



# お財布とカラダに

# やさしい

# 上手な医療のかかり方



一人ひとりが適切な医療のかかり方を意識することで、

医療費を節約する・医療保険財政を守る・医療の現場を守る

ことができます! できることからはじめてみませんか?



ポイント  
1



## かかりつけ医をもちましょう!

自宅や職場の近く等の通いやすい所に、相性の良い「かかりつけ医」を見つけましょう。

ポイント  
2

## かかりつけ薬局・お薬手帳をもちましょう!

お薬手帳を持参すると医療費を節約できる場合があります。



ポイント  
3

## ジェネリック医薬品を活用しましょう!

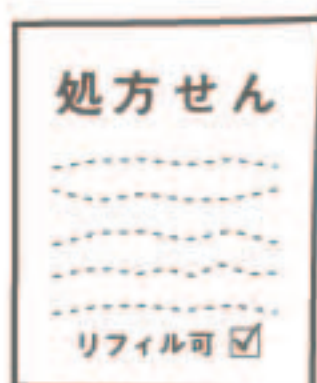
ジェネリック医薬品は先発医薬品と同等の有効成分・効能・安全性があると厚生労働省から認められている安価なお薬です。飲みやすく改良されたものもあります。



※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。

ポイント  
4

## リフィル処方せんが導入されました!



令和4年4月から「リフィル処方せん」が導入されました。症状が安定し、通院をしばらく控えても大丈夫と医師が判断した場合が対象で、同じ処方せんを薬局で最大3回まで繰り返し使用できる仕組みです。くわしくは、医師にお聞きください。 ※投薬量に限度のある医薬品や湿布薬はリフィル処方せんにできません。



ポイント  
5

## セルフメディケーションで健康管理能力を高めよう!

- かぜなどの軽い不調のときは、市販薬(OTC医薬品)を上手に活用しましょう。
- 健康診断や人間ドックなどを受けて、自分の体の状態を把握しましょう。
- 生活習慣を見直し、自分自身で健康管理や病気の予防をしましょう。



神奈川県 | 神奈川県薬剤師会 | 協会けんぽ神奈川支部

お問い合わせはこちらまで ☎ 045-270-8431 (協会けんぽ神奈川支部 企画総務グループ)