

# 医療・健康

## 1 かかりつけ医（主治医）の紹介・相談

中央区医師会および日本橋医師会では、「かかりつけ医」をお持ちでない方、または日頃、大学病院などを受診して、近隣に「かかりつけ医」をお持ちでない方のために、無料で紹介・相談に応じています。

「かかりつけ医」は、いつでも気軽に病気についての相談や診察をしてくれたり、寝たきりの方などへの往診をする開業医です。また、訪問看護、特別養護老人ホーム入所などの医療・福祉サービスを利用する際に必要な「指示書」や「意見書」を作成するなど在宅介護の支援もいたします。

「かかりつけ医」をお持ちでない方や、「介護保険の主治医意見書」などでお困りの方は、お気軽にお問い合わせください。

### 問い合わせ先

中央区医師会事務局  
(勝どき1-6-7)

☎3531-1048  
FAX3534-8229

日本橋医師会事務局  
(日本橋久松町1-2)

☎3666-0682  
FAX3669-5576

## 2 かかりつけ歯科医（主治医）の紹介・相談

京橋歯科医師会およびお江戸日本橋歯科医師会では、「かかりつけ歯科医」をお持ちでない方が身近な地域で適切な歯科医療を受けられるように、「かかりつけ歯科医」の紹介・相談に応じています。お気軽にお問い合わせください。

### ◆歯科医師の訪問診療

障害や要介護状態により通院が困難な方が、ご自宅で適切な歯科医療を受けられるように訪問診療ができる歯科医師を紹介します。

寝たきりの方でむし歯や歯周病でお困りの方、また入れ歯が合わなくてお食事がよく召し上がれない方はご相談ください。

### 問い合わせ先

京橋歯科医師会事務局  
(銀座1-25-3)

☎3538-2700  
FAX3538-2701

お江戸日本橋歯科医師会事務局  
(日本橋久松町1-2)

☎3661-1565  
FAX3639-3657

### 3 訪問看護ステーション

在宅で療養している寝たきりの高齢者などのご家庭に看護師などが訪問し、主治医の指示に基づき患者の症状に応じた適切な看護サービスなどを提供するとともに、診療の補助などを行うことによって、ご家庭でより安定した療養生活が送れるよう支援します。

※要介護者などの場合は介護保険によるサービスが優先となりますが、一部医療保険によるサービスが適用される場合があります。利用するときはケアマネジャーまたはおとしより相談センターにご相談ください。

- 利用できる方**
  - ・要介護認定により要支援1・2および要介護1～5と認定された方（介護保険）
  - ・難病または重度障害などの方（医療保険）
  - ・要介護認定を受けていない方（医療保険）
- 費用負担**
  - 介護保険…基準単価の1割、2割または3割
  - その他の方…各種医療保険の自己負担分
- サービスの内容**
  - 訪問看護を必要とする方の状況に応じて、症状観察、清拭、床ずれの予防処置、リハビリテーションなどの看護サービスを提供します。

### 4 土曜・休日診療案内

裏表紙をご覧ください。

### 5 特定健康診査・高齢者健康診査

メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）に着目した特定健康診査などを実施します。また、フレイル（心身の活力が低下し要介護状態となるリスクが高い状態）を把握するためフレイル予防健診を健康診査の一部として実施します。なお、健康診査の結果と総合的に判定するフレイル予防事業判定を行います。詳しくは58ページを参照してください（要支援・要介護認定者を除く）。

#### ●対象となる方

	対象となる方	受診券の発送
特定健康診査	40歳以上74歳以下の中央区国民健康保険に加入している方	対象の方全員に受診券を発送します。 ※受診券の送付時期などは21ページをご覧ください。
高齢者健康診査	75歳以上の方	
フレイル予防健診 ※健康診査の一部として実施	65歳以上の方	

※中央区国民健康保険以外の健康保険組合など（勤務先の健康保険）に加入している 40 歳以上 74 歳以下の方は、それぞれの医療保険者が特定健康診査を実施します。詳しくは、加入している健康保険組合などへお問い合わせください。また、40 歳以上の生活保護受給者の方や中国残留邦人の方などにも健康診査を実施します。対象の方には受診券を発送します。

問い合わせ先 管理課保健係 ☎ 3546-5397

## 6 がん検診など

がんの早期発見・早期治療を目的として、各種がん検診を実施します。また、肝炎ウイルス検査、眼圧検査、骨粗しょう症検査も実施します。

### ●対象となる方

		対象となる方	受診券の発送
胃がん検診	エックス線検査	35 歳～ 49 歳の方 51 歳以上の奇数歳の方	対象者の方全員に受診券を発送します。 ◎36 歳～ 39 歳の方は申込制
	内視鏡検査	50 歳以上の偶数歳の方 ※エックス線検査と内視鏡検査のいずれかを選択	
肺疾患(肺がん等)検診		40 歳以上の方	対象の方全員に受診券を発送します。
大腸がん検診		40 歳以上の方	
前立腺がん検診		55 歳以上の男性	
子宮がん検診		20 歳以上の偶数歳の女性 21 歳以上の前年度受診していない奇数歳の女性	20～78 歳の偶数歳の方には受診券を発送します。 それ以外の対象の方はお申し込みください。
乳がん検診		36 歳以上の偶数歳の女性 37 歳以上の前年度受診していない奇数歳の女性	36～78 歳の偶数歳の方には受診券を発送します。 それ以外の対象の方はお申し込みください。
肝炎ウイルス検査		40 歳以上で過去に区の肝炎ウイルス検査を受診していない方	対象の方全員に受診券を発送します。
眼圧検査		40 歳以上の 5 歳ごとの節目にあたる方	
骨粗しょう症検査		40 歳以上の偶数歳の女性	

問い合わせ先 管理課保健係 ☎ 3546-5397

## ◆特定健康診査・高齢者健康診査・がん検診などを受診しましょう。

中央区では、地区医師会などに依頼して各種健康診査やがん検診などを行っています。ぜひ、この機会に受診して、ご自分の健康を確認してください。

### ●受診券発送時期と受診期間

対 象	受診券発送時期	受診期間
4月～7月生まれの方	5月上旬	5月～9月
8月～11月生まれの方	6月下旬	7月～11月
12月～3月生まれの方	8月下旬	9月～1月

※子宮がん・乳がん検診の受診券は、4月下旬に発送します。受診期間は、5月～12月です。

- 費用負担 無料  
(ただし、精密検査や検診内容以外の検査は受診者負担となります。)
- 実施場所 区内実施医療機関  
(詳しくは、受診券に同封の医療機関名簿をご覧ください。)
- 受診方法 事前に医療機関へご予約の上、受診してください。

※受診券が届かない方は、お問い合わせください。

問い合わせ先

管理課保健係 ☎ 3546-5397

## 7 区民歯科健康診査(成人歯科健康診査・高齢者歯科健康診査)

### ◆成人歯科健康診査

歯周疾患の早期発見と予防をするため、成人歯科健康診査を実施します。また、寝たきりなどで通院が困難な方には、自宅での歯科健康診査を実施します。

- 対象となる方  
20歳、25歳または30歳以上70歳以下の偶数歳の方  
※対象の方には個別に受診券を発送します。
- 費用負担  
無料(ただし、むし歯の治療や歯石除去などを行った場合は受診者負担となります。)
- 実施場所  
区内実施医療機関(詳しくは、受診券に同封の医療機関名簿をご覧ください。)

### ●受診方法

事前に医療機関へご予約の上、受診してください。

問い合わせ先

管理課保健係

☎ 3546-5397

### ◆高齢者歯科健康診査

お口の健康を守り、肺炎や窒息の予防を図るため、高齢者歯科健康診査を実施します。また、寝たきりなどで通院が困難な方には、自宅での歯科健康診査を実施します。

### ●対象となる方

72歳、74歳以上の方

※対象の方には個別に受診券を発送します。

### ●費用負担

無料（ただし、むし歯の治療や歯石除去などを行った場合は受診者負担となります。）

### ●実施場所

区内実施医療機関（詳しくは、受診券に同封の医療機関名簿をご覧ください。）

### ●受診方法

事前に医療機関へご予約の上、受診してください。

問い合わせ先

管理課保健係

☎ 3546-5397

## 8 健康相談

高齢者の健康づくりや療養中の方の支援のため、保健師、管理栄養士、歯科衛生士などの専門職が個別の相談に応じます。また、必要に応じて専門機関をご紹介します。

問い合わせ先

中央区保健所健康推進課予防係 ☎ 3541-5930

(明石町 12-1)

日本橋保健センター

☎ 3661-5071

(日本橋堀留町 1-1-1)

月島保健センター

☎ 5560-0765

(月島 2-10-3)



9

## 精神科専門医による「こころの健康相談」

相談に関しましては、表紙裏ページの相談案内をご参照ください。

眠れない、食欲がない、急激な性格変化や物忘れ、うつ傾向などの高齢者のこころの問題に関して、「いつもと違うな」と感じたら、症状が重くなる前に、早めに専門機関に相談することが大切です。お気軽に「こころの健康相談」(事前予約制)をご活用ください。

問い合わせ先

中央区保健所健康推進課予防係 ☎ 3541 - 5963  
 日本橋保健センター ☎ 3661 - 5071  
 月島保健センター ☎ 5560 - 0765

## 10 電話による「医療相談窓口」

専任の相談員（看護師）が医療に関する相談や、区内の診療所・歯科診療所などに関する相談および苦情をお受けします。

区民および患者・家族などと医療機関との信頼関係の構築を支援し、中立的な立場から問題解決に向けた助言を行います。

問い合わせ先

中央区保健所医療相談窓口 ☎ 3545 - 1875

## 11 インフルエンザ予防接種

インフルエンザの感染・重症化の予防のため、予防接種法に基づき実施しています。

- 対象となる方** 区内に住所のある以下の方
  - ①65歳以上の方
  - ②60～64歳の身体障害者手帳1級相当の内部障害（心臓・腎臓・呼吸器の機能またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能障害）のある方
- 実施期間** 毎年10月1日から翌年1月末まで
- 接種回数** 1回
- 費用** 自己負担額 2,500円  
ただし、75歳以上の方、生活保護を受けている方などは無料です。
- 実施医療機関** 中央区内指定医療機関または23区内の指定医療機関
- 申請手続き** 対象の方には、個別通知します。転入の方は保健所・保健センターにお問い合わせください。

問い合わせ先

中央区保健所健康推進課予防係 ☎ 3541 - 5930  
 日本橋保健センター ☎ 3661 - 3515  
 月島保健センター ☎ 5560 - 0765

## 12 肺炎球菌予防接種

重篤化しやすい病気「肺炎」の予防や重症化の予防のため、予防接種法に基づき実施しています。

- 対象となる方** 区内に住所のある以下の方
  - ①65歳、70歳、75歳、80歳、85歳、90歳、95歳、100歳の方
  - ②60～64歳の身体障害者手帳1級相当の内部障害（心臓・腎臓・呼吸器の機能またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能障害）のある方
- 接種回数** 生涯に1回
- 費用** 自己負担額 1,500円  
ただし、生活保護を受けている方などは無料です。
- 実施医療機関** 中央区内指定医療機関または23区内の指定医療機関
- 申請手続き** 対象の方には、個別通知します。転入の方は保健所・保健センターにお問い合わせください。

### 問い合わせ先

中央区保健所健康推進課予防係	☎ 3541-5930
日本橋保健センター	☎ 3661-3515
月島保健センター	☎ 5560-0765



## 13 難病などの医療費助成

東京都では、国および東京都の指定する難病などの方に対して医療費を助成します。申請書の配布・受理は保健所・保健センターで行います。

- 対象となる方** 国および東京都の指定する難病など347 疾病(国疾病333、都疾病14( 令和3 年4 月現在 ))にかかっており、医療費助成の認定基準を満たしている方。
- 助成の内容** 医療受給者証および医療券に記載された疾病を治療するために受ける診療、調剤、居宅における療養上の管理および治療に伴う看護などです。各種医療保険を適用した後の自己負担額から、「月額自己負担上限額」を控除した額を助成します。ただし、入院時の食事代と生活療養標準負担額は含みません。
- 申請手続き** 保健所・保健センターにお問い合わせください。

### 問い合わせ先

中央区保健所健康推進課予防係	☎ 3541-5930
日本橋保健センター	☎ 3661-3515
月島保健センター	☎ 5560-0765

## 14 難病患者福祉手当

区で指定する疾病で難病などの医療費等助成制度の認定を受けている方に、手当を支給しています。

- 支給制限** 次のいずれかにあたる方は支給できません。
  - ①中央区心身障害者福祉手当を受給中のとき
  - ②おとしより介護応援手当を受給中のとき
  - ③区で定める施設に入所しているとき（特別養護老人ホームなど）
  - ④ご本人の所得が所得制限額を超えるとき
- 支給額** 月額 15,500 円
- 支給方法** 申請のあった月から支給します。  
4 月、8 月、12 月の年 3 回、ご本人名義の口座へ 4 カ月分ずつ振り込みます。  
※詳しくはお問い合わせください。

### 問い合わせ先

中央区保健所健康推進課予防係	☎ 3541-5930
日本橋保健センター	☎ 3661-3515
月島保健センター	☎ 5560-0765



## 15 気管支ぜん息などの医療費助成

東京都では気管支ぜん息などにかかられて認定を受けている方に対して、医療費を助成しています。更新申請書の配布・受理は区で行います。なお、現在18歳以上の方の新規申請はできません。また、18歳以上の方には月6,000円までの自己負担があります。

- **医療券** 「**医療券**」と「**自己負担限度額管理票**」を健康保険証などと一緒に医療機関の窓口で提示（高齢受給者証などをお持ちの方は併せて窓口で提示）し、気管支ぜん息の治療で、その月に払った医療費（入院・外来・薬局）を全て合算し、6,000円を越えた部分を助成します。

**問い合わせ先** 管理課保健係 ☎ 3546-5400

## 16 機能訓練

脳血管疾患などの後遺症でリハビリを必要とする方に、理学療法士、作業療法士、言語聴覚士などが訓練を行います。

- **利用できる方** ・脳血管疾患などで退院して間もない早期リハビリが必要な方  
・言語に障害があり、言語療法が必要な方  
※障害者福祉サービスのため、身体障害者手帳を所持している方が対象になります。

**問い合わせ先** 福祉センター ☎ 3545-9311  
(明石町 12-1)

## 17 国民健康保険

### ●対象となる方

職場の健康保険、後期高齢者医療制度で医療を受けている方や生活保護を受けている方を除く方です（75歳以上（一定の障害がある方は65歳以上）の方は後期高齢者医療制度です）。

### ●医療を受けるとき（一部負担金の割合）

病気やケガでお医者さんにかかるとき、医療機関の窓口で保険証などを提示すれば、医療費の一部（一部負担金）を支払うだけで、医療を受けること（療養の給付）ができます。

一部負担金は年齢などにより異なります。

70歳未満の方	70～74歳の方	
	一般	現役並み所得者
医療費の3割	同一世帯の70～74歳の国保被保険者全員の住民税課税所得が145万円未満の場合（※1）	同一世帯の70～74歳の国保被保険者の中に住民税課税所得が145万円以上の方がいる場合
	医療費の2割	医療費の3割（※2）

（※1）同一世帯の70～74歳の国保被保険者の住民税基礎控除後の総所得金額等の合計額が210万円以下の場合、2割となります。

（※2）住民税課税所得が145万円以上の方でも、収入（必要経費を控除する前）額によっては、申請により2割に変更される場合があります。

### ●高額療養費の支給

1カ月の医療費が高額になったとき、自己負担限度額を超えた分が高額療養費として払い戻されます。

※保険がきかない差額ベッド代などは、自己負担限度額に含みません。

### ●限度額適用認定証の発行（事前申請）

事前に「限度額適用・標準負担額減額認定証」の交付申請をし、医療機関に提示することにより、窓口での1カ月分の支払いが自己負担限度額までとなります。

### ●入院したときの食事代（事前申請）

入院したときは診療や薬にかかる費用とは別に、食費や居住費の一部を本人（被保険者）が負担します。

住民税非課税世帯の方は「限度額適用・標準負担額減額認定証」の交付申請をし、医療機関に提示することにより、負担が軽減されます。

## ●葬祭費の支給

被保険者が亡くなったときは、葬祭を行った方に葬祭費が支給されます。

支給額 7万円

## ●交通事故にあったとき

交通事故など、第三者から傷病を受けた場合も、国民健康保険でお医者さんにかかることができます。その際には、必ず区役所の保険年金課に連絡して「第三者行為による傷病届」を提出してください。

加害者から治療費を受け取ったり、示談を済ませたりすると国民健康保険が使えなくなる場合があります。

## ●特定疾病療養受療証（高額療養費の支給の特例）

高額な治療を長期間継続して受ける必要がある特定疾病（厚生労働大臣が指定）の方は、「特定疾病療養受療証」（申請により交付）を医療機関などの窓口に表示すれば、自己負担額は1カ月1万円※までとなります。

※ 70歳未満で、住民税基礎控除後の総所得金額等（雑損失の繰越控除は適応しません）が600万円を超える世帯または未申告の方がいる世帯は慢性腎不全による人工透析の自己負担額は1カ月2万円までとなります。

<特定疾病>

- ・先天性血液凝固因子障害の一部（血友病）
- ・人工透析が必要な慢性腎不全
- ・血液凝固因子製剤の投与に起因する（血液製剤による）HIV感染症

## ●高額介護合算療養費

世帯での1年間（毎年8月1日～翌年7月31日）の国民健康保険の一部負担金の額と介護保険の利用者負担額の合算額が高額になったとき、世帯の自己負担限度額を超えた金額が、それぞれの保険から払い戻されます。

## ●保養施設（指定旅館）

加入者の健康の保持増進のため、近隣の保養地の旅館などと協約しています。詳しくは、「国保のてびき」をご覧ください。

### 問い合わせ先

保険証・被保険者資格・保険料の賦課・軽減などについては

→保険年金課資格係 **☎3546-5362**

保険料の納付については→保険年金課収納係 **☎3546-5365**

保険料の納付相談については

→保険年金課収納推進担当 **☎3546-5368**

療養の給付・高額療養費などの支給・保健事業については

→保険年金課給付係 **☎3546-5360**

## 18 後期高齢者医療制度

### ●対象となる方

75歳以上の方および65歳から74歳までの方で申請により一定の障害があると広域連合から認定された方です。

### ●医療を受けるとき（一部負担金の割合）

病気やケガでお医者さんにかかるとき、医療機関の窓口で保険証などを提示すれば、医療費の一部（一部負担金）を支払うだけで、医療を受けること（療養の給付）ができます。

一 般	現役並み所得者
同一世帯の後期高齢者医療制度の被保険者全員の住民税課税所得が145万円未満の場合（※1）	同一世帯の後期高齢者医療制度の被保険者の中に住民税課税所得が145万円以上の方がいる場合（※2）
医療費の1割	医療費の3割

（※1）昭和20年1月2日以降生まれの被保険者および同一世帯の後期高齢者医療制度の被保険者の場合は、住民税基礎控除後の総所得金額等（雑損失の繰越控除は適用しません）の合計額が210万円以下であれば、1割となります。

（※2）住民税課税所得が145万円以上の方でも、収入（必要経費を控除する前）額によっては申請により1割に変更される場合があります。

### ●高額療養費の支給

1カ月の医療費が高額になったとき、自己負担限度額を超えた分が高額療養費として払い戻されます。

※保険がきかない差額ベッド代などは、自己負担限度額に含みません。

### ●限度額適用認定証の発行（事前申請）

住民税の非課税世帯の方は、事前に「限度額適用・標準負担額減額認定証」の交付申請をし、医療機関に提示することにより、窓口での1カ月分の支払いが自己負担限度額までとなります。

### ●入院したときの食事代（事前申請）

入院したときは診療や薬にかかる費用とは別に、食費や居住費の一部を本人（被保険者）が負担します。

住民税の非課税世帯の方は「限度額適用・標準負担額減額認定証」の交付申請をし、医療機関に提示することにより、負担が軽減されます。

### ●葬祭費の支給

被保険者が亡くなったときは、葬祭を行った方に葬祭費が支給されます。

支給額 7万円

### ●交通事故にあったとき

交通事故など、第三者から傷病を受けた場合も、後期高齢者医療制度でお医者さんにかかることができます。その際には、必ず区役所の保険年金課に連絡して「第三者行為による傷病届」を提出してください。

加害者から治療費を受け取ったり、示談を済ませたりすると後期高齢者医療制度が使えなくなる場合があります。

### ●特定疾病療養受療証（高額療養費の支給の特例）

高額な治療を長期間継続して受ける必要がある特定疾病（厚生労働大臣が指定）の方は、「特定疾病療養受療証」（申請により交付）を医療機関などの窓口に表示すれば、自己負担額は1カ月1万円までとなります。

〈特定疾病〉

- ・先天性血液凝固因子障害の一部（血友病）
- ・人工透析が必要な慢性腎不全
- ・血液凝固因子製剤の投与に起因する（血液製剤による）HIV感染症

### ●高額介護合算療養費

世帯での1年間（毎年8月1日～翌年7月31日）の後期高齢者医療制度の一部負担金の額と介護保険の利用者負担額の合算額が高額になったとき、世帯の自己負担限度額を超えた金額が、それぞれの保険から払い戻されます。

### ●保養施設（指定旅館）

加入者の健康の保持増進のため、近隣の保養地の旅館などと協約しています。詳しくは、お問い合わせください。

#### 問い合わせ先

保険証・被保険者資格・保険料の賦課・軽減などについては

→保険年金課資格係 **☎3546-5362**

保険料の納付については→保険年金課収納係 **☎3546-5365**

保険料の納付相談については

→保険年金課収納推進担当 **☎3546-5368**

療養の給付・高額療養費などの支給・保健事業については

→保険年金課給付係 **☎3546-5360**