

# すこやか 健保



★ Special Issue

## 医療保険制度の現状を知り 皆保険を守るための理解を

4月は新社会人のデビューの季節です。引越など生活の環境が変わることも多く、希望や喜び、期待、不安など様々な思いが入り混じる時期ですが、新社会人の皆さんに知っておいてもらいたいことがあります。それは、医療保険制度の現状です。

日本は世界有数の長寿国ですが、一方で少子化が急速に進んでおり、今や他に類を見ない超高齢社会でもあります。現在、国民医療費43・1兆円(2017年度)のうち、75歳以上の後期高齢者の医療費は16・1兆円(構成比37%)ですが、団塊の世代が75歳になり始める2022年には19・9兆円(同41%)、団塊の世代全員が75歳以上となる25年には23兆円(同44%)まで膨らみ、現役世代の医療費を上回る見込みです(健保連推計)。

一方、高齢者の医療費を支える現役世代の被保険者1人当たりの年間保険料(事業主負担分含む)は49・0万円(17年度)ですが、22年度

には54・9万円、25年度には58・5万円と増え続け、8年間で約10万円も増加する見込みです。この背景には、健保組合が保険料収入の4割を超え高齢者医療に「拠出金」として負担している現状があるのです。このままでは、60年以上の歴史を持つ国民皆保険制度が早晚立ち行かなくなるのは、火を見るよりも明らかです。

今、求められるのは皆保険を守り続けること。高齢者にも個々の負担能力に応じた保険料や窓口負担を支払ってもらい、さらに公費(税金)を投入することで、高齢者医療を支える現役世代の負担の増大に歯止めをかけることです。

日本の医療保険制度はあらかじめ保険料を出し合い、病気などにかかった時に、安心して医療を受けられる相互扶助の仕組みであることを知り、国民1人ひとりが皆保険を支えているという自覚を持つことが重要です。今号の特集では、そのために皆さんに理解してもらいたいことを取り上げましたので、ぜひご覧ください。

### 知っておきたい! 健保のコト

VOL.12

#### 医療費の改定で何がどう変わる?

4月1日から医療サービスや薬などの公定価格が改定されました。保険が利く医療の値段の改定は原則2年に1回行われますが、新たに保険が使える医療なども追加されます。今回の改定では、日々の生活において何が変わるのでしょうか。

外来では、紹介状なしで大病院を受診した場合、通常の医療費の窓口負担とは別に定額を負担する仕組みがあります。今回、その上乗せ料金がかかる対象病院が拡大され、患者のベッド数が「400床以上」から「200床以上」に。これは比較的症状の軽い患者にかかりつけ医を受診してもらい、病院と診療所の役割分担を進めるとともに、高度な医療を提供する大病院などに患者が集中し過ぎないようにし、勤務医の負担を軽減するのが目的です。負担額は、初診が5000円(歯科3000円)以上、再診が2500円(同1500円)以上で、料金は各病院の判断で設定します。

新たに保険の対象になった医療には、遺伝性の乳がんや卵巣がんの患者が、新たながんを防ぐために健康な状態の乳房や卵管・卵巣を切除する手術(ただし、発症していない人は対象外)や、競馬やパチンコなどにのめり込んで日常生活に支障をきたす「ギャンブル依存症」の集団治療プログラム、加熱式たばこの集団治療プログラムなどがあります。このほか、スマートフォンなどを活用したオンライン診療の対象疾患が拡大され、利用条件が緩和されます。今までは離島やへき地が対象でしたが、少子高齢化により過疎化が進む地域にとって、今後、利便性が高くなることが期待されます。

すこやか特集

# 新しく健康保険の加入者になつた皆さんへ

誰もが、いつでも、どこでも、安心して医療が受けられる「国民皆保険制度」。

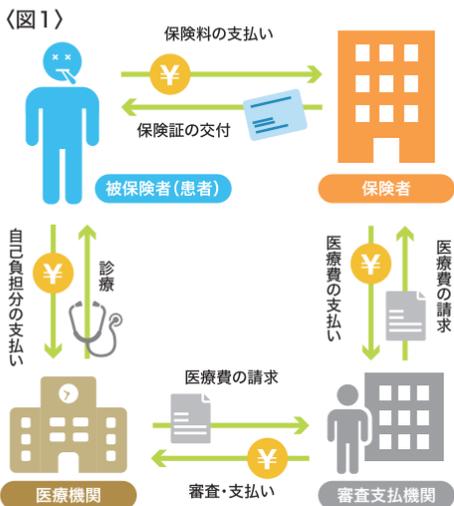
この制度を支えているのは、公的医療保険に加入して健康保険料を支払っている皆さんと事業主です。日本が世界に誇る制度ですが、少子高齢化をはじめとする近年の社会情勢の変化で岐路に立たされています。

今回は、多くの新社会人が働き始め、健康保険の加入者が増えるこの時期に、知っておいてもらいたい健康保険の基本と現状、抱えている問題点などを特定社会保険労務士の大野大平先生に伺いました。

## 覚えておきましょう、医療保険制度の基礎知識

日本の公的医療保険制度は、みんなであらかじめお金（保険料）を出し合い、病気のけがをしたときに医療費として給付する、相互扶助の精神に基づいた「社会保険」の仕組みで成り立っています。日本では全ての国民が公的医療保険制度への加入が義務づけられていて、これを「国民皆保険（制度）」と呼びます。毎月保険料を納める代わりに、医療機関を利用する際は原則、実際にかかった医療費の1〜3割を支払うだけで済み、残りは加入している医療保険から支払われます（図1参照）。医療保険制度に関する情報を知りたいと思ったときに、役立つ基礎知識を紹介しましょう。

まず、健康保険に加入して保険料を納めている皆さんを「被保険者」、その家族で一定の条件を満たす人を「被扶養者」と呼びます。入社したその日から皆さんは被保険者

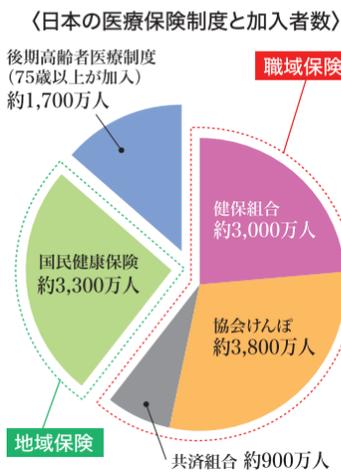


となり、退社あるいは死亡した翌日にその資格を失います。皆さんと事業主が共同して負担する健康保険料を預かって運営する組織を「保険者」と呼びます。医療保険は、サラリーマンが加入する「被用者保険（職域保険）」、自営業者や退職者などが加入する「国民健康保険（地域保険）」、75歳以上が加入する「後期高齢者医療制度」の3つに大きく分かれます。さらに被用者保険（職域保険）には、民間企業の従業員が加入する「健康保険組合（健保組合）」と「全国健康保険協会（協会けんぽ）」、公務員が加入する「共済組合」の3種類があります。



## 健保組合の事業と医療保険制度の現状

皆さんの給与から毎月天引きされている健康保険料は、収入を一定の幅で50等級に分けた「標準報酬月額」をベースに、健保組合ごとの保険料率を掛けて算出されます。これに事業主負担分を加えた額が、加入している健保組合に納められます。



出典：厚生労働省資料から作成

健保組合の主な仕事は「保険給付」と「保健事業」です。医療機関を受診したときに窓口で原則3割を支払い、残りの額は審査支払機関を通じて健保組合が支払います。これが保険給付です。出産や傷病による休職などの際の手当金の支給なども行います。他方、保健事業は加入者の皆さんが健康的な生活を送るためのサポートを行うもので、健康診査やがん検診、生活習慣病予防、禁煙、メンタルヘルス対策、運動習慣の推奨などがあります。

現在、毎年増加している医療費を抑制し、現役世代の過重な負担に歯止めをかけるためにも、医療保険制度改革の必要性が論じられています。

私たち一人ひとりが取り組めることもあります。まずは、医療費の無駄を減らすことです。例えば、同じ症状で複数の医療機関を受診する「はしご受診」、急病でもないのに深夜や時間外、休日に受診する「コンビニ受診」は控えましょう。これらは時間外加算などによる医療費の増加だけでなく、薬の重複処方や救急医療の妨げ、医療従事者の疲弊にもつながります。

こうした無駄が生まれる理由の1つに、私たちが制度や医療、薬などについて正しく理解していないことが挙げられます。信頼できる正確な情報を手に入れましょう。まずは、皆さんの健康状態を把握し、適切な治療やアドバイスをしてくれる「かかりつけ医」、そして気軽に薬の相談ができる「かかりつけ薬局・薬剤師」を持つことをおすすめします。また「ジェネリック医薬品」の積極的な利用も増加する薬剤費の抑制につながります。

## 保険証は“医療へのパスポート”

健康保険に加入すると「健康保険被保険者証（保険証）」が交付されます。これがあれば、いつでも、どの医療機関でも、医療費の一部を負担するだけで診察や投薬を受けられます。つまり、保険証は“医療へのパスポート”なのです。健康保険組合に加入していることを

示す身分証ですから、なくしたり、汚したりしないように大切に取り扱いましょう。医療機関を受診する際には必ず持参し、その都度返してもらいます。

保険証の貸し借りは法律で禁止されています。トラブルに巻き込まれる危険性もあります

ので、絶対にやめましょう。なお、①保険証を紛失・破損した②結婚や子どもの誕生などで被扶養者の異動があった——ときは届出が必要です。また、被保険者本人が退職や死亡により資格を喪失したときは、勤めていた会社を通じて速やかに返却してください。



監修：大野大平

特定社会保険労務士、行政書士

Column

### 医療保険や疾病に関する正確な情報を入手するためのサイト(一例)

- 健康保険組合連合会  
●<https://www.kenporen.com/>
- 厚生労働省ホームページ「我が国の医療保険について」  
●[https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou\\_iryoku/iryohoken/iryohoken01/index.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryoku/iryohoken/iryohoken01/index.html)
- 厚生労働白書  
●[https://www.mhlw.go.jp/toukei\\_hakusho/hakusho/index.html](https://www.mhlw.go.jp/toukei_hakusho/hakusho/index.html)
- 厚生労働省・上手な医療のかかり方.JP  
●<https://kakarikata.mhlw.go.jp/>
- 国立がん研究センター・がん情報サービス  
●<https://ganjoho.jp/public/index.html>
- 日本生活習慣病予防協会  
●<http://www.seikatsusyukanbyo.com/>



もちろん、どこで老後を暮らすかの決定権は両親にあるといえるでしょう。けれども、将

しかし、M子さんは賛成できないのだとか。「元気なときは楽しく過ごせるかもしれないけど、でも、もし介護が必要になったら、状態によつては住み続けることは難しいと思うので」と話します。相続についても魅力を感じないそう。

このコラムでは、主に心身に衰えが生じた親を支える子のエピソードを紹介しています。一方、元気な親に対し、悩みや迷いを抱く子もいます。

### 親がシニア向けマンションを購入!?

「いつも心は寄り添って」  
NPO法人ハオッコ  
「離れて暮らす親のケアを考える会」  
理事長 太田差恵子  
vol. 97

来、後悔しないよう慎重な検討も必要です。なぜ自宅ではなく、そのマンションに移りたいと思つたのか本音を聞くと同時に、一緒に見学に行き、介護が必要になつた時のことや、費用についてもよく確認を。両親のどちらかが先に他界した場合のことも想定しておく必要があります。また、いずれは売却することが前提なら、売れそうな物件かどうか調べておきたいですね。

### コミュニケーションのツツ



ほっとひと息、  
こころにビタミン  
精神科医 大野裕  
vol. 25

新年度が始まりました。人事異動などをきつかけに新しい職場環境で働くことになり、慣れない仕事に取り組むことになつたりした人も多いのではないのでしょうか。そうしたとき、仕事でよく分からないことがあつても気軽に尋ねることができないために、思うように仕事が進まず、自信を無くしてしまうことが少なくありません。そうすると、他の人たちが自分だけに厳しい目を向けているように感じて、ますます気持ちが内向きになってきます。

こうした傾向は、人間関係に苦手意識を持つている人に特に強く見られるのですが、そうした人に話を聞くと、分からないことがあつても、「こんな簡単なことも分からないダメな人間と思われのではないか」「みんな忙しい

## COML 患者の悩み相談室 Vol.37

### 私の相談 診療拒否に納得いかない

私(63歳・男性)は30代から2型糖尿病と診断されていたのですが、仕事が忙しくて定期的な受診がままならず、また食事でも外食中心だったこともあり、気が付いたときにはかなり病状が悪化していました。そのため、40代半ばからインスリンを自己注射するようになり、さらに50代半ばからは人工透析が必要になり、今では週3回透析に通っています。



これまで3カ所の病院やクリニックで透析を受けてきましたが、なかなかいい関係性が築けず、現在通っている透析クリニックは4カ所目です。1年前から通っているのですが、徐々にスタッフとのトラブルが増えるようになってきました。

COMLには「受診を拒否された。応招義務違反ではないか」「正当な事由なんて、医療側の勝手な言い分ではないか」という訴えが時折届きます。しかし、応招義務とは「公法上の義務」であり、じつは患者に対する私法上の義務ではないのです。つまり、医師国家試験に合格して免許を得た際に、その医師が国に対して負うべき義務ということなのです。

先日、私への対応を巡って看護師と言ひ争いになり、頭にきた私はそばにあったワゴンを蹴飛ばし、スリッパを壁に向かって投げてしまいました。それによって何かが壊れたわけでも、誰かがけがをしたわけでもありません。しかし、クリニックの院長から「あなたとは信頼関係が築けないので当院では対応できない。別の医療機関に行つてほしい」という趣旨の手紙が届いたのです。医師には、正当な事由なく診療拒否ができないという応招義務が医師法で定められていると聞いています。医師法違反なのではないでしょうか。

さらに2019年12月に厚生労働省から応招義務に関する適切な対応について、医政局長通知が出され、その中で診療拒否が正当化される具体例の1つとして「患者の迷惑行為」により、診療の基礎となる信頼関係が喪失している場合が挙げられています。いくら物が壊れず、人がけがをしなかったとしても、暴力行為に相当するだけに、苦情を伝えるときの手段にも節度が求められると思います。

認定NPO法人ささえあい医療人権センターCOML(コムル)  
「かしこい患者になりましょう」を合言葉に、患者中心の開かれた医療の実現を目指す市民グループ  
詳しくはCOMLホームページへ ▶ <https://www.coml.gr.jp/>  
電話医療相談 大阪: TEL 06-6314-1652  
(月・水・金 9:00~12:00、13:00~16:00(15:30受付終了)) ただし、月曜日が祝日の場合は翌火曜日に振り替え(土 9:00~12:00)

健康  
マメ知識

### セルフメディケーションの重要性!

「セルフメディケーション」という言葉、皆さんはご存じですか? 「日頃から自分自身の健康に責任を持ち、ちょっとした体の不調は医療機関に頼らず、市販の医薬品を上手に利用するなどして自分で手当てすること」——これがセルフメディケーションの考え方です。

具体的には、普段から適度な運動やバランスのとれた食事、十分な睡眠・休息を心がけ、体温・体重・血圧などを測定し、定期的に健康診断などを受け、積極的に体調管理を行います。こうした日頃の心掛けが生活習慣病を予防して健康寿命を延ばし、結果的に医療費の抑制にもつながるのです。2017年1月より、要指導医薬品や医療用から転用された一般用医薬品「スイッチOTC医薬品」を購入すると所得控除を受けられる、セルフメディケーション税制も始まっています。