

もっと知りたい！



こちらは、わがやのすごろく解説でもっと詳しく知りたい方用の解説です。

もっと知りたい！

1



妊娠・出産をすると受けられる補助

妊婦健診助成制度⇒健診費用の一部を助成する制度(お住まいの市町村で妊婦一般健康診査受信票が交付されます)

出産育児一時金⇒出産費用を健康保険が補助

児童手当⇒中学卒業までの児童を養育している家庭に支給される制度

2



注射の役割

注射をすると、病気が重症化しにくくなり、病気にかかる人が減ることで**感染が拡大することを防ぐことができます。**

お子さんにも、しっかり説明し、予防接種は必ず受けましょう。

もっと知りたい！ 2

5



かかりつけ医とは？

日頃の私達の体調を知っていて、気軽になんでも相談でき、必要な時は専門の医療機関を紹介してくれる、**身近で頼りになるお医者さん**です。

「この症状は何科に診てもらえばいいのだろう？」と困った時はお気軽にかかりつけ医に相談してみましょう。

5



保険証の役割

「保険証」を病院の受付に出すと、基本3割負担になります。

(年齢や所得によって1割または、2割の場合もあります。)

支払わなかった残りの7割のお金は保険者つまり、加入先の健康保険(会社)が支払います。

保険証を忘れてしまうと**全額負担**になってしまいますので、(見せればあとで戻ります)病院に行くときは、「**保険証**」を**忘れずに!**



福祉医療費受給資格者証とは？

福祉医療費支給制度(医療費の無料化)を受けられる人がもらえるものです。

群馬県は「群馬県福祉医療費支給制度(医療費自己負担額の無料化制度)」があり、子ども・重度心身障害者・母子家庭等の一定の要件を満たす方の医療費を無料化する制度です。

県外の医療機関を受診する場合などの支給方法がこちらに掲載されています。

詳しく知りたい方はご覧ください。

群馬県ホームページ 群馬県福祉医療費支給制度(医療費自己負担額の無料化)について

<https://www.pref.gunma.jp/02/d5610007.html>

病院受診時は

「福祉医療費受給資格者証」を忘れずに！

もっと知りたい！ 4

6



福祉用具とは？

身体の機能障害などによって、歩行に困難がある人の移動を補助する手段として利用されるのが**福祉用具**(体が不自由になってしまった方が、**安心・安全に生活できるお手伝いをする道具**)です。

車いすの他にも「杖」「電動ベッド」「手すり」「電動リフト」「多機能マットレス」など多くの便利な用具が揃っています。

詳しく知りたい方はこちらをご覧ください。

ふくせん 一般社団法人 全国福祉用具専門相談員協会

介護保険と福祉用具

<https://www.zfssk.com/kaigo/index.html>

7



筆談中、ペンや紙がなかったら？

ペンや紙がなければ、手のひらに指で字を書いたり、空書(空中に文字を書くこと)したりして、お互いの気持ちを伝えあうことができます。

できるだけ、大きな字で書いて、返事をもらったら相手に伝わったことを☺サインなどで合図してみましょう。

8



ケアマネジャーとホームヘルパー

「ケアマネジャー」(介護支援専門員)

介護支援専門員は「ケアマネ」と呼ばれ

主な仕事は、介護保険を持っている方の家に訪問。本人の状況や必要なことに合わせて介護サービスの調整や必要な書類(ケアプラン)を作成し、生活全般の困りごとを解決する介護サービスの要(かなめ)です。

「ホームヘルパー」(訪問介護員)

訪問介護員は「ヘルパー」と呼ばれ主な仕事は、介護を受ける人の自宅に訪問し、自力でできないことを代わりにしたり、手伝ったりします。

ただし、家政婦さんのように頼まれたらなんでもするのではなく、一緒にすることで本人の能力低下を防ぎやる気や満足を引き出したり、施設に入らず家で生活続ける支えになってくれる大切な仕事です。

もっと知りたい！ 6



地域包括支援センターとは？

寄せられた相談に対し、保健師（看護師）・社会福祉士・主任ケアマネジャー（ベテランのケアマネ）の3職種がそれぞれの専門性を活かし、連携しながら分担して様々な対応を行います。

利用条件は**対象地域に住んでいる、65歳以上の高齢者、またはその支援に関わっている方（医療・介護関係者）**となります。

さらに詳しい説明は下記のホームページに掲載されていますので、詳しく知りたい方はご覧ください。

群馬県ホームページ 介護保険制度(地域包括支援センター)

地域包括支援センターはどんなことをするのですか？

<https://www.pref.gunma.jp/02/d0110085.html>

10



海外療養費とは？

自分が加入している、公的医療保険(国民健康保険や全国健康保険協会)などに海外の病院で治療を受けた際に申請をすると、医療費の一部が払い戻されます。

但し、**全ての治療が対象となるわけではなく、利用条件や一定の条件を満たす必要があります。**

申請方法も複雑なので、実際に制度を使いたいと思った時は注意が必要です。

11



〇〇検診の目的は？

検診の目的は**特定の臓器などの病気を早く発見し、早く治療することです。**

胃がん検診や歯科検診などがあります。

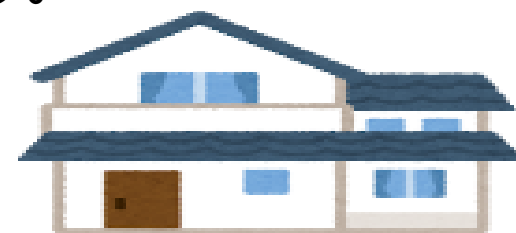
「健診」と「検診」の違いを理解して、自分の体と家族のために継続的に受けましょう。

何かあれば、早めの治療を心掛けましょう。

12

家族でよく話し合きましょう！

- 今後のことを家族でよく話し合ってみましょう。
- 介護をすると「どんな生活になるのか」考えてみましょう。
- 家族が認知症の病気について正しく知りましょう。
(治療できるかもしれません)
- おじいちゃんの見聞もきちんと聞きましょう。
- 結論が出ず、困ってしまったら専門の人に相談しましょう。
(お医者さん、役場、ケアマネジャーなど)



下記のホームページで詳しく説明があります。詳しく知りたい方はご覧ください。

政府広報オンライン「もし、家族が認知症になったら知っておきたい認知症のキホン」

<https://www.gov-online.go.jp/useful/article/201308/1.html>



13

高額療養費制度って？

高額療養費制度とは、**同月(一日から末日)にかかった医療費の自己負担額が高額になった場合、一定の金額(自己負担限度額)を超えた分、あとで戻ってくる制度**です。

ちなみに…自己負担限度額は年齢と所得区分によって決まります。

そして…対象外となる医療費もあるので注意が必要です。

申請方法は本人が加入している医療保険で異なりますので、もし、高額療養費制度を利用したい時は、加入している医療保険（会社など）

または病院窓口に相談してみましょう。

詳しく知りたい方はこちらをご覧ください。

全国健康保険協会 協会けんぽ 高額な医療費を支払ったときは、高額療養費で払い戻しが受けられます

<https://www.kyoukaikenpo.or.jp/g3/cat310/sb3030/>

豆知識5では、医療費の不安など相談できる、病院の相談所を紹介しています。



14

もしバナのススメ！

「先のことで思いつかない！」「嫌なことは考えたくない！」人は死について話をしにくいものです。しかしこういった機会に、「もしバナ」を試してみてください。

今まで知らなかった家族の考えや気持ちが、この機会に分かるかもしれません。

「病気が治らなかったら」「親が急にいなくなったら」「死ぬ時はどこで」などあとで後悔するよりも、嫌でも「あの時、話をしておいてよかった」と思えるようにしてみませんか？

「エンディングノート」を知っていますか？

●「エンディングノート」とは自分の情報や保険などの契約内容、医療や介護についてなどを書き留めておくものです。病気が良くならなかったら…自分が亡くなった時に、残された家族が本人の考えを確認できるものです。

が、もしバナで「～の時はこうする。」など書き留めておきたいなと思ったことを書いておいても良いのです。ただし、エンディングノートには遺言書のような法定効力がないため法律が関わる相続についての記載は遺言書を準備しましょう。

豆知識6では、遺言書を作りたい時は？を紹介しています。