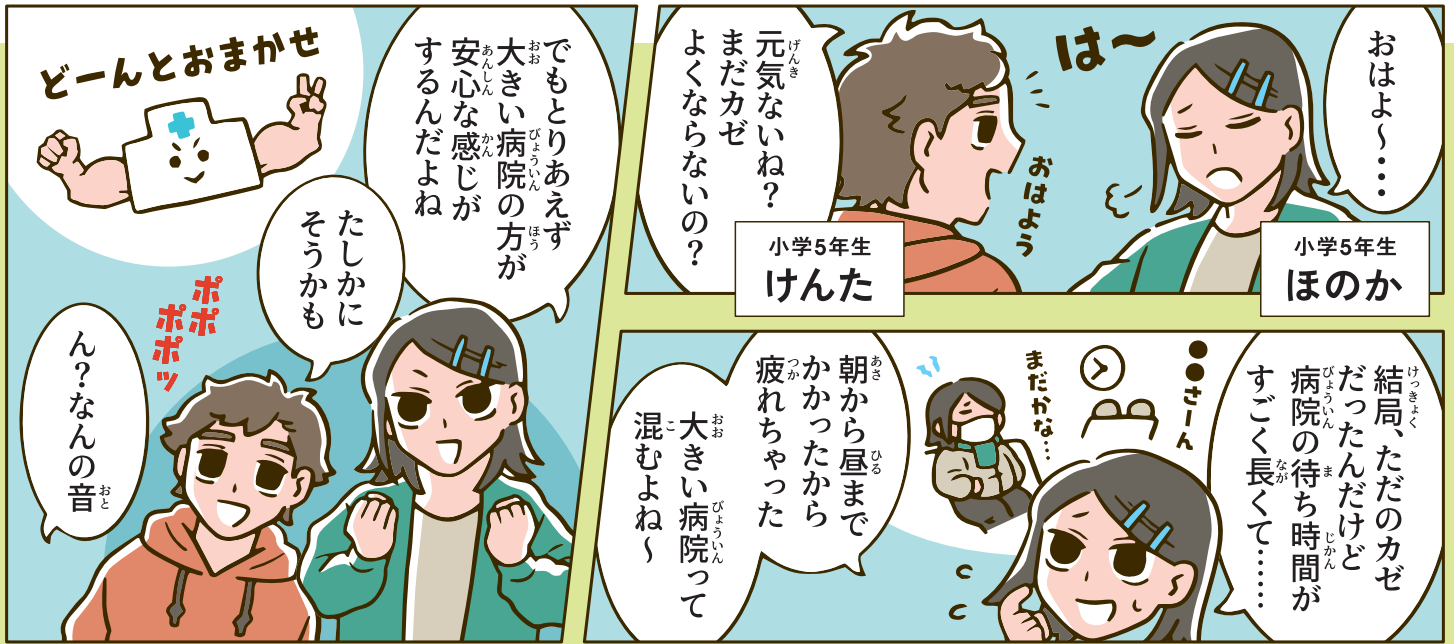


リド-とポポッと学ぶ

上手な医療の  
かかり方



はじめに **上手な医療のかかり方って何？**



こんなにかかっている!  
**現在の医療費**

令和4年度の国民医療費は**46.7兆円**で、年々増加傾向にあります。  
一人ひとりが上手な医療のかかり方を意識することで、医療費を節約する・医療保険財政を守る・医療の現場を守るにつながります。



ただのカゼなのに  
行っちゃったよ

あちやー



そうなの!!  
ええ!!

そもそも大病院は特に症状が重い人や救急医療に  
対応するためにあるんだ

確かに「安心できるから」という理由で大病院※を選ぶ人は多いんだけど

※大病院とは：病床規模が500床以上の一般病院



大きな病院で診てもらうのは上手な医療の  
かかり方じゃないの？

いろんな検査もできるし  
安心じゃない？



でも病院ってたくさんあるからどこを選べばいいかわかんないや

そうだ!

大病院じゃなくても病院にたくさん行っていろんなお医者さんの診断を聞けば安心じゃない?



救急の患者が優先されるから診察まで時間がかかることもあるよ

他にも紹介状がある患者が  
多く集まるし

お待ちください!!

だからあんなに待ったんだね

大病院の受診はできるけど自分で判断して診療に行くとき「**特別料金**」がかかる場合があるんだ



そんなときは信頼できる  
**かかりつけ医**を見つけよう!

かかりつけい?



病院選びって難しいね  
コツとかはないの?

お金がもつたないし検査も薬も増えるのはイヤだな

検査をやりなおしたり別のお薬が出たり  
お金だけじゃなく体の負担もあるね

それは**はしご受診**と  
言うんだよ!



病院にも役割がある？  
病院の選び方

大病院に軽症状患者が集中すると、本来の役割である重症患者への対応や救急医療の妨げになります。また、同じ病気や症状の治療で複数の病院にかかることを「はしご受診」といい、受診のたびに医療費がかかるだけでなく、同じような検査・投薬が繰り返されて体にも負担がかかります。



どうやって見つける?  
かかりつけ医

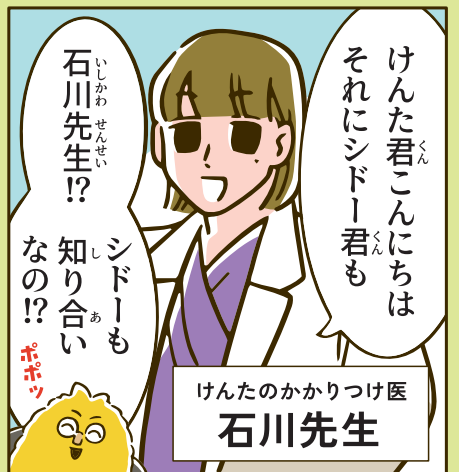
地域や職場の健康診断・予防接種などの機会に身近な医療機関へ行くこともかかりつけ医を見つけるきっかけになります。また、家族の受診がきっかけで相談し、かかりつけ医が見つかることもあります。また、厚生労働省が運営する「医療情報ネット」でも医療機関を検索できます。





こんなにかかっている! 現在の医療費

休日・祝日、時間外、深夜に病院を受診すると、多い時には約5,000円の追加料金がかかります。加算も含めて健康保険が適用されるため、医療費の増加につながっています。本来、夜間の病院は緊急性の高い重症患者や入院患者に対応しています。止むを得ない場合以外の受診は控えましょう。



**カゼの原因**

1. カゼのウイルスや菌
2. 体が弱まっている
3. 偏った食生活や運動不足、生活の乱れなど
4. 急に寒くなったり暑くなったりする気候

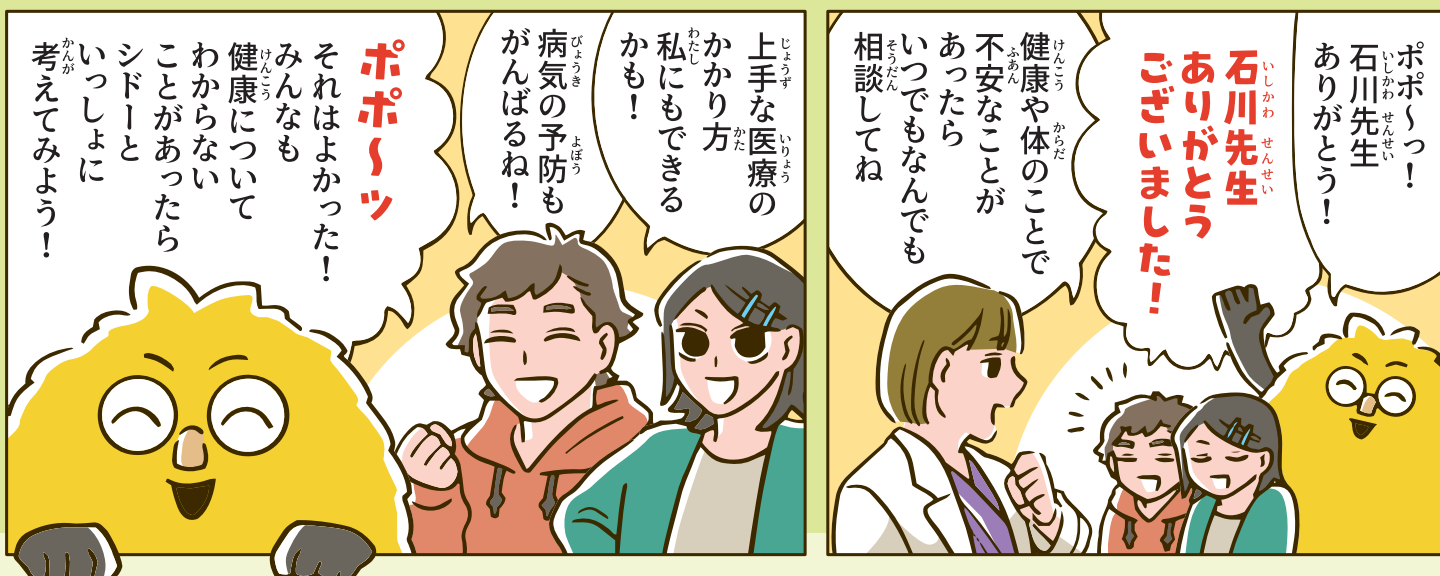
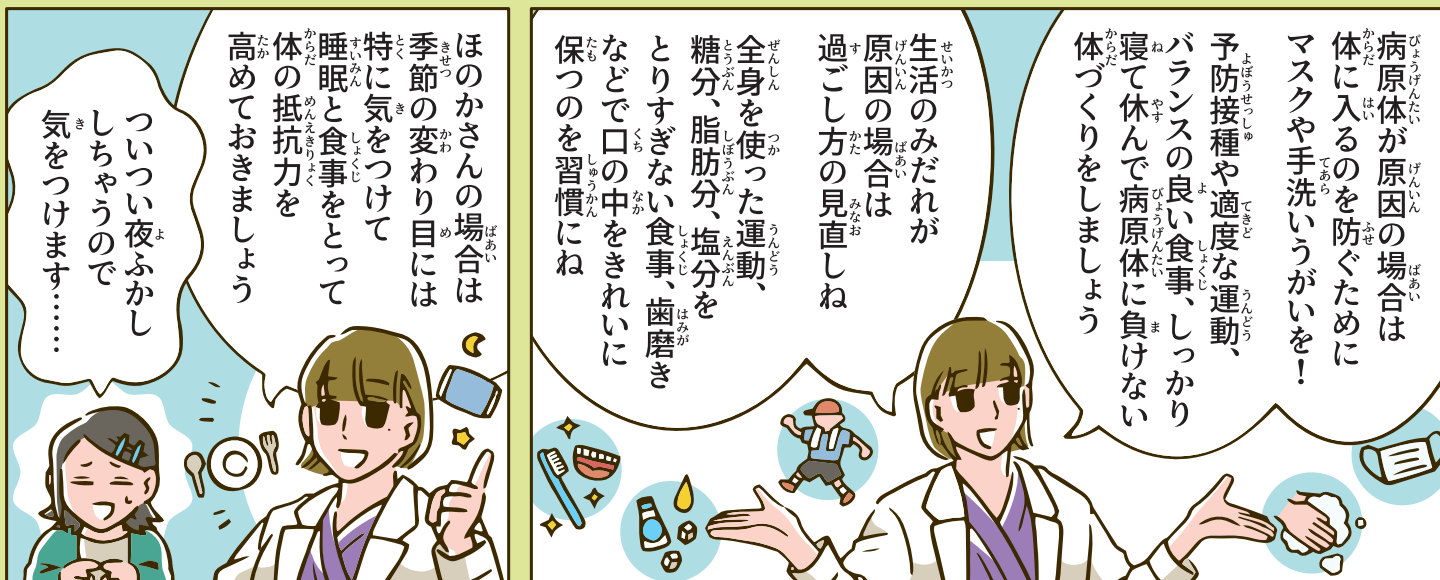
みんなも経験があるかもね

**病気の原因**

1. 病原体(ウイルスや菌)
2. 体が耐える力(抵抗力)
3. どんな生活をしているか
4. どんな環境にいるか

身近な病気「カゼ」で例えるところなるわ

病気はいろんな原因が  
関わり合って起きます



**お薬代の負担を軽減 & 医療費の負担も軽減して医療を守る**

**保護者の方へ ジェネリック医薬品を活用しよう!**

医師の診断により病院や調剤薬局等で処方される医療用医薬品は「新薬(先発医薬品)」と「ジェネリック医薬品(後発医薬品)」に分けられます。「ジェネリック医薬品(後発医薬品)」は、「新薬(先発医薬品)」と同等の有効成分・効能があると厚生労働省から認められた、より安価なお薬です。

具体的には、新薬と同じように体内で有効成分が吸収されるか確認する試験等を実施していて、その品質は新薬と同等であると厚生労働省から保証されています。また、ジェネリック医薬品は、医薬品メーカーによってお薬を飲みやすい形状や大きさに変えるなどの工夫が図られており、年々その製造技術は進歩しています。

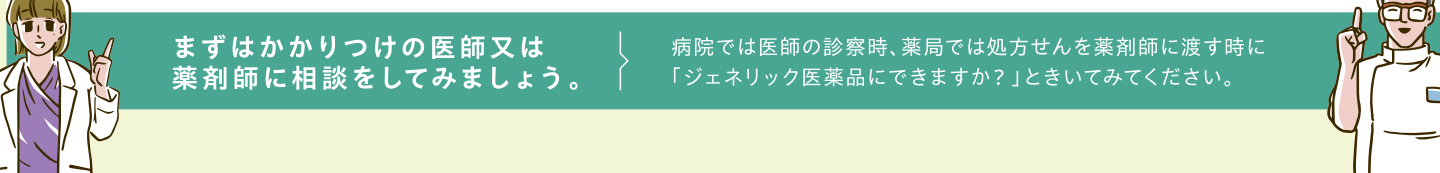
新薬(先発医薬品)の開発には、10年~15年程度の長い期間を要します。また、期間だけでなく、開発にかかる費用も数百億円もの資金が必要といわれており、こうしたコストが新薬の価格に反映されています。一方、ジェネリック医薬品(後発医薬品)は、新薬の有効成分を利用して開発されるため、その開発期間やコストを大幅に抑えることが可能となります。そのため、ジェネリック医薬品の価格を安く設定することができます。(先発医薬品よりも3割から5割程度安くなる場合が多いです。)

**先発医薬品とジェネリック医薬品の価格比較**  
 代表的な薬を1日1回、1年間服用したと仮定。※健保・国保(3割負担)

疾患	新薬 (円)	ジェネリック医薬品 (円)	差額 (円)
脂質異常症の場合	16,430	9,860	6,570
高血圧症の場合	9,860	3,290	6,570
糖尿病の場合	6,570	2,190	4,380

出典:ジェネリック医薬品学会リーフレット「ご存知ですか?家計にやさしいお薬を!」

**協会けんぽのジェネリック使用割合**  
 全国平均 **84.6%**  
 2024年6月時点





保護者の方へ

将来の医療制度を守るために意識できること

## 上手な医療のかかり方

上手な医療のかかり方とは、皆様が安心して医療を受けるため、医療を守るための行動です。主には「かかりつけ医を持つ」「時間外受診を避ける」といったものが挙げられます。

これらの行動により、自分自身の金銭的、時間的、体力的な負担が軽くなるほか、医療機関や医療従事者の負担軽減にも繋がります。



医師  
石川先生

### 医療機関の現状

群馬県をはじめとした日本の医療提供体制は、医療従事者の長時間労働によって維持されていました。厚生労働省の2019年の調査では「勤務医の少なくとも4割近くが年間960時間を超える時間外・休日労働に従事した」との結果もあります。

そういった体制を改善するため、厚生労働省では「医師の働き方改革」を2024年4月からスタート。医療従事者の適切な労働環境を整えること、国民一人一人が医療について正しい知識を身に付けることで、この先も安全で質の高い医療を受けることができます。

### かかりつけ医を持つ

かかりつけ医は、健康管理や傷病による受診や通院など、健康をサポートしてくれる身近な医師のことです。体調不良の時にすぐ受診できる病院があることで、悪化する前に適切な治療を受けられます。

また、専門的で高度な治療が必要となった場合、かかりつけ医から大病院への紹介状を書いてもらうことができます。紹介状なしで大病院を受診してしまうと、診察料に加えて7,000円以上の特別料金(全額自己負担)がかかってしまいます。

自分に合ったかかりつけ医を探す場合は「医療情報ネット」をご活用ください。厚生労働省によるサービスで診療科目や市町村等、希望に合った医療機関を検索することができます。自宅や職場の近くなど通いやすい医療機関を選びましょう。

#### かかりつけ医を持つメリット

- ① 健康について気軽に相談でき、日常の健康状態を把握してもらえる
- ② 症状に応じて適切な専門医の紹介が可能
- ③ 病気の予防や早期発見、早期治療に繋がる



### 時間外受診を避ける

休日や夜間に不急な受診をすることは避けましょう。夜間救急等の病院では、通常の診療費用に加えて料金が加算されるほか、救急車で運ばれてきた患者さんや緊急性の高い患者さんを優先的に診察します。そのため、待ち時間が長くなってしまったり、短期間分の処方箋で様子見となってしまう、同じ症状で再度医療機関にかかる「はしご受診」をしなくてはならなくなるなど、金銭的、時間的な負担が増える場合があります。

緊急時間以外は診療時間である平日・日中に受診しましょう。

	時間外加算 おおむね 8 時前と 18 時以降土曜は 8 時前と正午以降	休日加算 日曜・休日・年末年始の休診日	深夜加算 22 時～翌 6 時
初診料	850 円	2,500 円	4,800 円
再診料	650 円	1,900 円	4,200 円

※上記の金額には健康保険が適用されます。 ※6歳以上の場合。

また休日・夜間に、「すぐに病院に行くべきか」「救急車を呼ぶべきか」など悩んだ際には「相談ダイヤル」にかけただけでと看護師等の専門家に電話で相談できます。

専門家への  
相談ダイヤル

お子様の症状には #8000 大人の症状には #7119

※意識がないなど緊急時には迷わず 119 にご連絡ください。

### さいごに

上手な医療のかかり方は、皆様の医療費負担と医療現場の労働負担を減らすための行動です。これらを心がけ、持続的で安心した医療を受けましょう。また、不要不急の受診をしないための健康な体づくりも行い、自身の医療費負担を減らす取り組みを行いましょう。