

国保の加入・脱退手続きはお早めに！

3月、4月は就職・退職などで保険の切り替えが多くなる時期です。
会社を退職する、または新たに就職するときは、今まで使っていた保険証が使えなくなります。
保険の切り替えを忘れないよう、早めの手続きをお願いします。

こんなとき、どうすればいいの？

CASE 1 職場の健康保険に加入したとき

「新しい保険証」（職場の健康保険の保険証）と「国民健康保険証」を持参し、国保の喪失手続きを行ってください。

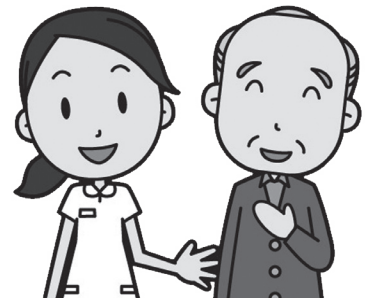
手続きをしないまま、「国民健康保険証」で病院受診を続けると、後で保険給付部分（7～9割）を返還していただくことになります。ご注意ください。



CASE 2 職場の健康保険を脱退したとき

「健康保険資格喪失証明書」を持参し、国保の加入手続きを行ってください。

保険証がないまま病院にかかると、自由診療（10割負担）となってしまいます。



CASE 3 国保の各種手続きについてもっと知りたい

国民健康保険の加入・脱退、そのほか手続きについて詳しく知りたい場合は、役場窓口にお越し
いただくか担当課までお問い合わせください。

問合せ先 / 役場健康福祉課 担当 伊田（電話 0859-72-0334）

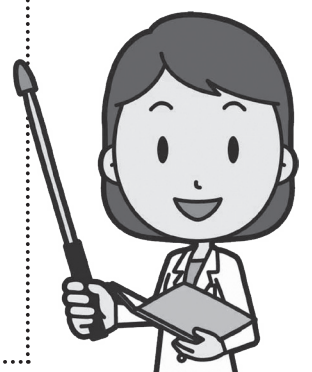
ジェネリック医薬品を活用しよう！

日本では「後発医薬品」と呼ばれているジェネリック医薬品。先発医薬品と同じ成分で、同じ効能を持ちながら、安く購入・使用できます。ジェネリック医薬品を有効活用することで、皆さんの家計だけでなく、医療費の節減にも大きな効果が期待できます。

近年、医療の高度化により、家計に占める医療費の割合は年々増加しています。薬の製造には、長い開発期間と多くの開発費用が掛かっていますが、ジェネリック医薬品は、短い期間と少ない費用で開発されています。価格も新薬の約2～7割程度に抑えられ、家計の負担軽減にも役立ちます。

しかも、効き目や安全性が実証されている新薬と主成分が同一であることが審査され、厚生労働省より製造・販売が承認されているため、安心して使うことができます。

なお、ジェネリック医薬品への切り替えは、医師や薬剤師と相談のうえ、使用していただくようお願いします。





日野病院の孝田雅彦病院長が、さまざまな病気や健康について、その予防法や健康に過ごすための豆知識などお役立ち情報をお届けします。

歯止めかからぬ感染。拡大の一途をたどる新型コロナウイルス

先月の町報では、新型コロナウイルス感染症が終息していることを祈念して終えましたが、残念ながら感染は世界中に広がり続けています。

3月1日現在、世界中で8万7579人。うち、中国7万9824人、韓国3736人、イラン978人、日本242人、ヨーロッパでもイタリア、ドイツ、フランスで急速に増加しています。

そして、ダイヤモンドプリンセス号では706人が、国内でも北海道、東京、愛知で感染が拡大し、感染者が発生した県も増加し続けています。

どのように感染していくのか。ウイルスの特徴を探る

ここで、これまでに分かっ

ている新型コロナウイルス（COVID-19）の特徴を述べます。

まず、このウイルスは飛沫・接触感染を中心に感染していきます。また、最近エアロゾル感染の可能性が報告されました。飛沫感染では咳をしても半径2mぐらいでウイルスは落下します。

一方、エアロゾル感染では、空気感染ほどではありませんが、かなりの範囲にウイルスが浮遊します。換気をしなければ、密閉された部屋全体が感染可能になると考えられます。ダイヤモンドプリンセス号や大阪のライブハウス、東京の屋形船の感染率が高いのも密閉した空間だからです。

したがって換気が重要です。換気はSARSの感染を減らすのに効果を上げました。さらにウイルスは糞便中にも排泄されるので糞口感染も成立します。これは接触感染と同じく手洗いが重要です。

コロナウイルスは名前のようにウイルス粒子の表面に王冠の様なスパイクがたくさん出ており、このスパイクが人の細胞に接着して細胞内に侵入します。石けんなどの界面活性剤はこのスパイクを破壊するため、細胞に接着できなくなり、病原性がなくなります。

つまり、予防法は飛沫・エアロゾル感染を防ぐために、「マスクをする」「部屋の換気をする」「人混みや密閉された空間に行かない」、接触・糞口感染に対して、「石けんを十分に手洗いをする」「アルコール消毒をする」ことです。

致死率も増加傾向。高齢者ほど重症化するリスクが

次に、COVID-19による致死率は年齢によって大きく異なることが報告されています。大まかには50歳未満0.4%、50歳台1%、60歳台3%、70歳台10%、80歳以上15%です。また、入院患者の死亡率は14%です。これらは中国のデータなので医療レベルの高い日本でもっと低くなると考えたいのですが、治療法がない疾患なのでまだ分かりません。

いずれにせよ、感染が広がれば高齢者を中心に亡くなる方が増加することは確かです。ので、感染を減らすことが重要です。特に、急速な患者の増加を減らして、病院が満杯にならないよう、感染者が十分な治療が受けられるように患者増加速度を下げるのが重要です。今のところ、一人の患者が二人ぐらいの人に感染させているといわれていますが、これを1以下にしない

と感染は終息しません。

感染拡大を阻止するには？一人一人の意識付けが重要

COVID-19のやっかいなところは発症する前からウイルスをばらまいていることです。したがって、症状が出てから周りに感染させないように注意してもすでに広めている可能性があります。

理論的には全国民が2週間自宅にこもれば、この間に感染者は発症するので、すべてのウイルス保因者をあぶり出すことができます。しかし、現実にはこれは困難であるため「不必要な外出はできるだけ控える」「人が集まる場所へは行かない」「特に感染者が出ている地区から来た人とは接触しない」ことが望まれます。

差別的な対応はよくありませんが、これは一時的な緊急の対応なのでみんなが協力しないと効果が薄れてしまいます。経済的な問題もありませんが、感染が広がればもっと大きな経済的損失が引き起こされると思います。

個人個人が自分のこととして行動して下さい。今度こそ、この町報がでるときには感染がピークを越えていることを祈ります。