はがき

電子申請 能代市ホームページのQRコード(右)を読み込むと電子申請応募フォームのページへ進めます。

FAX・はがき 氏名・住所・生年月日・受診機関・受診日（予定日）を記入のうえ下記までお送りください。



【送り先】 016-8501 能代市上町1番3号 能代市市民保険課 国民健康保険係  
健診キャンペーン宛  
FAX 0185-89-1773

- 応募期間：令和7年1月24日～2月28日

※当選は発送をもってかえさせていただきます。

抽選で35名の方に…

1万円分のクオカード  
プレゼント!



## 整骨院・接骨院などで施術を受けるとき

整骨院や接骨院などで施術を受けるとき、国保の保険が使える場合と、使えない場合があります。正しく理解して、適正な受診を心掛けましょう。



### ○ 保険が使える場合

- ・打撲、捻挫（肉ばなれを含む）の施術
- ・骨折、脱臼の施術（緊急の場合を除き、医師の同意が必要）
- ・はり・きゅうは、神経痛、リウマチ、頸腕症候群、五十肩、腰痛症、頸椎捻挫後遺症等の慢性的な疼痛を主症状とする疾患の治療（医師の発行した同意書か診断書が必要）
- ・マッサージは、筋麻痺や関節拘縮等であって、医療上マッサージを必要とする症例についての施術（医師の発行した同意書か診断書が必要）

### × 保険が使えない場合

- ・医療機関で同じ負傷（はり・きゅうは同じ対象疾患）の治療を受けている間の施術
- ・単なる肩こり、筋肉疲労などに対する施術
- ・疲労回復や疫病予防のためのマッサージ

◇領収書は必ずもらい、保管しておきましょう。

◇能代市国保では、整骨院・接骨院で施術を受けられた人に、施術内容について照会させていただく場合があります。

ご自身で回答できるよう、負傷部位、施術内容、施術年月日などを記録しておきましょう。

## 医療費通知をご活用ください 医療費通知が確定申告の医療費控除に使えます

医療費通知とは、医療機関に支払った額などについて、保険者が加入者にお知らせするものです。能代市国保では、奇数月に医療費通知を送付しています。



### 医療費のお知らせ

今年度の送付予定  
9～10月診療分  
…1月中発送  
11～12月診療分  
…3月中発送

確定申告の医療費控除の申告の際は、「医療費控除の明細書」が必要となりますが、医療費通知を確定申告書に添付する場合は、「医療費控除の明細書」の記載を簡略化することができます。医療費通知に記載されていないものについては、別途領収書に基づいて「医療費控除の明細書」を作成する必要があります。



※セルフメディケーション税制の適用を受けることを選択した場合は、通常の医療費控除を受けることができませんので、ご注意ください。

保険診療分の医療費通知情報をマイナポータルと連携してデータを一括取得し、所得税確定申告に自動入力することができます。

詳しくは、国税庁のマイナポータル連携特設ページをご覧ください。

国税庁マイナポータル連携特設ページはこちら→

