



## スマホ健康アプリ「ほやほやウォーク」で平均歩数を競い合おう！

「ほやほやウォーク」は、従業員の皆さまの健康増進に向けて、ゲーム感覚でみんなが楽しくウォーキングできる無料の健康アプリです。

- ・事業所内でチームの平均歩数ランキングや、個人の歩数ランキングを月ごとに見ることができます
- ・みんなで歩数を競い合うことで、事業所内のコミュニケーションの活性化につながります

## 10～11月に事業所対抗ウォーキングラリーを開催します！

参加申し込みについては、改めてホームページ、健康保険委員だより(けんぽ Plus+)等でご案内いたします。ご期待ください！

### 【アプリをご利用できる方】

協会けんぽ福井支部に加入している事業所の被保険者(お勤めの方)

※アプリ利用には、事業所内3名1組のチームでエントリーいただきます。チーム数に上限はありません。



### 申込書はこちらから

- ①申込書に必要事項をご記入の上、福井支部にFAXでお申し込みください

FAX:0776-27-8306

協会けんぽ 福井支部 HP



- ②チーム名を登録後、マニュアルと参加パスワードをお送りします

- ③アプリ内「利用者情報」で、事業所・チームを選択し、参加パスワードを入力すればエントリー完了です

### アプリはこちらから

※アプリ利用には必ず  
上記①～③が必要です。

【お問い合わせ先】企画総務グループ 0776-27-8301

Android 用



iPhone 用



## ウォーキングの前にチェック！

### 整骨院・接骨院(柔道整復師)の正しいかかり方

#### 健康保険が使えます

- ・急性などの外傷性の打撲・捻挫・および挫傷(肉離れなど)・骨折・脱臼

※骨折・脱臼については医師の同意が必要です(応急処置を除く)

#### 健康保険が使えません

- ・単なる肩こり、筋肉疲労
- ・神経痛・リウマチ・五十肩・関節炎・ヘルニアなどの病気からくる痛み
- ・脳疾患後遺症などの慢性病
- ・過去の交通事故等による後遺症
- ・仕事中や通勤途上のケガ

【お問い合わせ先】業務グループ 0776-27-8302



## ジェネリック医薬品に関するお知らせをお送りします

ジェネリック医薬品に切り替えた場合にどれくらい自己負担額が軽減されるかを試算したお知らせをお送りします。

<b>対象者</b>	◆7歳～74歳で以下のいずれにも該当する方※ ・主に生活習慣病や慢性疾患などの先発医薬品を服用されている方 ・ジェネリック医薬品への切り替えによってお薬代の軽減が見込まれる方
<b>送付時期</b>	令和5年8月下旬
<b>送付先</b>	被保険者の方のご自宅宛て

※すべての加入者様へ通知されるものではありません。

## ジェネリック医薬品ってどんな薬？

### 効き目、安全性は心配なし

ジェネリック医薬品は、先発医薬品と同一の有効成分を同一量含み、効き目や安全性が同等であると厚生労働省が承認したお薬です。

### 先発品と比べて安い

ジェネリック医薬品に変更すると3～5割程度安くなる場合があります。

### 飲みやすい

服用しやすいように小さくしたり、苦みを抑えた味に改良されているものもあります。

### 【軽減額通知の実績】

平成21年度から実施しているジェネリック医薬品軽減額通知により、協会けんぽ福井支部ではこれまでに約3割の方がジェネリック医薬品へ切り替えています。

	送付者数	切替者数	切替率	軽減額/年
福井支部の累計 <small>(平成21年度～令和3年度)</small>	312,869人	94,444人	30.2%	約17.8億円



まずは、ジェネリック医薬品への切り替えを医師や薬剤師にご相談ください。切り替えの意思表示ができるシールを従業員の皆さまへ配付してください。

ジェネリック医薬品希望シール申込書はこちらから

協会けんぽ 福井支部 HP



## ◆◆◆◆◆ ジェネリック医薬品の供給について ◆◆◆◆◆

ジェネリック医薬品の安全性に関する重大事案が発生したことにより、一部のジェネリック医薬品におきまして、供給不足や欠品が生じ、希望されても切り替えが難しい場合がありますのでご承知おきください。

協会けんぽでは、品質および安定供給の信頼性確保を大前提として、今後もジェネリック医薬品の正しい理解と使用の促進に努めていきます。引き続きご理解・ご協力をお願いいたします。

【お問い合わせ先】企画総務グループ 0776-27-8301

