

一
人
一
冊



お薬手帳は

※医療機関ごとに分けては、意味がありません。

病院、薬局にかかるときは必ずお薬手帳を持参しましょう

お薬手帳には、「いつ」「どこで」「どんな」お薬が処方されたかが記載されているため、薬の飲み合わせや副作用を考慮し、よりよい治療に役立てることができます。初めてかかる病院や薬局へ自分の情報を正確に伝えるためにも、忘れずに持参してください。

病院ごとに分けたりせず、必ず**1冊**にまとめて管理しましょう。



別の病院でもお薬の情報が共有できます！

ポリファーマシー(害のある多剤服用)にご注意ください



ポリファーマシーとは、薬が複数処方されているもののうち、からだに害のあるものをいいます。単に服用する薬が多いことではなく、多くの薬を服用することで副作用を起こしたり、その副作用のためにさらに薬を服用してしまうことで、きちんと薬が飲めなくなったりしている状態のことです。

服用している薬が6種類以上であると副作用のリスクが高くなるといわれているため、これを防ぐためにもお薬手帳を有効に活用しましょう。

不安なことがあれば、かかりつけ医・薬局へ相談しましょう

マイナンバーカードはお持ちですか？



健康保険証として

使えるようになります

※令和3年10月までに本格運用が開始される予定です。
一部医療機関からスタートし、順次拡大していきます。
保険証は今までどおり発行します。

保険証利用のメリット

○保険証としてずっと使える！

就職、転職等で保険証の切替後、保険証がすぐに届かない場合があります。
その場合、保険証が手元になくてもマイナンバーカードがあれば受診できます。
※保険者への加入の届出は引き続き必要です。

国保の加入・脱退の手続きは、市役所窓口でお願いします。



○健康管理や医療の質が向上！

マイナポータル…子育てや介護などの行政手続きの申請がオンラインでできる自分専用のサイトです。

マイナポータルで、自分の薬剤情報や**特定健診**の結果を確認できるようになります。(令和3年秋ごろ予定)
また、患者の同意のもと、診察時に医師が健診・服薬情報を確認し、より多くの情報で診察を行うことができます。

こんな時に活用できます！

- 問診でうまく伝えられない…
- 細かい病名や薬品名は覚えてない…
- 健診結果は、受けたあとそのままになっている

いつから？
どんな症状？

問診

+

健診
結果

=

隠れた病気の
発見…！？

薬を飲んだことは？

1枚でらくらく

健康管理！

既往歴
健診結果
薬剤情報



特定健診は毎年受けましょう

生活習慣病は自覚症状なく進行します。
毎年受けて、からだに変化がないか確認しましょう。

特定健診…40～74歳の人を受けられる、メタボリックシンドロームに着目した健康診断。生活習慣病に関する様々な項目を調べます。

特定健診は病院でも受けられます。
通院している方は、かかりつけ医での受診をおすすめします。