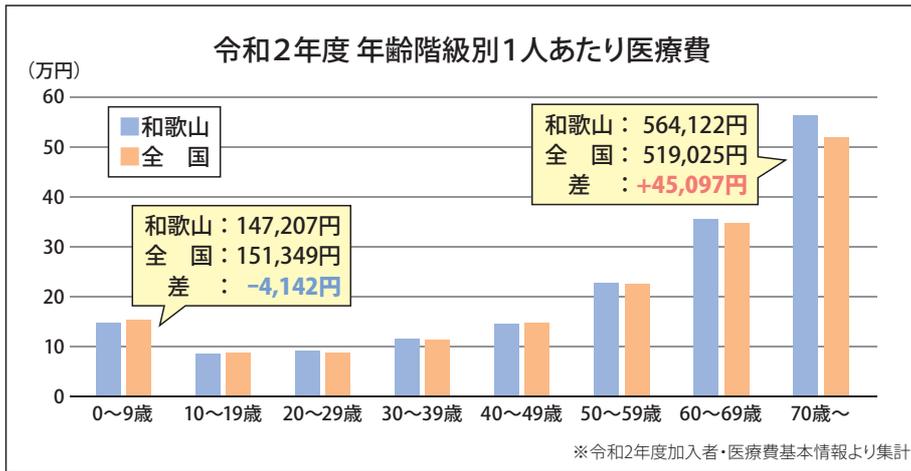


健康維持には  
早めの取り組みが  
不可欠です!

## 「わかやま健康づくりチャレンジ運動」で 生活習慣病予防の取り組みを!

一般的に年齢が高くなると1人あたり医療費は高くなりますが、和歌山支部加入者は、全国と比べて特にその傾向が強くなっています(グラフ参照)。将来にわたって健康であるために、今から健康づくりに取り組みましょう!



特に全国と比べて医療費が多くかかっているのは次の疾病です。

- 入院 ● 関節症 ● 腎不全
- 入院外 ● 胃及び十二指腸炎 ● 腎不全

腎不全や新生物(がん)は、毎年健診を受け、早期発見・早期治療をすることで、発症や重症化を防ぐことができます。

また、早いうちから健康づくりに取り組むことで予防できる疾病もありますので、職場で健康づくりを始めましょう!



### 「わかやま健康づくりチャレンジ運動」とは?

協会けんぽ和歌山支部と和歌山県が共同で、職場の健康づくりに取り組む事業所をサポートする事業です。各事業所で健康づくりを実践し、特にその取り組みが優れている事業所を和歌山県が顕彰しています。

### 取組内容

#### ① 健診の実施

年度内に1回、確実に全員が健診を受ける環境を整えましょう

健診機関の  
予約

従業員への  
周知

健診費用の  
補助

等



#### ② 特定保健指導の実施

早めの生活習慣改善で健康を維持しましょう

対象者への  
声かけ

シフト調整

面談場所の  
確保

等



前年度以上の実施率となるよう取り組みを進めていきましょう!

#### ③ 事業所独自の取り組み

ラジオ体操の  
実施

ノー残業  
デーの設置

受動喫煙  
対策

等



取組内容は他のことでも構いません。  
できる項目からスタートしましょう。

#### 「わかやま健康推進事業所」

今年度、  
200社以上が  
認定予定です!



健康づくりの取り組みが特に優れている事業所を和歌山県が「わかやま健康推進事業所」として認定しています。  
ロゴマークを名刺やホームページに掲載し、取引先や採用活動でアピールしてください。

申込書の提出で  
登録が完了します

わかやま健康づくりチャレンジ運動

検索

## 令和4年度「健康経営セミナー」を開催します

8月下旬から9月中旬に、「健康経営®による職場の健康づくり」をテーマにしたオンラインセミナーを開催します。詳細が決まり次第、ホームページ等でご案内します。

※「健康経営」は、NPO法人健康経営研究会の登録商標です。



# ジェネリック医薬品に関するお知らせをお送りします

協会けんぽでは、皆さまのお薬代の負担軽減や、健康保険財政の改善につながることから、「ジェネリック医薬品」の普及を推進しており、その取り組みの一環として、ジェネリック医薬品に変更した際の軽減額を記載したお知らせをお送りしています。

送付対象者 **ジェネリック医薬品に変更した際の自己負担額に一定以上の軽減が見込まれる方**

送付時期 **令和4年8月下旬**

(ご本人)  
被保険者様のご自宅へ  
お送りします



## 「ジェネリック医薬品」とは？

### 特徴①

効き目や安全性が先発医薬品せんぱつ いやくひんと同等と厚生労働省から認められたお薬です。



### 特徴②

服用しやすいお薬へ製造が工夫されたものがあります。

製剤の小型化

小さくして飲みやすく

剤形の変更

錠剤を粉やゼリー状に

味の改良

にがみをコーティング等

### 特徴③

研究開発期間やコストを大幅に抑えられることから、先発医薬品に比べ、**5割以上**も安くなる場合があります。

(例)

	炎症による痛みを抑え熱を下げる薬	花粉症などアレルギーの薬
先発医薬品	ロキソニン錠60mg 11円/錠	アレグラ錠60mg 41.6円/錠
ジェネリック医薬品	ロキソプロフェンNa錠60mg <b>5.7円/錠</b>	フェキソフェナジン塩酸塩錠60mg <b>11.4円/錠</b>
	最大 <b>48.2% OFF</b>	最大 <b>72.6% OFF</b>



## ジェネリック医薬品の供給について

現在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ており、切り替えを希望されても難しい場合があります。切り替えを希望される方は、医療機関や薬局とよくご相談ください。

【お問合せ先】企画総務グループ(TEL 073-421-3101)

## はり・きゅうのかかり方

はり・きゅうの施術を受ける場合、健康保険を使用できる範囲は限られています。正しいかかり方をご理解いただき、適切な受診をお願いします。

### 健康保険を使えるときはどんなとき？

#### 条件①

次の傷病であること

- 神経痛 ● リウマチ
- 五十肩 ● 頸腕症候群
- 腰痛症 ● 頸椎捻挫後遺症



#### 条件②

医師の同意があること

医師による適当な治療手段がなく(医療機関において治療を行い、その結果、治療の効果が現れなかった場合等)、はり・きゅうの施術を受けることを認める医師の同意が必要です。

※初回申請時には、医師の同意書が必要です。

### 注意事項

- ① 医療機関との併用での施術は認められません  
医師から薬やシップを処方された場合も、はり・きゅうの施術は健康保険扱いとはなりません。
- ② 定期的に医師の同意が必要です
- ③ 「療養費支給申請書」の内容を確認したうえで、記入しましょう
- ④ 領収証は必ずもらいましょう



【お問合せ先】業務グループ(TEL 073-421-3102)

