



Salud (サルー) とはスペイン語で「健康」「乾杯」を意味する言葉です

同僚や友人ご家族に「Salud! えひめ」をぜひご紹介ください。

明けましておめでとうございます。平成30年1通目の「Salud! えひめ」です。皆様、今年はどうなお正月でしたか？三が日も終わり、今日から仕事という方も多いかと思えます。少しずつ生活リズムを整えて、今年も健康な1年を過ごしましょう!!

それでは、本年もどうぞよろしく願いいたします。

◇ 目 次 ◇

1. 「健康経営セミナー」開催のお知らせ
2. 愛媛支部からのお知らせ
3. 季節の健康情報
4. コラム ドクターすなみの脳のおはなし

「健康経営セミナー」開催のお知らせ

えひめ健康企業応援キャンペーン「健康経営セミナー」が開催されます！！

生産年齢人口が減少している現在、従業員の健康管理を経営的な視点で考え、戦略的に取り組む「健康経営※」が注目されています。

健康経営に関して、前広島東洋カープ監督の野村謙二郎氏、内閣府経済財政諮問会議専門委員の古井祐司氏を講師に迎えて「健康経営セミナー」が以下のとおり開催されますのでお知らせいたします。

- 【日時】平成30年2月15日(木) 13:30~15:30 (13:00開場)
- 【場所】南海放送本町会館1F テルスターホール
- 【講演】①「カープから学ぶ 人を育てる組織力」(野村 謙二郎 氏)
②「社員への健康投資が企業と地域を活性化する(仮)」(古井 祐司 氏)
- 【定員】200名
- 【主催】南海放送

[協会けんぽ愛媛支部も後援しています。]

詳細、お申込み方法については南海放送ホームページをご覧ください。
→<http://www.rnb.co.jp/event/node/000873.php>

※「健康経営」は特定非営利活動法人健康経営研究会の登録商標です。

愛媛支部からのお知らせ

セルフメディケーション税制（医療費控除の特例）について

従来の医療費控除制度の特例として、平成29年1月1日から新たに「セルフメディケーション税制」が施行されておりますので、皆様へご案内いたします。

○セルフメディケーション税制（医療費控除の特例）とは？
健康の維持増進及び疾病の予防への取組として、一定の取組（※1）を行う個人が、平成29年1月1日以降に、スイッチOTC医薬品（※2）を購入した際に、その購入費用について所得控除を受けることができるものです。

- (※1) 特定健康診査、予防接種、定期健康診断、健康診査、がん検診
- (※2) 要指導医薬品及び一般用医薬品のうち、医療用から転用された医薬品

(注) 従来の医療費控除制度と同時に利用いただくことはできません。

○どんな人が申告対象となるの？

以下の項目すべてに該当する人が申告できます。

- ① 所得税・住民税を納めていること。
- ② 1年間（1月～12月）に、健康の維持増進及び疾病の予防への取組として、申告予定者が一定の取組をおこなっていること。
なお、「一定の取組」は、特定健康診査、予防接種、定期健康診断、健康診査、がん検診のうち、いずれか1つで可。
- ③ 1年間（1月～12月）に、対象となるスイッチO T C医薬品の購入額の合計額が1万2千円を超えていること（申告者の扶養家族分を含む）。

○所得控除金額は？

対象となるスイッチO T C医薬品の年間購入額が1万2千円を超えるとき、その超える部分の金額（申告者の扶養家族分を含む。上限金額は8万8千円）。

○どんな薬が対象になるの？

厚生労働省HPに対象となる医薬品の品目一覧がございますのでご確認ください。

・厚生労働省HPはこちら↓↓

<http://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000124853.html>

○手続きはどのようにすればいいの？

確定申告によりお手続きいただくようになります。

詳細はお近くの税務署や国税庁HP等によりご確認ください。

・国税庁HPはこちら↓↓

<https://www.nta.go.jp/taxanswer/shotoku/1129.htm>

季節の健康情報

▼時期に応じた健康情報や健康レシピをご紹介します！ぜひご覧ください。

<https://www.kyoukaikenpo.or.jp/home/g5/cat520/h29/300101>

ドクターすなみの脳のおはなし

第120回 ジェネリック医薬品に変えてもらったおかげです

Aさんは77歳。6年前に脳梗塞を患い、救急病院へ1か月間入院。その後も回復期リハビリのため、私の勤務する病院へ転院し、90日間リハビリに励みました。本人の意欲と努力の甲斐あって、日常生活動作は独立でき、自宅へ退院となりました。退院後は奥様と2人、元気にボランティア活動などに積極的な毎日を送っています。

ちょうど1年前のこと、外来受診のときのこと。

「Aさん、いま処方されている薬は先発品でいいお薬なんですけど、これから先もずっと続けなくてはならない薬が多いと思いますから、ジェネリック医薬品に変えてみませんか」

と、担当医の私から提案しました。すると、

「先生、実はボランティア仲間と病気や薬の話をよくするんですが、薬代が高いなあとみんな言っていました、ジェネリックに変えてもらった話はよく聞きます。でもねえ、私は安かろう悪かろうじゃないかと心配なんです」

「心配されるのはごもっともです。そこでジェネリック医薬品は先発品と同様に厳しい検査をしています。医薬品医療機器総合機構（PMDA）といって愛称はパンダという組織ですが、ここが厳格に審査して、先発医薬品と同じ品質、有効性、安全性を確認して厚生労働大臣の承認を得ていますから心配ご無用です」

「そうなんですか、じゃあお願いして、ジェネリックに変えてもらいましょうか。でもやっぱり心配なので、1つずつ変えてみてください。おねがいします」

ということでまず脳梗塞再発予防の薬であるプレタールをジェネリックのシロス
タゾールに変更しました。ジェネリックとは商品名でなく、一般名 generic name

から来ている呼び名です。

プレタールOD錠 100 mg 1錠 144.2円からシロスタゾールOD錠 100 mg 1錠 33.1円に変更し、1日2錠服用しますから、1か月で6,666円安くなり、1割負担ですの
で666円の負担減となりました。

その後、血圧の薬オルメテックOD錠 20 mg 112.8円をオルメサルタンOD錠 56.4
円に変更し、1か月で1,692円の1割で169円。そして前立腺肥大症の薬ハルナ
ールD錠 0.2 mg 121.6円をタムスロシン塩酸塩カプセル 0.2 mg 63.3円に変更し、1
か月で1,749円の1割で174円安くなり、結局毎月1,009円支払いが少なくなりました。
(3割負担の方ですと、この3倍の負担額が減ることになります)

「先生、いつもありがとうございます。ジェネリックにしてもらってから、家内と
病院からの帰りはちょっと贅沢をして、おいしいランチを2人で食べて帰るん
ですわ」

「それはいいですね。ランチのお店は決まってるんですか？」

「いえ、それがまた楽しみでしてね。家内も薬をジェネリックに変えてもらって、
1,000円あまり安くなりまして、家内の病院通いの日もランチを食べるんですが、
前の晩に明日はどこで食べようかと2人で相談なんかしてね。楽しみが増えました」

「ジェネリックの効能がそんなところにあったとは気がつきませんでした」

「ですからね、先生。わたしたち夫婦は2週間ごとにランチを外で食べるようにな
って、歩く機会も距離も増えたんです。最近は夫婦ともどもおかげで体調がいいで
す。本当にありがとうございます」

脳神経外科医 角南 典生 (すなみ のりお)

▼こちらから「Salud!えひめ」のバックナンバーをご覧ください
<http://www.kyoukaikenpo.or.jp/shibu/ehime/cat130>

□□□発行 全国健康保険協会(協会けんぽ)愛媛支部
〒790-8546 松山市千舟町4-6-3 アヴァンサ千舟1階
TEL 089-947-2100(代表)
ホームページ <http://www.kyoukaikenpo.or.jp/shibu/ehime/>

▼配信停止を希望される方はこちらから
https://merumaga.kyoukaikenpo.or.jp/webapp/form/16520_kly_1/index.do

▼登録情報を変更されたい方はこちらから
https://merumaga.kyoukaikenpo.or.jp/webapp/form/16520_kly_2/index.do
※現時点の登録情報が記載されていますので上書き入力にて変更してください。