



1.セルフメディケーションって知っていますか?

セルフメディケーションとは、世界保健機関（WHO）により「自分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」と定義されています。軽度な身体の不調には、まずはOTC医薬品での対応をお勧めします。

OTC医薬品とは、病院にからずに医師が処方する薬と同じ成分の薬を薬局やドラッグストアなどで、購入できる要指導医薬品や一般用医薬品です。

一部は健保組合の常備薬の斡旋で購入することもできます。

万が一の急な体調の変化に備えておくと安心です。



OTC医薬品の一例

総合感冒薬	パイロンPL、パブロンS
解熱鎮痛剤	バファリンA、ロキソニンS
胃腸薬	ガスター10
抗ヒスタミン薬	クラリチンEX、アレグラFX
・・・など	

〈注意〉OTC医薬品は自己判断で購入できますが、薬剤師や登録販売者に相談して購入してください。

また、一定期間使用しても症状が改善されない場合は医療機関で受診してください。

2.インフルエンザ予防接種補助金の申請方法の変更について

今年度からインフルエンザ予防接種補助金を申請する際は、「**流感対策事業補助金請求書**」の裏面に領収書（原本）を糊で貼付して、勤務先の健康保険担当窓口に提出してください。

請求人数が多い場合は、すべての領収書が確認できるように貼り付けてください。

領収書がA4サイズの場合はホチキス止めでもOKです。

インフルエンザ予防接種補助金申請書は、今回の医薬品あっせん用紙と一緒にお渡しいただいています。（一部事業所を除く）

健保組合のホームページから印刷することも可能です。

ご不明な点は健保組合までお問い合わせください。

