



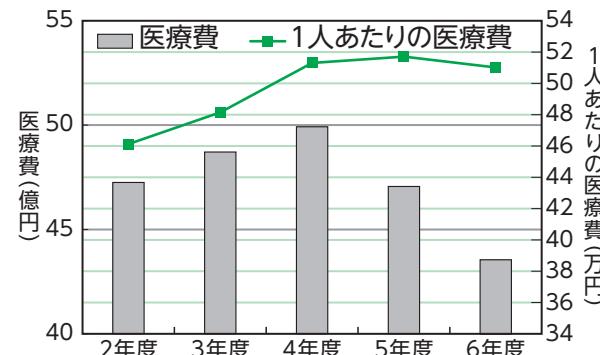
## みんなで支える国民健康保険

さぬき市国民健康保険の1人あたりの医療費の額は510,162円で、前年度と比較して1.3%減少しました。医療費が増えると皆さんの保険税の負担が大きくなるだけでなく、医療保険制度の運営が困難になってしまいます。一人ひとりが医療費に関心を持ち、医療費を有効に使うよう心がけましょう。

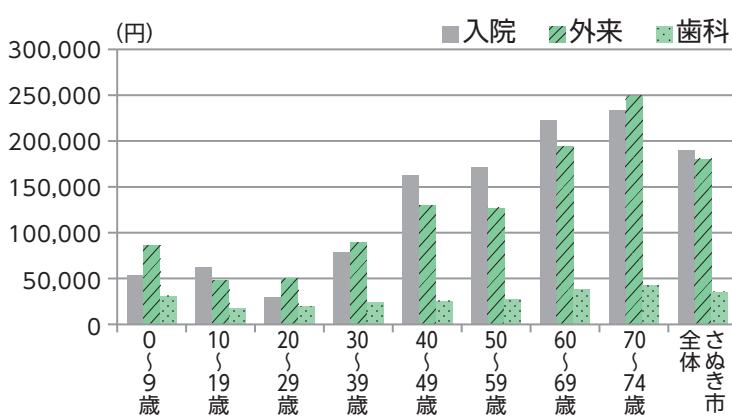
### さぬき市国民健康保険医療費の推移

(単位：円)

年度	医療費	被保険者数 (年度平均)	1人あたりの医療費	
			金額	上昇率
2年度	4,725,284,976	10,245	461,228	—
3年度	4,871,127,404	10,117	481,479	4.4%
4年度	4,992,041,055	9,730	513,057	6.6%
5年度	4,706,061,661	9,101	517,093	0.8%
6年度	4,354,740,367	8,536	510,162	△1.3%



### 1人あたりの医療費(医科・歯科) 令和6年度



#### <上図の説明>

1年間にかかる被保険者1人あたりの医療費はさぬき市全体で、入院が190,644円、外来が180,704円、歯科が35,574円となっています。年齢階層別では、いずれも70～74歳が一番高くなっています。

医療費別上位3疾病(令和6年度)	
1位	新生生物(がんなど)
2位	精神および行動の障害
3位	筋骨格系および結合組織の疾患

#### 医療機関の適正受診にご協力ください

- かかりつけの医師をもち、気になることがあれば、相談しましょう。
- 同じ病気で複数の医療機関を受診することは控えましょう。医療費の増加や重複する検査や薬による、体への悪影響に繋がります。
- 医師や薬剤師に相談したうえで、ジェネリック医薬品を有効に活用しましょう。

【問】国保・健康課 ☎ (0879) 26-9907

## 11月10日～16日は アルコール関連問題啓発週間です

お酒は生活に豊かさと潤いを与える一方で、不適切な飲酒は、健康障害や飲酒運転、暴力、虐待、自殺などの問題にも密接に関連しています。自分に合った飲酒量を知り、適切な飲酒を心がけましょう。

#### ◇みんなに知ってほしい飲酒のこと【出典:厚生労働省】

がん、高血圧、脳出血、脂質異常症などの疾患と飲酒量には、深い関係があることがわかっています。健康日本21(第3次)では、1日の平均純アルコール摂取量(男性40g以上、女性20g以上)を超える日が続くと、生活習慣病のリスクが高くなるとされています。



↑ 詳細はこちら

#### ◇飲酒チェックツール SNAPPY PANDA 検索Q

自分が飲んだお酒の種類を選ぶと、総飲酒量(純アルコール量)とお酒の分解にかかる時間が簡単に分かれます。健康管理や飲酒運転防止のために、活用してみましょう。

【出典:厚生労働科学研究(2013～2015年)「WHO世界戦略を踏まえたアルコールの有害使用対策に関する総合的研究」】



↑ チェックツール  
はこちら

【問】国保・健康課(健康係) ☎ (0879) 26-9908