

# 知らないと絶対に損！ 医療費節約のポイント



物価上昇が続き、家計の見直しをしている方も多いのではないのでしょうか。  
節約できないと思われるがちな医療費ですが、知らないで損な「節約ポイント」があります。ちよつとした心がけ次第で大きく節約できますので、そのポイントをご紹介します。

## 1 大病院へは、かかりつけ医の紹介状をもらってかかりましょう

紹介状なしで大病院を受診すると、初診料や診察料とは別に定額負担がかかります。定額負担は下記の通りで**全額自己負担**となります。

定額負担		
内科	初診	7,000円～
	再診	3,000円～
歯科	初診	5,000円～
	再診	1,900円～

気になる症状を気軽に相談できる「かかりつけ医」をみつけておきましょう。大きな病院で詳しい検査などが必要なときは、かかりつけ医から紹介状をもらうことで、医療費を大幅に減らせると同時に、適切な医療を受けやすくなります。

## 2 「コンビニ受診」は医療費が割高に！

軽い症状なのに、夜間や休日に救急外来を受診する、いわゆる「コンビニ受診」。こうした受診は、かかった医療費に**プラスアルファの料金を支払う**ことになるため、割高になるのをご存じですか？ 緊急でなければ、診療時間内に受診しましょう。

### ■ 診療時間外にかかる割増料金

診療時間 (いずれか1つのみ加算)	加算額	
時間外加算 ・ 18時以降と8時前(平日)、 12時以降と8時前(土曜) ・ 医療機関が定める診療日・診療時間外	初診	850円
	再診	650円
休日加算 日曜・祝日、年末年始	初診	2,500円
	再診	1,900円
深夜加算 22時～6時	初診	4,800円
	再診	4,200円

※自己負担は上記の2～3割です。

※6歳未満の場合、加算はさらに高額になります。

### ■ 調剤薬局でも割増料金がかかります

時間帯	加算額
時間外	調剤技術料と同額
休日	調剤技術料の1.4倍
深夜	調剤技術料の2倍

※調剤技術料とは、「調剤基本料」「調剤料」などの合計です。

## ジェネリックで薬代を大きく節約

先発医薬品(新薬)の特許が切れた後に、同じ有効成分で作られる「ジェネリック医薬品」。

開発にかかるコストと期間が抑えられるため、**新薬より3～7割ほど安い**のが特徴です。

まずは、医師や薬剤師に「ジェネリックに変更できますか?」と聞いてみましょう。



主治医以外の医師による助言(セカンドオピニオン)を希望する場合は、主治医に相談しましょう。

## 3 「はじ」受診」はお金のムダ+体に悪影響!

「はじ受診」とは、一つの病気の治療で複数の医療機関にかかること。初診料や検査料、薬代を何度も支払うことになり、**医療費が高くなります**。また、自己判断で医療機関を移ってしまうと、検査を一からやり直したり、同じ作用の薬を重複してのんでしまうなど、**体にも負担をかける**ことになる。信頼できるかかりつけ医を見つけ、必要に応じて専門医を紹介してもらうことが大切です。

初診料と再診料には**大きな差**があります! (診療費の場合)

再診料	初診料*
3割負担 220円	3割負担 1100円
730円	3680円

\*地域包括診療加算等を届出している診療所や200床未満の病院で初診料に上乗せされる機能強化加算800円を含まず。