

健康保険だより

協会けんぽ加入の事業主・加入者のみなさまへご案内します

職場のみなさまで回覧をお願いします。※健康保険組合・国保組合に加入のみなさまは、参考としてご一読ください。

今月号の
トピックス

①ジェネリック医薬品を利用
してみませんか？

②セルフメディケーションで
健康管理力を高めましょう

③神奈川支部では職場の健康
づくりに取り組む事業所の
サポートをしています！！

TOPIC
01

ジェネリック医薬品を利用してみませんか？

ジェネリック医薬品とは、**効き目や安全性が先発医薬品と同等**と厚生労働省から認められたお薬です。特許の切れた先発医薬品の有効成分を利用して開発されるため**低価格**で、お薬を長期間服用される方や複数のお薬を服用される方ほどお薬代の軽減につながります。ジェネリック医薬品への切り替えを希望される方は、まずは医師や薬剤師にご相談ください。



ジェネリック医薬品に切り替えることでお薬代がお得に

高血圧症の場合

高血圧症の代表的な
薬を1日1回、1年間
服用したと仮定
(3割負担)



6,635円

新薬

差額 約2,800円 お得

3,843円

ジェネリック医薬品

出典：日本ジェネリック医薬品・バイオシミラー学会 R6.4



※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。

TOPIC
02

セルフメディケーションで健康管理力を高めましょう

セルフメディケーションとは、自分自身で健康管理や病気の予防・対処を行うことです。
健康な毎日を過ごすためにセルフメディケーションを実践し、健康管理力を高めていきましょう。



セルフメディケーションの実践ポイント

- 健康状態を知る** ▶ 健康診断や人間ドックなどを受けて、その結果から自分の体の状態を把握する。
- 生活習慣を見直す** ▶ 健康診断などの結果にもとづいて生活習慣を見直し、規則正しい生活を心がけ、生活習慣病を予防・改善する。
- 市販薬(OTC医薬品)を活用する** ▶ かぜなどの軽い不調のときは、市販薬(OTC医薬品)を上手に活用する。

裏面もご覧ください

 **全国健康保険協会 神奈川支部**
協会けんぽ

〒220-8538 横浜市西区みなとみらい4-6-2 みなとみらいグランドセントラルタワー9階

TEL:045-270-8431 (代表)

お電話のお掛け間違いにご注意ください。
また、郵送での手続きにご協力をお願いします。

インターネット検索サイトより
「協会けんぽ」と入力してください。

協会けんぽ



<https://www.kyoukaikenpo.or.jp>



協会けんぽ神奈川支部では「かながわ健康企業宣言」事業を実施し、健康経営®に取り組む職場の健康づくりを推進している事業所をサポートしています。

「かながわ健康企業宣言」にエントリーして一緒に健康づくりに取り組みませんか？

※「健康経営®」はNPO法人健康経営研究会の登録商標です。



神奈川支部のサポート（一例）

保健師・管理栄養士等が講師！健康づくり講座を実施！

7つのテーマから選べる！

食生活の改善

飲酒習慣の改善

受動喫煙対策

歯の健康対策

感染症予防対策

メンタルヘルス対策

働き方改革の推進

保健師・管理栄養士等が事業所へ赴き、健康づくり講座を行います。

従業員の方が集まるのが難しい場合はZoomによるオンラインでの開催も可能です。

（「歯の健康対策」については、オンライン開催のみで、参加予定者が10名以上の場合のみの受付となります。）

VOD（ビデオオンデマンド方式）による健康づくり講座の配信！

インターネット（パソコンやスマートフォン等）を使用して希望の動画をお好きな時間や場所からご視聴いただけるVOD方式による健康づくり講座の配信を行います。

ご希望の講座を選択いただき、ご覧ください。



「かながわ健康企業宣言」へのエントリー方法

「健康企業診断カルテ※」送付依頼書の提出

神奈川支部のホームページから、「健康企業診断カルテ」送付依頼書を印刷・ご記入のうえ、FAXにてご提出ください。

※「健康企業診断カルテ」は事業所単位での健診結果や加入者の生活習慣について、数値やグラフ等で見える化した資料です。

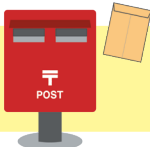
「健康企業宣言エントリーシート」の作成・提出

協会けんぽから「健康企業診断カルテ」・「健康企業宣言エントリーシート」をお届けします。

「健康企業診断カルテ」を参考に「健康企業宣言エントリーシート」を作成し、FAXにてご提出ください。

「健康企業診断カルテ」
送付依頼書はこちら

カルテ送付依頼書 かながわ健康企業宣言



協会けんぽの申請書は、すべて郵送で提出ができます。
窓口でお待ちいただく必要のない、郵送での手続きにご協力をお願いします。

協会けんぽの制度、取組等について動画を作成しました！ぜひご覧ください！

協会けんぽとは？

- ・協会けんぽの概要
- ・医療費適正化の取組
- ・保険料率の仕組み 等



健康づくりとは？

- ・健診費用の補助
- ・健診受診後の重要性
- ・事業所へのサポート 等



給付金等について

- ・各種給付金
- ・マイナンバーカードの
保険証利用 等

