

## ジェネリック医薬品を使いましょう

問 保健福祉課 国民健康保険係  
☎476-1111(135・136)

### Q ジェネリック医薬品とは？

A ジェネリック医薬品（後発医薬品）は、新薬（先発医薬品）の特許期間が過ぎた後に販売される、新薬と同等の効き目や安全性を有すると認められた医薬品です。また、新薬に比べて、3～7割程度安くなります。

### Q ジェネリックと新薬では、どのくらい差が出るの？

A 新薬より安価で、経済的です。窓口での自己負担額が軽減され、医療保険財政の改善にもつながります。ただし、使用する医薬品によっては、金額が変わる場合もあります。

## ジェネリック医薬品で負担軽減を！

### 重要！ ジェネリック医薬品を使うには

治療内容等によってはジェネリック医薬品が適さない場合もありますので、病院や診療所で受付時に右図のカードケースの提示を行い、薬局ではお薬の用法などについて、薬剤師に相談してください。



### お薬手帳も忘れずに！

処方されたお薬の履歴を記録できるお薬手帳を活用することで、お薬の重複の確認や飲み合わせによる副作用を防ぐことができます。医療機関にかかる際は、お薬手帳を忘れずに持っていきましょう。

## 健康かわら版

## 夏の疲れにはネバネバ食材

オクラやモロヘイヤなど、夏の旬のネバネバ食材。このネバネバ成分は、「夏バテ」の予防や解消に役立つ成分なのです。

### ネバネバの働き

#### ■ 粘膜を保護

体内のあらゆる器官の粘膜を覆う表面を保護し、胃腸炎の予防や回復に役立ちます。また、鼻やのどの粘膜を潤し、風邪やインフルエンザなどを予防します。

#### ■ 消化を助ける

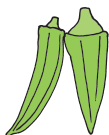
たんぱく質分解酵素も含まれているため、たんぱく質の消化吸収を助け、暑さで弱った体の回復力を高めます。

#### ■ 腸を整え、免疫力アップ

腸内善玉菌を増やして便秘を予防する働きがあります。血中コントロール値を下げる働きもあります。

### おすすめネバネバ食材

長芋、山芋、里芋、レンコン、オクラ、モロヘイヤ、ツルムラサキ、わかめ、昆布、めかぶ、モズク、納豆



オクラ



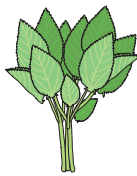
長芋



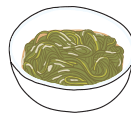
めかぶ



ツルムラサキ



モロヘイヤ



モズク

### お詫びと訂正

平成27年広報おおさき8月号の「健康かわら版」で、食材のネバネバ成分の1つにムチンという表記をしておりましたが、現在の研究ではムチンは、動物の粘液成分のことで、植物には存在しないと発表されており、表記の誤りにつきまして、お詫びいたします。