

## おくすり Q&A

### マイナ保険証について



Q. マイナンバーカード（健康保険証）は、受診の度に提示が必要ですか？

A. はい。受付は毎回お願いしています。

医療機関を受診する際には、健康保険証を毎回提出しなければならないとされており、健康保険法施行規則第53条等。加えて、健診等情報や診療・薬剤情報、処方情報、調剤情報、薬剤情報の閲覧のため、受診の際に毎回同意をいただくこととしていますので、通院の際に毎回ご提示をお願いします。

Q. マイナンバーカードを健康保険証等として利用するメリットは何ですか？

A. ・データに基づくより良い医療が受けられるようになる

受診時・調剤時にマイナンバーカードを用いて受付し、情報提供に同意することで、特定健診などの情報や、お薬手帳には記載されていない、入院中の薬剤や院内処方の医療機関で投薬された薬剤などの情報を医師・薬剤師にスムーズに共有することができます。

・手続きなしで高額療養費の限度額を超える支払いが免除される

従来は、支給を受けるために、通常、医療機関・薬局の窓口で一度全額を支払った後に、支給申請書を提出する必要がありました。事前に「限度額適用認定証」を申請することで、窓口負担を上限度に抑えることができますが、もし申請が間に合わなかった場合は、高額な費用を一時的に支払わなければいけません。しかしマイナンバーカードを保険証等として使うことで、ご自身で高額な医療費を一時的に自己負担したり、役所で限度額適用認定証の書類申請手続きをする必要がなくなります。

他にも救急搬送時、避難時などの緊急時に診療情報・薬剤情報・特定検診情報などを正確かつ早期に把握できる、マイナポータルで確定申告時に医療費控除が簡単にできるなどのメリットがあります。

Q. 現行の健康保険証は使えなくなりますか？

A. 健康保険証は令和6年12月2日以降新たに発行されなくなりましたが、お手持の健康保険証は有効期限までの間、最長1年間（2025年12月1日まで）使用できます。ただし国民健康保険や後期高齢者医療保険加入者の方の有効期限は2025年7月または8月となっているので注意が必要です。保険証をご確認ください。

Q. マイナ保険証を利用すると健康保険証利用時と比べて窓口での料金は安くなりますか？

A. 2024年11月30日まではマイナ保険証で受診すると、従来の保険証で受診するよりも初診料が20円、再診料が10円、安くなっていましたが、2024年12月より料金は一律となりました。

Q. マイナンバーカードを健康保険証利用することによるセキュリティ面は問題ないのですか？

A. マイナンバーカードのICチップには、税や年金などのプライバシー性の高い情報は記録されていません。また、不正に情報を読み出そうとすると、ICチップが壊れる仕組みとなっています。マイナンバーカードで情報を活用するためには、医療機関や薬局では顔認証も可能ですが、それ以外の場所では暗証番号が必要です。

執筆薬剤師 宇津木 香保

# わたしの 健康とくすり

第348号



## 今月の内容

- ・おくすり Q & A 【速報】 带状疱疹ワクチンの定期接種化について教えてください
- ・ちょっとお耳を…… きちんと対策していますか？ 高齢者の入浴中の事故について
- ・おくすり Q & A マイナ保険証について

2025年1月発行

発行者 八王子薬剤センター 橘 隆二  
東京都八王子市館町 1097 電話 042-666-0931

協力 八王子薬剤師会

## おくすり Q&A 【速報】 帯状疱疹ワクチンの定期接種化について教えてください

### Q. 帯状疱疹ワクチンが定期接種化されると聞いたのですが？

A. 2024年の12月に行われた厚生労働省の会議で、**2025年の4月1日より定期接種化**することが決定されました。定期接種化に伴い、高齢者肺炎球菌予防接種と同様に一部が公費助成されます。



### Q. どのような人が対象になるのですか？

A. **65歳になる年度の人のみ**です。また**ヒト免疫不全ウイルス(HIV)により免疫機能に障害を持つ60～64歳の人**も対象です。なお**定期接種化以前に65歳を迎えた66歳以上の人**については、5年間の経過措置を設け、70歳から5歳刻みの年齢で一部公費助成による接種を可能とするとされています。

### Q. 自治体からの助成が受けられたと思いますか？

A. 一部市区町村において、**主に50歳以上を対象**とした助成を行っています。東京都では2023年度より、都が帯状疱疹ワクチンの接種費を助成する区市町村への補助事業を開始したこともあり、現在多くの東京都の区市町村では助成が受けられるようになっています。

2025年4月1日以降の主な帯状疱疹ワクチン接種のパターン

- 65歳の定期接種(国の助成。自治体によっては市区町村の助成が上乗せされる可能性も)
- 50歳以上の任意接種(国の助成はなし。自治体からの助成がある場合も)
- 帯状疱疹のリスクが高いと考えられる18歳以上の任意接種(原則全額自己負担)

	2025年4月1日から	2030年4月1日以降
定期接種	65歳になる年度の人(国の助成)	
	70歳から5歳刻みの人(国の助成)	経過措置終了
任意接種	50歳以上の人(国の助成はなし。自治体からの助成がある場合も)	
	帯状疱疹のリスクが高いと考えられる18歳以上の人(原則全額自己負担)	

現在、帯状疱疹ワクチンには2種類あります。各自治体のそれぞれのワクチンの予防接種の実施状況や、国の助成がどのようになるのか、自治体の助成がどのようになるのか、自己負担額などは今後の情報を注視してください。

2023年7月発行のわたしの健康とくすり No.330に、2種類の帯状疱疹ワクチンの違いと八王子市の助成について掲載しておりますので、ご参照ください。

<https://pharma802.com/wp-content/uploads/2023/08/Watashi330.pdf>

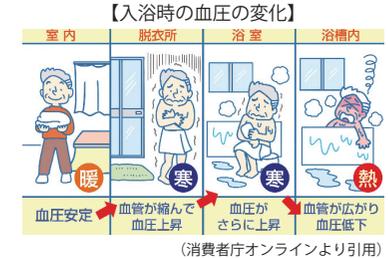


## ちょっとお耳を…… きちんと対策していますか？ 高齢者の入浴中の事故について

11月から4月にかけての寒い季節に、高齢者が入浴中に意識を失い溺れて亡くなる事故が増えています。令和3年度の厚生労働省の統計によると、高齢者の浴槽内での死亡者数は、交通事故死亡者数のおよそ2倍だと報告されています。ご家庭での入浴習慣を見直して、安全に気持ちよくお風呂に入りましょう！

### ■なぜ冬になると入浴中の事故が増えるの？

温度の変化によって**血圧が急激に変化すること**が原因です。冬場は暖房の効いた部屋から、冷え込んだ脱衣所に移動し衣服を脱ぐことで、熱を外に逃がさないように血管が縮まり血圧が一気に上昇します。そして浴室も寒いとさらに血圧が上昇します。その後、浴槽に入り体が温まってくると収縮した血管が今度は拡張し血圧が下がります。この急激な血圧の変化によって、一時的に脳に血液が回らなくなり、失神など一過性の意識障害を起こす恐れがあります。浴槽内で意識障害を起こすことが、溺れて亡くなる事故の原因と考えられています。



### ■入浴中の事故を防ぐためにはどうすればいいの？

温度差を少なくすることを意識しましょう！また高齢者だけでなく、**家族全体で対策**に取り組むことが大切です。消費者庁では以下の6つの対策を挙げています。

#### 1. 入浴前に脱衣所や浴室を暖めておく

入浴前に暖房器具で脱衣所や浴室を暖めておきましょう。暖房器具がなければ、浴槽にお湯を張るときにシャワーで給湯したり、入浴前に浴槽内のお湯をよくかき混ぜ蒸気を浴室内に充満させると効果的です。

#### 2. 湯温は41度以下、お湯につかる時間は10分までを目安にする

タイマーをセットするなどして長時間の入浴にならないよう注意しましょう。

#### 3. 浴槽から急に立ち上がらない

急に立ち上がると立ちくらみが起こり転倒したり気を失う恐れがあります。手すりや浴槽の縁に捕まりながらゆっくり立ち上がるようにしましょう。

#### 4. 食後すぐの入浴や、飲酒後、医薬品服用後の入浴は避ける

食後は消化のために血液が腸に集まるため、脳への血流が保てなくなり血圧が下がることがあります。また飲酒後も一時的に血圧が下がります。睡眠薬や精神安定剤を服用した後の入浴も避けましょう。

#### 5. お風呂に入る前に、同居する家族にひと声かける

#### 6. 家族は入浴中の高齢者の動向に注意する

「時間が長い」「物音がしない」「突然大きな音がした」など何か異常を感じた時には声を掛けるようにしましょう。

※ 政府広報オンライン「交通事故死の約2倍?! 冬の入浴中の事故に要注意！」  
(<https://www.gov-online.go.jp/useful/article/202111/1.html>) をもとに作成

入浴中の事故は基礎疾患のない高齢者にも起こっています。「自分なら大丈夫」と過信せず、当事者の意識を持って対策することが大切です。入浴は一日の疲れを癒すリラックスタイム。安全に楽しみましょう。