

年金機構けんぽからのお知らせ（第631号）8.1.19

薬のオンライン相談・購入サイト「あなたの薬箱」



1 知っ得お薬情報通信 vol.4

当健保組合では、皆様のセルフメディケーションの取り組みに活用していただくためのコンテンツを毎月お届けします。

今回は「鎮痛薬はどうやって選ぶ？いつ飲むべき？5つの鎮痛薬 Q&A」と題し、市販の鎮痛薬の選び方や飲むべきタイミングなどに関する Q&A 形式の解説をお届けします。

頭痛や生理痛など、急な症状でつらいときに頼れる市販の鎮痛薬。

でも「いつも何となく選んでいる」「飲み方は自己流かも…」という方も多いのではないのでしょうか？

たとえば「どの成分が自分に合っているのか」「頭痛・生理痛など痛みのときにすぐ薬を飲んでよいかなど、鎮痛薬を安心して使うためのポイントをわかりやすくまとめています。

別紙をぜひご覧ください。

2 OTC 医薬品利用促進のための通知送付について

セルフメディケーション推進の一環として、対象の方に「スイッチ OTC 医薬品のご案内」を送付します。この機会に OTC 医薬品の利用をご検討ください。

対象者	19 歳(※)以上の加入者で、過去 1 年間のレセプトから、花粉症等 OTC 医薬品へ切替可能な医薬品が単独で処方されている方 (※)令和 7 年 3 月 31 日時点
送付時期 及び送付先	令和 8 年 1 月 19 日から 1 月 22 日頃に順次発送 ・被保険者は勤務先の拠点へ送付します。 庶務担当者は対象の方へ配付をお願いします。 ・被扶養者及び任意継続被保険者は自宅へ送付します 被扶養者宛に送付できない場合、被保険者の勤務先へ送付しますので、被保険者から被扶養者へお渡しいただきますようお願いいたします。
クーポン利用方法	通知には OTC 医薬品購入のためのクーポンコード(1,000 円分)を記載しています。 <u>有効期限:令和 8 年 3 月 31 日、1 回限りとなります。</u> 利用方法等詳細は、通知をご確認ください。
留意事項	購入日に当健保組合の資格を喪失している場合は利用できません。
委託事業者	ホワイトヘルスケア株式会社



当健保組合では、皆さまのセルフメディケーション(ご自身の健康に責任を持ち、軽度な身体の不調は自分で手当てすること)を促進するために、「市販薬(OTC 医薬品)の活用」を推奨し、加入者様専用のお薬のオンライン相談・購入サイト「あなたの薬箱」を提供しています。

オンラインでいつでも購入可能で、効果の高い第1類医薬品もあります。また、お薬選びに迷った時に、処方薬と同一成分の市販薬を検索する「OTC 医薬品ガイド」、症状から市販薬を検索する「お薬ナビ」、受診の目安となる症状を確認することができる「レッドフラッグチェック」、薬剤師へのLINE相談も可能です。

医療機関を受診するより診察料や調剤料がかからず、医療費が安くなる場合もあります。
症状や状況に合わせて、選択肢の一つとしてぜひ活用してください。



照 会 先	日本年金機構健康保険組合 保健事業課 電話番号 03-5216-3222 ※お問い合わせは12時～13時を除いた時間帯にお願いします。 (12時～13時は担当不在により回答できない場合があります。)
添 付 資 料	【別紙】「知っ得お薬情報通信～セルフメディケーションのすゝめ～」 【別添】「スイッチ OTC 医薬品のご案内」サンプル
備 考	

“知^し得^{とく}”お薬情報通信

～セルフメディケーションのすすめ～

お薬の上手な活用法、ご存じですか？



健康やお薬にまつわる情報を定期的に発信しています。
気軽に読めて、生活に取り入れやすい内容になっていますので、ぜひご覧ください！



QRをクリック
もしくは読み込む



日本年金機構健康保険組合では「セルフメディケーション」（軽度な身体の不調は自分で手当する）を推奨しています。
加入者のみなさまに、日常の健康管理や応急処置等に対応いただくため、OTC 医薬品（市販薬）を斡旋しています。

お薬のオンライン相談・購入サイト あなたの薬箱

あなたの薬箱が選ばれる5つの理由

- 1 オンラインで、いつでもどこでもお薬の注文が可能
- 2 LINE 薬剤師相談が無料で使えるから安心
- 3 最短即日発送（欠品などを除く）
- 4 豊富な商品ラインナップ
- 5 3,000 円以上のご注文で送料無料（3,000 円未満は一律 200 円）




登録無料・簡単1分で完了

あなたの薬箱の登録はこちら



スイッチ OTC 医薬品のご案内 サンプル
〈宛名面〉



料金別納
郵便

日本年金機構健康保険組合からの重要なお知らせです。

宛名をご確認の上、必ずご本人が開封してください。

重要 親展

日本年金機構健康保険組合

※郵送では、記入者の署名が明らかな場合にのみ対応させていただきます。郵送先住所が不明な場合は、郵便局が受け取りを拒否しています。本通知は、お客様が住所した郵便局まで配達されますが、ホワイトヘルスケアに届いてはなりません。

お問い合わせ (お問い合わせ) ホワイトヘルスケア株式会社
otc_support@whitehealthcare.co.jp

「宛名ヘルスケア」は以下住所に届く予定です。
ホワイトヘルスケア株式会社 | 〒203-8511 東京都中央区日本橋区本町1-7-5 | 〒100-0005 東京都千代田区千代田 2-7

市販薬購入とアンケート回答(抽選)で

最大 2,500 円分プレゼント!

OPEN

山田 太郎 様 に朗報です!!

**病院に行かなくても、
同じ成分が入った市販薬が購入できます!**

市販薬の中には、もともと病院で処方されていたお薬も、薬局やドラッグストアなどで購入できるようにしたお薬があります。



病院でもらうお薬 → 薬局やドラッグストアで購入できる市販薬

例えば、こんなお薬があります



市販薬で対処すると何がいの?

**1 待ち時間ゼロ
速効の手続きが受けられる**



受診せずにお薬が手に入るため、待ち時間や診察料もかかりません。処方にかかる時間も短縮できます。

**2 薬局やネットで
手軽に購入できる**



処方箋が手に入るため、薬局やドラッグストアはもちろん、オンラインでも購入ができます。

**3 安く購入で
お財布に優しい**



調剤はと調剤費に、調剤料や調剤料が加わります。トータルでは市販薬の方が安く済みます。

オトクな情報を掲載しています。詳細は中面をご確認ください。

〈中面〉

山田 太郎 様 の処方歴より

**病院に行かなくても、
同じ成分が入った市販薬が購入できます!**

市販薬の中には、もともと病院で処方されていたお薬も、薬局やドラッグストアなどで購入できるようにしたお薬があります。

あなたの過去の処方歴と同じ有効成分の市販薬を確認しましょう。

病院で処方されたお薬

プレグザン50mg
プレグザン50mg (10錠)
ヘパリン含有ゲルクリーム 0.3% (100g)
皮膚科用薬

同じ有効成分が入った市販薬の例

「アレグザン」 「アレグザン」 「ケアビエン」
「ヒルマイドクリーム」 「HPクリーム」

市販薬の例と市販薬で処方されたお薬の一例



市販薬に行く以外に、市販薬で対処するという選択肢もあります。お薬を届ける際は、調剤所に処方されたお薬を届けてください。

今なら市販薬がオトクに購入できます!!

もれなく
お薬に
1,000 円相当
補助キャンペーン
実施中!!

有効期限 2024年3月31日

QR

1 薬局・ドラッグストア等で購入する場合

全国の薬局・ドラッグストア、オンラインサイトで利用可能。スマートフォンで簡単に購入できるため、お薬が手元に届くまで待つ必要はありません。



※お薬が手元に届くまで待つ必要はありません。お薬が手元に届くまで待つ必要はありません。

2 あなたの薬箱 (お薬箱のオンラインサイト) で購入する場合

あなたの薬箱 (お薬箱のオンラインサイト) で購入。最大40%OFF キャンペーン実施中!



お薬に届くまで待つ必要はありません。お薬が手元に届くまで待つ必要はありません。

さらに

本取り組みのアンケートにご回答いただくと
1,500 円相当 Amazonギフトカード プレゼント!!

有効期限 10/2024

アンケートにご回答ください

QR