

「国民健康保険・後期高齢者医療制度」のお知らせ

Vol.7 お医者さんの上手なかかり方（その2）

お医者さんにかかるとき、ちょっとした誤解や思い込みで治療が長引くことがあります。医療機関の受診や、薬局での薬の調剤の際には、以下のことに注意しましょう。

同じ病気で重複して受診するのは控えましょう

同じ病気で複数の病院などにかかると、医療費が高額になるだけでなく、不要な検査などでご自身の体にも負担がかかります。気になることがあったら、まずは、かかりつけのお医者さんに相談・受診することを心がけましょう。

ひんぱんに受診するのは控えましょう

すでにお医者さんの診断を受けて、薬も処方されているのに、その薬を飲み終わる前に心配でまた受診するのは控えましょう。

ただし、体調が急変したときはすぐに受診してください。

夜間や休日の受診は急病や体調が悪化した場合のみにしましょう

「普通の病院は混雑しているから」という理由で夜間や休日に受診するのはやめましょう。

決められた時間以外や休日・深夜に受診すると割増料金が追加されますし、急病の方の治療に支障をきたす恐れがあります。体調が急変したなどのやむを得ない場合を除いては、診療時間内に受診しましょう。



柔道整復師（整骨院・接骨院）の施術を受けるときの注意点

柔道整復師は医師ではないため施術の行為が限定されていて、保険証が使える場合と、使えない場合があります。施術を受けるときは、負傷原因を正確に伝えてください。

【保険証が使える場合】

- ・外傷性のねんざや打撲
- ・医師の同意がある場合の骨折、脱臼の施術
- ・応急処置で行う骨折、脱臼の施術

【保険証が使えない場合】 ※全額自己負担となります

- ・日常生活における単純な疲労や肩こり、腰痛、体調不良など
- ・病気（神経痛、リウマチ、五十肩、関節炎、ヘルニアなど）による、こりや痛み
- ・脳疾患後遺症などの慢性病
- ・症状の改善がみられない長期の施術（応急処置を除く）
- ・スポーツなどによる肉体疲労改善のための施術
- ・仕事や通勤途上に起きた負傷（労災保険からの給付になります）

市町村職員を装い、高齢者を狙った医療費還付金詐欺事件が多発しています。不審な電話があったら、一人で判断せずに周りの人に相談しましょう。

長い間、ごくろうさまでした

この度、野沢専治教育長が、一身上の都合により10月31日をもって退職されました。

野沢教育長は、平成11年4月1日に就任。以後、4期16年の長い間、村教育の振興にご尽力をいただきました。特に、少子化や過疎化の影響により子どもたちが減少する中で、学校の統合は長年の課題でしたが、その課題に真正面から取り組み、平成17年に中学校の、平成22年には小学校の統合を果たし、関川中学校、関川小学校の創立に力をそそぎました。

また、小学校統合後は、教育スクエア×ICT事業を推進し、情報教育に力を注ぎ、子どもたちの学ぶ意欲を育ててきました。

大変、ごくろうさまでした。野沢教育長の今後の活躍をお祈りします。



野沢専治 教育長
(下関)

第64回 新潟県競書大会 入選作品

特別賞に佐藤にこさん（下関）の作品が選ばれました。また、特選には船山優心さん（勝蔵）の作品が選ばれました。【敬称略】

◆主催 新潟県書道教育研究会

◆応募数 県内の小・中学校、高校から17,273点（小学校11,248点 中学校1,642点 高校4,383点）

目標にしていた特別賞をとることができてうれしいです。パパもママも「良かったね」と喜んでくれました。『夜』という字の最後のはねの部分がむずかしかったけど、80枚くらい書いて練習しました。来年は、もっと上手になって今年より良い賞をとりたいです。



佐藤にこ
(関川小4年・下関)



特別賞
1点

1年生になってから習字を始めました。特選をとることができてとてもうれしいです。家でも習字教室でもたくさん練習しました。家族みんなが喜んでくれてうれしかったです。もっといっぱい練習して、今年よりも上手になって、来年は特別賞をとりたいです。



船山優心
(関川小1年・勝蔵)



特選
1点