

WITH YOU

保険情報ペーパー「ウィズ・ユー」

“防災対策”は日ごろの備えが大切

自分の身は自分で守る 家族間の連絡方法を確認

地震・津波、風水害などの自然災害は、時として人間の想像をはるかに超える力で襲ってきます。ただ、日ごろからの備えによって、被害を少なくすることができます。基本となるのが、自分の身は自分で守ることです。住まいの安全対策を講じるとともに、災害に遭遇した際の身の守り方や避難場所などを、事前に確認しておくことが重要です。

また、大災害が発生した時には、電気やガス、水道などのライフラインが止る可能性もありますから、自力で生活できるよう普段から飲料水や非常食などを備蓄しておくことも大切です。もし、自宅が被災した場合は、避難所生活

を余儀なくされます。それに必要なものを「非常用持ち出し品」としてリュックサックに詰めておき、いつでもすぐに持ち出せるように準備しておきましょう。具体的には、簡易非常食、飲料水、懐中電灯、貴重品（預金通帳、印鑑、健康保険証など）、マスク、軍手、ウェットティッシュ、救急用品（ばんそうこう、常備薬など）、携帯ラジオ、電池、下着・衣類、タオル、洗面用具などです。

備蓄品の目安は3日分といわれていますが、広い地域に被害が及ぶ可能性のある南海トラフ巨大地震では1週間分程度の備蓄が望ましいとの指摘もあります。それと、飲料水や食料品には賞味（有効）期限がありますから、年に1度は必ず点検するようにして



ください。例えば、「9月1日（関東大震災、防災の日）」「1月17日（阪神・淡路大震災）」「3月11日（東日本大震災）」など、覚えやすい日を「メンテナンスの日」と決め、毎年実行するとともに、家族で防災について話し合う日にし、災害時の連絡方法（災害用伝言ダイヤル、ツイッター、フェイスブックなど）や、集合場所など確認するようにしてください。それらを「わが家の防災マニュアル」としてまとめ、毎年見直しましょう。

保険代理店 わたらせ保険

〒329-0111 栃木県下都賀郡野木町丸林 408-15

TEL 0280-23-4674

(株)損保ジャパン／(株)損保ジャパンひまわり生命保険
第一生命保険取扱代理店

短期化の傾向続く…年齢や病気の種類によっては長期入院も

ケガ・病気の平均入院日数32.8日

依然高い医療保障への不安 入院時の自己負担22.7万円

普段、健康維持に気を配っていても、突然のケガや病気は、だれの身にも起こる可能性があります。生命保険文化センター「平成25年度生活保障に関する調査」では、「ケガや病気」に対して不安を感じている人の割合は9割を超え、その要因として「長期の入院で医療費がかさむ」「公的医療保険だけでは不十分」など、経済的な負担を挙げる人が多

くなっています。

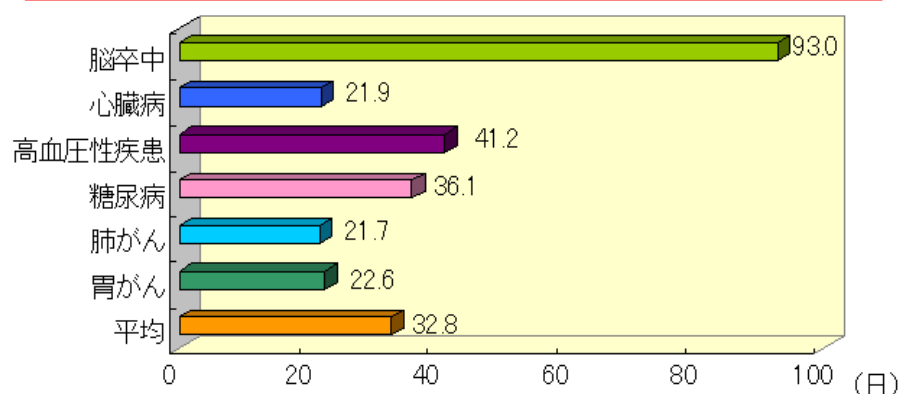
一方、最近では医療機関での入院日数が短期化する傾向にあります。医療技術の進歩によって長期間の入院が必要なくなったことや、高齢化で膨らみ続ける医療費を抑制する国の政策などが背景にあるようです。厚生労働省「平成23年患者調査」によると、退院患者の平均在院日数（入院日数）は32.8日と、3年前の調査（35.6日）より2.8日短くなっています。この傾向は、平成2年から続いており、21

年間で12.1日も短縮しています。年齢別では、15～34歳が12.1日であるのに対し、35～64歳では26.2日、65歳以上になると44.0日と長くなっています。また、脳血管疾患（脳卒中）の場合は93.0日と、年齢や病気の種類によって日数は違ってきます。

入院日数が短くなり、医療費の多くが公的医療保険でまかなえるとはいえ、実際の個人の負担額は少なくありません。前述の「生活保障に関する調査」では、直近の入院時の治療費・食事代・差額ベッド代・交通費などを含む自己負担費用（高額療養費制度を利用した場合は利用後の金額）の平均は22.7万円、1日あたりでは2.1万円です。3年前の調査に比べ、それぞれ2.1万円、5,000円増えています。さらに、今注目されている先進医療の技術料は公的医療保険の対象外であり、全額自己負担となるため、高額になる場合もあります。

万一の「ケガや病気」に対する備え（医療保障）は、こうした最新の医療事情を踏まえ検討することが大切です。

退院患者の平均在院日数（厚生労働省「平成23年患者調査」）



寒くなってきているので、お体に気を付けてお過ごしください

●あなたのパートナー

保険代理店 わたらせ保険

〒329-0111 栃木県下都賀郡野木町丸林 408-15

TEL 0280-23-4674