



お送りします。

「ジェネリック医薬品 利用促進のお知らせ」

最近よく耳にする「ジェネリック医薬品」。「後発医薬品」とも言われています。同じ有効成分で、効き目が同等、しかも価格の安い優れものです。節約の強い味方、「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ってどういう薬なの？

厚生労働省が先発医薬品と同等と認めた医薬品です。先発医薬品の特許満了後に、有効成分、分量、用法、用量、効能及び効果が同じ医薬品として新たに申請され、製造・販売される**価格の安い医薬品**です。また、製品によっては大きさ、味、においの改善、保存性の向上等、先発医薬品よりも工夫されたものもあります。

◆先発医薬品とジェネリック医薬品の違い

先発医薬品の特許満了後に、同じ医薬品として新たに申請され、製造・販売されるので、品質的な違いはないと言えます。

先発薬の特許期間満了後に発売される薬	特許期間満了	
	先発薬	ジェネリック医薬品
特許期間 20~25年	開発/10~15年	開発/3年
開発費/数百億円	開発費/数百億円	開発費/低い
		※価格は平均すると先発薬の約半額

◆安全性と品質は？

先発医薬品と有効成分、分量、用法、用量、効能及び効果が同じ医薬品として製造・販売されているのがジェネリック医薬品です。また、医薬品は薬事法によりさまざまな規制が定められており、ジェネリック医薬品は先発医薬品と同じ規制のもとで開発・製造・販売されていますので、安全性と品質に違いはないと言えます。



ジェネリック医薬品への切替効果

ワールド健保の場合

平成22年11月~平成23年1月の3ヶ月間のジェネリック医薬品の利用状況を確認しました。

ワールド健保ジェネリック医薬品普及率: 約9%
① 厚生労働省目標値は30%

ジェネリック医薬品へ切替

削減見込薬剤費 (MAXの場合) 3ヶ月試算 約1,100万円の削減

ジェネリック医薬品に替えることにより

1. 患者薬剤費負担 (3割負担) の減少
2. 健保負担 (7割負担) の減少 になります。

健保の取組 「ジェネリック医薬品利用促進のお知らせ」を送付

ジェネリック医薬品利用促進のお知らせ

ジェネリック医薬品に切替での削減可能額 〇.〇〇〇円

平成23年度から、被保険者の方宛で、「ジェネリック医薬品利用促進のお知らせ」を2ヶ月毎にお送りします。内容をご覧になり、積極的にジェネリック医薬品への切り替えをお願いします。

ジェネリック医薬品の使用促進を積極的に進めていきます。

ジェネリックチェック

今飲んでいる薬に「ジェネリック医薬品」があるか調べることができます。



◆ジェネリック医薬品学会が運営するサイトです。ジェネリック医薬品に関する様々な情報が掲載されています。

「ジェネリックお願いカード」をダウンロードすることもできます。
URL: <http://www.generic.gr.jp/>

ジェネリックお願いカード



Healthy Life

ヘルシーライフ

私の健康、みんなの健康!

日頃実践されている健康管理のアイデア・方法を提供いただきましたので、ご紹介します。



【保健師よりひとこと】

家族揃って健康づくりに取り組まれて効果があつたとのこと。本当に良かったですね! 手洗い、うがいで病気のものとの侵入を予防し、早寝早起きの規則正しい生活はからだの調子を中から整えます。子供さんにも良い習慣づけになります。さらに、家族と遊ぶことで、家族のコミュニケーション、また体力アップとストレス解消になります。今後もこの素晴らしい習慣を是非、継続してください。



(株)千本松染色工業 梁川 拓さん / 心くん

大学時代までバドミントンをしていて、体力には自信があり、健康管理などには全く無頓着でした。ところが、30歳を過ぎ、子供が幼稚園に入園すると状況が一変。子供がひいてきた風邪をことごとくもらってしまうことに…。このままではいけないと、一家総出で健康管理に取り組むことにしました。

- ① 外から帰ってきたら手洗い、うがい。
- ② 早寝早起き。
- ③ 休みの日には外でスポーツ (遊ぶ)

今では、風邪をひくこともなく少なくなり、家族と触れ合う機会も増えました。

集まって楽しい、知って得する健康セミナー

健康づくりはワールドグループの各事業所で随時行われています。今後も皆さまのご参加をお待ちしています。

Healthy Square

ヘルシー広場

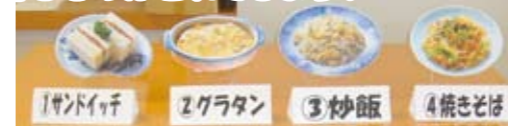
脂質セミナー開催!

メタリックシンドロームの予防には理解が欠かさない課題である『脂質』をテーマに取り上げました。

日頃食べているメニューに含まれている脂質量についてのクイズを行いました。解説では、メニューに含まれている脂質量と脂質の1日の目標摂取量の比較や脂質を減らす食べ方について知識を深めていただき、メタリックシンドローム予防につなげることを目的としました。



クイズ Q. 次のメニューのうち脂質を1番多く含むものはどれでしょう?



A. 答え ③炒飯

クイズ正解率 33.6% (48名)

今回は143名の方に参加いただきました。メニューの中から脂質を1番多く含むものを選んでいただきました。グラタンを選んだ方が43.4%と多く、脂質が多いとして意識されていました。また、サンドイッチの脂質量をみて「なんでこんなに多いのか?」と驚きの声も聞かれました。解説時は、脂質の1日目標摂取量を実際に見ていただき「もっと摂ってると思う。」「こんなに脂質が多いんですね。」などの声も聞かれ、食生活を振り返っていただきました。今後も、食生活に関心を持っていただけるよう身近なものを利用して取り組んでいきたいと思ひます。

今回のポイント!!

脂質は、健康を維持するために絶対必要な栄養素ですが、メタリックシンドロームの予防には、摂りすぎないことが大切です。調理法や素材選びなどの工夫で今より減らすことは可能です。毎食適量摂りましょう!そして、脂質の多い料理を食べる時は、意識して野菜をたっぷり食べるようにしましょう。野菜は吸収を抑える働きがあります。上手に摂って健康な体をつくりましょう!

