

カネカけんぽ情報局

カネカ健康保険組合 大阪府北区中之島2丁目3番18号 TEL.06-6226-5034 編集・発行人 小出 貴
ホームページアドレス: <https://www.kaneka-kenpo.or.jp/>

10月23日 家庭常備薬斡旋販売申込受付開始

カネカ健康保険組合では、年に1回、被保険者ならびにそのご家族の健康管理の一環として、家庭常備薬の斡旋販売を行っています。ご家庭の風邪薬等の使用期限はきれていませんか。お薬箱を確認してみましょう。申込専用サイトは、10月23日オープンです。特納品、いちおし商品、オススメ商品等を申込専用サイトでご紹介しています。限定数到達次第、申込受付を終了する商品もございますので、3A* -ジ*の商品リストをご確認の上、お早めのお申し込みをお願いします(申込受付終了商品は申込専用サイトにおいて表示されません)。



特納品に注目!!

健康保険組合等の疾病予防事業の一環として特別限定販売されている商品です。薬局等では市販されていません。小容量、お求めやすい価格でご案内しています。特マークが目印です。

申込専用サイトでは

商品説明・使用方法、添付文書もご確認いただけます。商品選択にご活用ください。



お願い

申込専用サイトに一時保存機能はございません。事前に申込内容を決定の上、申込手続をお願いします。また、申込完了後に商品変更・キャンセルを行うことはできませんので、申込確定前に必ず申込内容をご確認ください。

ご連絡

2024年度は、11月下旬から12月中旬申込受付、1月納品に変更予定です。お気に入り商品ご購入の場合は、個数をご確認の上、お申し込みをお願いします。

2023年度 家庭常備薬斡旋販売

対象者	2023年10月23日(月)現在、カネカ健保に加入している被保険者(任意継続被保険者含む)とその被扶養者
申込期間	2023年10月23日(月)0時~11月15日(水)24時
納品予定および納品方法	2023年12月上旬~中旬に佐川急便より納品 (2023年11月3日までのWEB申込は12月上旬納品予定)
配送料	購入金額が5,000円以上は送料無料、5,000円未満は送料(600円)がかかります。
支払方法	申込時に代金引換またはクレジットカード決済を選択していただけます。 代金引換を選択の場合は、佐川急便からの納品時に代金を現金でお支払ください。 ※クレジットカード決済においては、クレジットカードの締め日により、商品のお届けよりも先に代金の引き落としが行われる場合がありますのでご注意ください。
お問い合わせ先	商品の詳細やお申し込み方法、商品のお届け内容の確認、返品・交換に関する手続きのお問い合わせは、白石薬品株式会社へお願いします。 ●白石薬品株式会社 大阪営業部 〒578-0954 大阪府東大阪市横枕12番19号 TEL.072-961-7471 [9:00~17:00 土・日・祝日除く]
注意事項	1. 申込完了後に商品変更・キャンセルを行うことはできませんので、申込確定前に必ず申込内容をご確認ください。 2. 申込内容確認のため申込書の控を商品到着およびクレジットカード決済完了まで保管しておいてください。
その他	パソコン・スマートフォン・タブレット端末からお申し込みができない方は、申込書をお送りします(支払方法は代金引換のみ)。白石薬品株式会社(Tel.072-961-7471)へご連絡ください。

保健師からのメッセージ

セルフメディケーションのすすめ

「セルフメディケーション」という言葉、聞いたことがありますか? 「セルフメディケーション」とは「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」(WHO定義)を言います。



熱っぽいときやのどが痛いときにドラッグストアで風邪薬を購入して服用したり、かぜをひきそうと思ったら、いつもより早めに就寝したり…、これらはれっきとしたセルフメディケーションです。

〈セルフメディケーションに取り組むための4つのポイント〉

普段から適度な運動とバランスの良い食事、十分な睡眠を確保し、身体に備わっている自然治癒力を高めておきましょう。



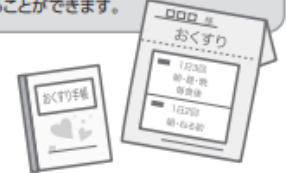
自分の身体の状態を知るために、毎年、健康診断やがん検診を受け、結果を把握しておきましょう。ご家庭でも体重や体脂肪率、血圧などを測定し記録しておくことで健康状態の把握に役立ちます。

健康管理アプリで、体重・血圧・睡眠状態・歩数を記録してみるのもお勧め!



「お薬手帳」を活用しましょう。普段飲んでいるお薬を正しく知るとともに、薬局等でお薬を買う時に薬剤師さんに相談し飲み合わせによる悪影響を避けることができます。

まずは自分の身体と向き合う習慣をつけることから始めてみませんか? そうすればちょっとした体調の変化にも気づくようになり、自身の生活を省みるなど「手当て」もしやすくなるはずです。



Check!! 「セルフメディケーション税制」

「セルフメディケーション税制」により、対象となるOTC医薬品の購入金額が年間12,000円を超えると、確定申告で所得税控除を受けられます。この制度は医療費控除の特例であるため、従来の医療費控除とセルフメディケーション税制は選択制となります。どちらの制度を利用するかは、控除額を試算した上で有利な方を選択することになります。詳しくは厚生労働省のウェブサイトをご確認ください。

厚生労働省ホームページ > セルフメディケーション税制 で検索

*今回の家庭常備薬斡旋販売商品のうち★印の商品はセルフメディケーション税制の対象です。