



# 薬局や医療機関での支払額が変わる方がいます

2024年、診療・介護・障害福祉サービス等報酬が同時改定されました。それにより、薬局や医療機関を受診する患者さんの自己負担額が変わるケースがあります。今回行われたさまざまな改定の中で、特に注目したいものを紹介します。

## 患者さんに追加負担が生じる薬

一部の選定療養費で、患者さんの負担が増えることになりました。選定療養費とは患者さんの選択により生じる保険診療以外の費用のことです。入院の際、患者さんの希望で個室を使用した場合は、一般の大部屋との差額を払うこととなりますが、この差額ベッド代も選定療養費です。

薬局においては今年10月1日から、ジェネリック医薬品（後発医薬品）が出ている新薬（先発医薬品）を選ぶと、ジェネリック医薬品との差額の一部が自己負担になります。

対象となるのは、ジェネリック医薬品発売後5年以上経過した新薬と、ジェネリック医薬品の置き換え率が50%以上になった新薬です。ただし、医師が医療上必要と判断して新薬を処方した場合や、病院や薬局がジェネリック医薬品の取り揃えができない場合は対象にはならず、負担額は生じません。

## 三大生活習慣病で月々の負担額が変わることも

生活習慣病のうち、患者さんの数が多いトップ3が高血圧症、脂質異常症、糖尿病です。これら3疾患の診療は、これまでほとんどの医療機関で「特定疾患療養管理料」として算定していましたが、今回の改定により6月1日から、「生活習慣病管理料」に原則移行されることになりました。

生活習慣管理料というのは、生活習慣病に関しては総合的な治療管理を行うことが重要との考えから設定されたものです。例えば、高血圧症が進むと心筋梗塞や脳出血などの循環器疾患のリスクが高まります。これを防ぐには薬物療法だけでなく、食事や運動などの生活習慣の改善も必要です。

そのため、医療機関が生活習慣病管理料を算定するには、患者さんごとに血圧値や血糖値などの目標設定や食事、運動などを記載した「療養計画書」の作成が必須となっています。療養計画書は医療者が一方的に作成するものではなく、患者さんは医療者とよく話し合っ、内容を確認し、同意できたら該当欄に署名します。なお、今回の移行に伴い、月々の負担額は数十円～数百円増えます。

## マイナ保険証を利用したほうが、窓口負担が少ない？

マイナ保険証促進のために、6月よりマイナ保険証を利用すると10円、従来の保険証だと30円が初診料に上乗せされています。また、新型コロナウイルス感染症に対する治療薬および入院費が公費負担となっていた特例は、3月末日で終了しました。

「以前と同じ診療を受けているのに窓口で払う額が変わったけれど、どうして？」などと疑問に思ったときは、薬局の薬剤師に気軽にたずねてください。



イラストレーション：堺 直子

クスリンです。

## ご意見をお寄せください 読者アンケート

より良い紙面作りと、薬局のサービス向上のためにぜひご協力ください。

締め切りは、11月5日（当日消印有効）です。

### 回答方法

ハガキ、QRコード（またはURLからアクセス）いずれかの方法でお一人さま1回限りとさせていただきます。

### ハガキ

- Lifeを受け取った薬局の名称と所在地（例：●●薬局 ●●店 ●●市）
- 心身の健康を保つためには、適切な「休養」をとることが重要です。あなたは日頃、十分な休養を取っていますか？（A.十分取っている B.やや取っている C.取っていない D.どちらともいえない）
- ②でAまたはBと答えた方は、休養の取り方（方法）について教えてください。※複数回答可（A.毎日の睡眠 B.趣味 C.映画や動画鑑賞 D.自然散策 E.マッサージやスパ F.その他（具体的に））
- 薬局へのご意見・ご要望
- Lifeへのご意見・ご要望
- 郵便番号・住所
- 氏名
- 性別
- 年齢
- 電話番号

### QRコード

QRコードを読み取るか、<https://form.run/@2024LIFE-10>にアクセスしてご回答ください。ご利用端末が対応していない場合はハガキでご回答ください。

○上記以外の方法でのご応募は受け付けておりません。

〒150-0001 東京都渋谷区神宮前5-47-11 クラスAネットワーク Life10月号係

プレゼント 80名様

アンケートにご協力いただいた方の中から抽選で80名様に下記の商品をプレゼントいたします。

### 入浴直後から始まる乾燥対策に

乾いた肌にも使える入浴直後用の保湿ミルク。入浴後、軽く手で身体の水をはらひ、タオルでふく前に乾燥が気になる部分に使います。洗い流し不要。無香料、無着色。敏感肌の方のご協力によるパッチテスト済み（すべての方に皮膚刺激が起こらないというわけではありません）。

バリアケア<sup>®</sup> インバスマルク 180ml 2,970円（税込） 勇心酒造 ☎0120-73-4446

○商品については、上記にお問い合わせください。

※プレゼントの当選発表は発送をもってかえさせていただきます。ご回答いただいた方の個人情報は（株）クラスネットワークにて厳重に管理し、プレゼント以外の目的で使用することはありません。お寄せいただいたご意見・ご要望等は、今後の紙面作り（Webサイトを含む）及び薬局サービス向上に活用させていただきます。プレゼント商品は薬局で取り扱っていない場合もあります。

### お知らせ

10月17日から23日の1週間は「薬と健康の週間」です。

医薬品を正しく使用することの大切さと、そのために薬剤師が果たす役割を知っていただく1週間です。この機会に薬のことや健康について、お気軽に薬剤師にご相談ください。

〈健康脳クイズの答え〉  
答えは、「コスモス」でした。



次号予告 11月号は「入浴」を特集します。どうぞお楽しみに。

### 薬剤師にご相談ください

お薬から健康生活までトータルで応援します。

処方薬のご用がなくてもお気軽におこしください。

元気応援 薬局 class A

発行 株式会社クラスAネットワーク 〒150-0001 東京都渋谷区神宮前5-47-11 TEL:03-5778-9388 FAX:03-6368-5322 E-MAIL:info@i-classa.com

元気応援 薬局 class A

# Life 10月号

[class A 薬局の健康情報紙 ライフ] 無料

# 和食は楽しい

特集

■薬局や医療機関での支払額が変わる方がいます…4  
保湿ミルクを80名様にプレゼント…4

## 体が喜ぶ 和食の魅力

和食には魅力が満載。中でも見逃せないのがここに挙げた7つです。

### 一 旬の食材



南北に長い日本列島には山や平野があり、さまざまな気候が存在します。自然の多様性を背景に、地域によって特徴のある旬の食材が数多くあります。

### 二 低カロリー



炭水化物とたんぱく質のエネルギー量は1g当たり4kcal、脂質は9kcalです。洋食は脂質がメインであるのに対し、和食の多くは炭水化物やたんぱく質が中心の低カロリー食です。

### 三 歯ごたえ



ゴボウやレンコンなどの根菜類や、イカやあさりなどの魚介類など、食物繊維が豊富な食材や歯ごたえがある食材が多く使われており、よく噛むことにつながります。

### 四 調理法



和食は基本的な調理法が豊富です。良質（おいしく安全）の水を利用した蒸す・茹でる・煮る。さらに焼く・揚げるや、刺身のように「（生ものを）切る」調理法も。

### 五 栄養バランス



主食のごはんは淡白な味なので、野菜、魚、肉、卵など、いろいろな食材のおかずが合います。そのため栄養のバランスがとりやすいです。

### 六 うま味



甘味・酸味・塩味・苦味に続く第5の味が「うま味」。昆布やかつお節のほか、野菜や魚、肉などにも豊富に含まれ、和食の味わいや風味の元となります。

## マナーや文化を学べる

和食を通じて、食事のマナーや食にまつわる文化を学ぶこともできます。

### 「いただきます」「ごちそうさま」を言う



食材や料理をつくってくれた人など、食事に関わる全ての人や、米や野菜、魚など命あるものに対して、感謝を込めて「いただきます」「ごちそうさま」と言います。

### 子どもに食事マナーを教える



箸で食器を手前に引き寄せたり（寄せ箸）、ひじをつけて食べたりするのはマナー違反。食べるときは、まずごはんをひと口食べてからおかずと交互に食べます。

### ごはん茶碗・汁椀・箸を使う



ごはんはごはん茶碗、汁ものは汁椀というように、料理をそれぞれの器に盛りつけるのが和食の基本。箸を使って、1品を1口ずつ味わいながら食べるのも特徴です。

### 子どもの成長を願うお祝いをする



生後100日目のお祝い初め、初めて迎える初節句など、子どもの健やかな成長を祝う儀礼が行われ、それに伴うさまざまな料理があります。

イラストレーション：木暮雅子

