

区民健診受診勧奨、普及啓発の取組

1 区民健診

申込み不要の健診は5月末に受診券発送

転入者については、国保特定健診は毎月末、長寿健診については6月以降毎週発送している。

区民健診の種類									
	種類	対象年齢:令和9年3月31日時点						自己負担金	詳細
		20～34歳	35～39歳	40～49歳	50～59歳	60～69歳	70～75歳		
申込み不要	国保特定健診 ① 乳がん検診または成人歯科健診と早期受診で			○	○	○	☆	500円	P.3
	肝炎ウイルス検査			○	○	○	○	無料	P.4
	長寿(後期高齢者)健診						☆	500円	P.3
	肝炎ウイルス検査						○	無料	P.4
	眼科検診			☆	☆	☆		400円	P.19
	聴力健診					☆		400円	P.20
申込み必要	健康づくり健診		○	○	○	○	○	500円	P.3
	肝炎ウイルス検査			○	○	○	○	無料	P.4
	大腸がん検診			○	○	○	○	200円	P.6
	胃がん検診			○	○	○	○	1,000円	P.7
	※50～69歳は選択制				○	○		2,000円	P.11
	胃がんハイリスク診査			○	○	○	○	500円	P.13
	子宮頸がん検診	○	○	○	○	○	○	1,000円	P.15
	乳がん検診 ① 国保特定健診と早期受診で			○	○	○	○	マンモグラフィ 400円	P.16
	成人歯科健診 ① 国保特定健診と早期受診で		○	○	○	○	☆	200円	P.19
								ナカベイを活用した健診受診キャンペーン	P.20



受診の流れ

2 個別のハガキや受診券送付による勧奨

(1) 乳がん検診マンモグラフィ受診勧奨はがき（8月下旬）

【令和6年実績】

699 件 受診者 200 人

(2) 乳がん検診・子宮頸がん検診・成人歯科健診受診勧奨（9月中旬）

【令和6年実績】

63,982 件 うち、子宮頸がん発券者 50,986 人 受診者 2,712 人

乳がん発券者 3,970 人 受診者 257 人

成人歯科発券者 20,598 人 受診者 284 人

(3) 国保加入者へのがん検診受診勧奨（9月末）はがき：9,793 件

【令和6年実績】

大腸がん対象者 7,228 人 受診者 1,175 人

胃がん(X線)対象者 7,230 人 受診者 82 人

胃がん(内視鏡)対象者 7,251 人 受診者 134 人

胃がんハイリスク対象者 4,528 人 受診者 47 人

子宮頸がん対象者 3,207 人 受診者 210 人

乳がん対象者 3,105 人 受診者 172 人

料金後納
郵便

インターネットからのお申し込みの流れ

- 1 下記の二次元コードから「区民健診受診券申込」をご確認いただき、必要事項を入力してください。
- 2 お申し込みから1週間程度で受診券をご自宅へお送りします。
- 3 検査を実施している医療機関に電話で予約後、受診してください。
※検査を実施している医療機関は中野区ホームページをご覧ください。
- 4+ 検査にて要精密検査の対象となった場合、必ず精密検査も受診するようにしてください。

その他のお申し込み方法

電話や窓口からでもお申し込みいただけます。
電話でのお申し込みをご希望の方は下記の電話番号までお問い合わせください。

がん検診に関するお問い合わせ

中野区 保健企画課 区民健診係
(窓口：中野区保健所 2階5番)
TEL: 03-3382-2429

※お電話の際は、おかけ間違いのないようお願いいたします。
※すでに受診・予約された方に本状が届いた場合はご容赦ください。

重要 **がん検診のお知らせ**

がん検診を定期的に受診しましょう!

詳しくは中面をご確認ください。

中野区
NAKANO CITY

中野区 保健企画課 区民健診係
東京都中野区中野 2-17-4
ゆくりはがしてご覧ください。

ステージ毎に生存率が大きく変わります

2人に1人はがんになると言われており、半数は自覚症状がありません。

大腸がん、胃がんはステージ1で治療を開始できると10年相対生存率は90%以上です。

早期発見のため、がん検診を受診しましょう。

がんの種類・進行度別 10年相対生存率(%)
2008年診断時

がんの種類	ステージ1	ステージ2	ステージ3	ステージ4	全体
大腸がん	93.6	83.9	69.4	11.6	67.2
胃がん	90.9	59.3	34.6	6.9	66.0

出典：国立がん研究センターがん登録サービス
がん登録連携高度医療機関内がん登録2008年10年生存率集計 掲載中

※相対生存率
がんと診断された人のうち一定期間後に生存している人の割合がその期間に
比べ性別・年齢・全死など何もしない人に対してどのくらい高いかで算出されます。

中野区で実施しているがん検診

大腸がん検診

対象：40歳以上の男女(毎年)
検査内容：問診・免疫便潜血検査
自己負担金：200円

胃がん検診

①胃部X線検査 ②胃内視鏡検査

対象：①40歳以上の男女(2年に1回)
②50～69歳の男女(2年に1回)
※50～69歳の方は①②いずれかを選択

検査内容：①問診・胃部レントゲン撮影
②問診・胃カメラによる検査
自己負担金：①胃部X線検査 1,000円
②胃内視鏡検査 2,000円

胃がんハイリスク診査

対象：40歳以上の男女(生涯に1回)
検査内容：問診・血液検査
自己負担金：500円

※対象年齢：令和8年3月31日時点の年齢です。
※令和6年度は検診が実施されている方は、無料での受診が可能です。

※男性へ送付したハガキ内面

2

- (4) 国保特定健診受診勧奨1回目（9月末）はがき：16,279 件 SMS：3,333 件
 ○4パターン分け
 (A：40 歳から 59 歳のうち、過去3年間特定健診を未受診の方)
 【令和6年実績】令和6年度対象者 8,681 人 受診者 289 人

国保特定健診を受けましょう
 受診期間は2月28日(土)までです

生活習慣病は自覚症状がないうちに悪化します。
 中野区民の死亡原因の約5割は、
 脳卒中や心臓病、がんなどの生活習慣病です。

国保特定健診に関するお問合せ
 中野区 保健企画課 区民健診係
TEL:03-3382-2429

メタボリックシンドロームになると
 脳卒中や心臓病、がんなどの
 生活習慣病を発症する可能性が
 高くなります。

中野区のメタボ該当者
 男性は 3人に1人
 女性は 10人に1人

あなたは大丈夫ですか・・・？

生活習慣病
 高血糖
 高血圧
 脂質異常
 内臓脂肪の蓄積

国保特定健診のご案内
 区から送られてきた国保特定健診の受診券を
 ご用意ください

申し込み
 受診する医療機関に直接申し込みます。
 受診できるお近くの医療機関（一例）

1
2

上記以外の医療機関でも受診いただけます。 QRコード
 受診可能な医療機関

受診期間は 2月28日(土)までです。
 ※受診券がお手元ない方は薬局の電話番号にお問い合わせください。

検査費用は？
 かかる費用 = **500円**

※令和6年度住民税非課税世帯の方は無料受診可能です。

- (B:60 歳から 74 歳のうち、過去3年間特定健診を未受診かつ生活習慣病で医療機関の
 受診がある方、または過去3年間全て特定健診を受診されている方)
 【令和6年実績】対象者 2,499 人 受診者 936 人
 ○ (C:60 歳から 74 歳のうち、過去3年間特定健診を未受診者かつ生活習慣病で医療機関
 の受診がない方)
 【令和6年実績】対象者 3,904 人 受診者 246 人
 ○ (D:40 歳から 74 歳のうち、1 回でも特定健診を受診されている方)
 【令和6年実績】対象者 1,481 人 受診者 422 人

- (5) 国保特定健診受診勧奨2回目（1月末）はがき：16,356 件 SMS：3,845 件
 【令和6年実績】対象者 17,155 人 受診者 1,240 人

生活習慣病に関する総合的な健診を行いますので、ぜひご利用ください。

国保特定健診では、治療目的で行う検査とは異なり、かかっている疾患以外の生活習慣病のリスクを確認することができます。
 『いまの自分の健康状態』を把握するチャンスです。

国保特定健診に関するお問合せ
 中野区 健康福祉部 保健企画課 区民健診係
TEL:03-3382-2429

2月28日まで!! 今年度ラストチャンス!! 国保特定健診!!

2月は混み合いますので
予約はお早め!

国保特定健診とは?
 糖尿病・脂質異常症・腎臓病・肝機能
 などを検査します。
 特定健診は、メタボリックシンドロームや高血圧、
 糖尿病などの生活習慣病を早期発見することが目的です。

検査時間は?
 約 **1** 時間

検査費用は?
 個人で受ける約14,000円
 かかる検査を500円※で
 受けられます。
500円

※令和6年度住民税非課税世帯の方は無料受診可能です。

2月28日まで!! 今年度ラストチャンス!! 国保特定健診!!

申し込みはかんたん!!

1 「受診券」を確認する
 区から送付した「受診券」がお手元ない場合は、
 区民健診係(03-3382-2429)までお問い合わせください。

2 指定医療機関へ直接予約
 新宿区、杉並区、練馬区の一部医療機関でも受診可能です。

ご希望の医療機関を
 中野区ホームページからご確認ください。

中野区 区民健診実施医療機関一覧 **検索**

当日の持ち物
 ○受診券 ○受診券シール
 ○自己負担金 ○マイナ保険証又は資格証明書

↓ 区民宛

↓ 医師より区民へ勧奨するチラシ

3 ナカパイ（地域通貨）を活用した勸奨（令和8年度より）（資料3－6）

- 4

(1) 国保特定保健指導

国保特定健診の結果を踏まえて、「情報提供」「動機付け支援」「積極的支援」の3つのレベルに階層化し、被保険者の健康状態やライフスタイルに応じた生活習慣の改善を促す保健指導を実施している。

○実施状況：【令和7年実績】対象者1,643名、

初回面接のみ 56 名、支援終了者 72 名、実績評価のみ 22 名

【令和6年実績】対象者1,619名、

初回面接のみ 43 名、支援終了者 60 名、実績評価のみ 24 名

【令和5年実績】対象者1,643名、

初回面接のみ 37 名、支援終了者 82 名、実績評価のみ 32 名

私は本当に特定保健指導の対象なの？と wondering あなたへ

数値または項目が基準を超え、その数値項目1つでも保健指導対象値を超えていると特定保健指導の対象となります。

検査項目	特定保健指導の対象値	男性/女性
血圧	高血圧(高血圧症候群)と診断されている、または測定値が、高血圧症候群と診断されていないにもかかわらず、収縮期血圧 160以上、拡張期血圧 95以上	男性 160以上 女性 95以上
BMI	(BMI値) 25.0以上、BMI値が25.0未満でも、腹囲が男性が90cm以上、女性が85cm以上	男性 25.0以上 女性 25.0未満でも、 腹囲が男性が90cm以上、 女性が85cm以上
血糖	糖尿病と診断されている、または測定値が、糖尿病と診断されていないにもかかわらず、空腹時血糖 126以上、HbA1c 6.5以上	空腹時血糖 126以上 HbA1c 6.5以上
空腹時血糖	糖尿病と診断されている、または測定値が、糖尿病と診断されていないにもかかわらず、空腹時血糖 126以上、HbA1c 6.5以上	126以上
HbA1c	糖尿病と診断されている、または測定値が、糖尿病と診断されていないにもかかわらず、空腹時血糖 126以上、HbA1c 6.5以上	6.5以上
中性脂肪	脂質代謝異常と診断されている、または測定値が、脂質代謝異常と診断されていないにもかかわらず、中性脂肪 150以上	中性脂肪 150以上
HDLコレステロール	脂質代謝異常と診断されている、または測定値が、脂質代謝異常と診断されていないにもかかわらず、HDLコレステロール 40未満	40未満

特定保健指導で「STOP生活習慣病」!

中野区 (特定保健指導) は どうやって受けるの?

STEP1 利用者を確認し、保健指導しべいを確認します

利用者の氏名を確認し、「保健指導しべい」を交付します。
※「保健指導しべい」は、保健指導を受ける際に必要です。

場所も時間も自由に決めます!

STEP2 特定保健指導を受ける場所を決め、申込みます

保健指導の申込みは、お電話または、お申し込みの用紙を提出します。

STEP3 初回面談を受けます

専門スタッフが面談を行います。
あなたの生活習慣病の現状を確認し、あなたに合わせた生活習慣改善のためのアドバイスをします。

STEP4 面談で立てた計画に沿って生活習慣を改善します

面談で立てた計画に沿って、生活習慣を改善します。
必要に応じて、医師や保健指導士からのアドバイスを受け、改善を進めます。

STEP5 継続支援を受けます

面談またはメールであなたの進捗を確認し、アドバイスを行います。

STEP6 実績評価

保健指導から12か月以上経過した後に、あなたの生活習慣病の改善状況を評価します。

ALSO K あんしんケアサポート 面談をご希望の方へ

オンライン面談、または来館で面談を実施します。

① 面談予約

お電話またはALSO K あんしんケアサポート 株式会社へ **0120-266-820** までお問い合わせください。
※「保健指導しべい」をお持ちの方は、お電話でも予約可能です。

② 面談の予約

予約の「特定保健指導 初回面談」の日時を希望の日時に入力し、送信ボタンにて送信してください。
※送信後、3営業日以内にご返信いたします。

③ お申し込みの受付

お申し込みの受付完了後、お申し込みの受付完了メールが送信されます。
下記の内容に沿って、お申し込みの受付完了メールを確認してください。

- ① ログイン方法 ユーザーID・パスワード(保健指導者)
- ② 面談の予約日時 予約日時を選択し、予約日時を選択してください。
- ③ 面談の予約日時 予約日時を選択し、予約日時を選択してください。
- ④ 面談の予約日時 予約日時を選択し、予約日時を選択してください。

面談を受ける方法

面談を受ける方法は、お電話または、お申し込みの用紙を提出します。
※お申し込みの用紙は、お申し込みの用紙を提出してください。

健康管理アプリ「カミル」

アプリを初めて楽しく取り組みましょう!

連携開始中は楽しい!(お金の負担もありません!)

ALSO独自のオリジナルコンテンツを閲覧可能!

中野区保健所 保健企画課 保健事業係

委託先: ALSO K あんしんケアサポート株式会社

中野区

特定保健指導 参加確認書

記入日：20 年 月 日

■基本情報

氏名		生年月日 (西暦)	年 月 日
メールアドレス	@		
電話番号	第 1 希望	-	
	第 2 希望	-	
支援方法	☐ 電話支援 ☐ メール支援		

■面談方法（いずれか１つをご選択ください）

☐ オンライン	オンライン面談で使用するスマートフォンの電話番号 -
☐ 対面（中野区保健所）	来日後、お電話にて詳しい日程をご連絡いたします。
☐ 対面（カフェ等）	名 称： （最寄り駅： 線 駅） 住 所：〒

※対面またはご希望の方は後日、お電話にて詳しいお時間をご連絡いたします。

以下の内容に１項目でも該当する方に当てはまる場合は、今回特定保健指導に参加いただけないです。

- ① 重症な疾患にて通院中で、主治医から保健指導参加が不適切と判断された方
- ② 現在、中野区の国民健康保険に入っていない方

「個人情報取り扱いについて」は下記よりご確認ください。

<https://acs.aicsok.co.jp/csoo1ori.html>

[調査票 3-2] 中野区 2022.03
× FAP20xR FAP2 × DMS20xRM B

毎日働く血管。知らないうちにお年寄りになっているかも…。

あなたの血管年齢

測定しませんか？

え？
私の血管年齢、
こんなに高いの？

血管年齢=動脈硬化
リスクだったなんて…。

今日からできる
改善方法を教えて！

月

1に1回、測定会付き面談を実施しております。
お申し込みはお電話にて受付をしております。

参加人数に限りがございますので、
お早めにお申し込みください。

【お問い合わせ】ALSOKあんしんケアサポート株式会社
0120-266-820
火・金 9:00~20:30 月・土 9:00~17:00
(日・祝日・年末年始は除く)



○令和5年度健診結果で保健指導実施者・未実施者との健診結果比較

保健指導実施者	B M I	腹 囲	最 高 血 圧	最 低 血 圧	空 腹 時 中 性 脂 肪	H D L コ レ ス テ	空 腹 時 血 糖	H b A 1 c
令和5年度 健診結果平均	26.6	93.1	131.6	81.5	140.6	60.4	98.7	5.7
↓※	-0.6	-0.5	-3.9	-3.6	-18.9	-0.2	0.9	-0.1
令和6年度 健診結果平均	26.0	92.6	127.7	77.9	121.7	60.2	99.6	5.6
↓※	-0.3	0.0	-6.8	-6.3	-7.4	-0.6	-1.3	0.0
令和7年度 健診結果平均	26.3	93.1	124.8	75.2	133.2	59.8	97.4	5.6

※令和5年度 健診結果平均と比較

未実施者	B M I	腹 囲	最 高 血 圧	最 低 血 圧	空 腹 時 中 性 脂 肪	H D L コ レ ス テ	空 腹 時 血 糖	H b A 1 c
令和5年度 健診結果平均	26.1	92.8	133.2	82.4	163.5	57.0	101.6	5.7
↓※	-0.3	-1.0	-1.7	-1.7	-22.9	1.5	-0.7	0.0
令和6年度 健診結果平均	25.8	91.8	131.5	80.7	140.6	58.5	100.9	5.7
↓※	-0.4	-1.1	-2.2	-2.2	-23.2	2.1	-1.5	0.0
令和7年度 健診結果平均	25.7	91.7	131.0	80.2	140.3	59.1	100.1	5.7

※令和5年度 健診結果平均と比較

(2) 糖尿病性腎症重症化予防事業

被保険者の糖尿病性腎症重症化予防による QOL (Quality of Life) の向上及び医療費削減を目的とし、特定健診結果やレセプトデータから糖尿病性腎症が疑われる被保険者に対し保健指導を実施している。

○実施状況：通知発送者毎年約 300 名

過去参加者のうち、人工透析移行者 0 人(R8 5 月レセプト時点)

【令和7年実績】参加者 18 名うち 17 名終了

医療機関に通い、報告があった人のうち、

●HbA1c(赤血球中の糖の量)が改善 1 人

// が基準値以下維持 6 人

// が基準値以上だが維持 2 人

●血糖値が改善 2 人

// が基準値以下を維持 1 人

// が基準値以上だが維持 1 人

【令和 6 年実績】参加者 19 名うち 16 名終了

医療機関に通い、報告があった人のうち、

●HbA1c(赤血球中の糖の量)が改善 1 人

// が基準値以下維持 6 人

// が基準値以上だが維持 2 人

// が悪化 3 人

●血糖値が改善 2 人

// が基準値以下を維持 2 人

// が基準値以上だが維持 4 人

令和 6 年度事業参加者		最低血圧	最高血圧	HbA1c	eGFR
参加者	令和 5 年度 健診平均値	74.7	135.7	6.8	62.3
	令和 7 年度 健診平均値	71.1	133.3	6.6	58.1
	効果	-3.6	-2.4	-0.2	-4.2
不参加	令和 5 年度 健診平均値	78.3	130.8	6.5	66.1
	令和 7 年度 健診平均値	77.4	131.5	6.5	64.6
	比較	-0.9	0.7	0	-1.5

糖尿病性腎症のリスクの高い方へお知らせ

この度、糖尿病性腎症のリスクの高い加入者様を対象に、「糖尿病性腎症重症化予防プログラム」による保健指導を無料で行うことになりました。

糖尿病は、自覚症状のないまま進行します。糖尿病の合併症の一つである糖尿病性腎症を発症すると、人工透析治療が必要となる場合があります。是非保健指導にご参加いただき、生活習慣改善の第一歩としていただければと思います。

※重要 同封の参加確認書を 9 月 1 日（月）までに返送して下さい。

※文書資料のご確認のため、委託会社からお電話をする場合があります。

プログラムの紹介

このプログラムは中野区が（仮）データのラインに提供してまいります。

- 専門の看護師があなたのかかりつけ医の治療方針に基づいて支援します。
かかりつけ医がいらっしゃらない場合は、中野区までご相談ください。
- 参加費用は**無料**。先着**30名**です！
（かかりつけ医受診時の診察料は自己負担です。）
- 指導期間は**6か月**
（対象又はオンライン面談2回（約1時間/回）、電話6～10回（約10分/回））
※実施・電話の回数はある方のペースによって変動します。

医師で患者を悩ませる人もいます。生活習慣や体調に応じて病気の基礎知識を学び、セルフモニタリングや生活のポイントを学びます。

【プログラムに関するお問い合わせ先】
株式会社データホライゾン 健康管理部 東京事務所 受付時間：平日9:00～18:00
TEL：050-1724-9465 フリーダイヤル：0120-028-088

【事業に関わるお問い合わせ先】
中野区 健康増進部 保健推進係 受付時間：平日8:30～17:00 TEL：03-3382-2430

※お問い合わせの際は、中野区の国民健康保険料に加入している旨と、お名前をフルネームでお伝えください。

あなたの病状が悪化してしまうと・・・

あなたの病状が悪化すると合併症を引き起こし、最悪の場合は透析や人工透析、広範囲（皮膚から皮下組織までの細胞が死滅してしまう）の状態になってしまわれるかもしれません。

もしも、透析に移行してしまったら・・・
透析に移行した場合、週3回通院し、1日約4時間の透析を行う必要があります。また年間約550万円の医療費がかかります。

透析費用は誰の負担？
「野暮ないで」（西橋南・2型糖尿病歴30年・75歳・男性）
糖尿病性腎症を患い、ベッドに4時間くくりつけられる人工透析を1日おきに受けています。この原因は30年来主治医や栄養士さんからの指導などを聞かず、治療を怠ってきたためだといいます。「お昼入」がくるまで眠り続けなければならないので大変な苦痛です。皆さん、糖尿病を軽視しないでください。
「糖尿病の治療を放棄した悔しい今」
（厚生労働省発行リーフレットより）

予防プログラムの申し込み方法

参加をご希望の方

①予防プログラム参加確認書のご記入
このリーフレットに同封の「予防プログラム参加確認書」に必要事項をご記入ください。

不参加の方

予防プログラム参加確認書のご記入
不参加にチェックをつけて同封の返信用封筒をご利用の上、ご返送ください。不参加の方もかかりつけ医と相談し治療に取り組まれます。

②予防プログラム参加確認書を9月1日（月）までに返送ください
「予防プログラム参加確認書」を同封の返信用封筒（切手不要）に入れてご返送ください。

③データホライゾンより面談日の通知と「生活指導内容確認書」が届きます
参加の方には、面談日の通知と生活指導内容確認書、生活指導内容確認書の返信用封筒を送付いたします。変更を希望の際はご連絡いただければ、ご連絡に応じます。フリーダイヤル：0120-028-088
オンライン面談をご希望の方は担当看護師よりお電話いたします。

④「かかりつけ医への依頼文」と「生活指導内容確認書」をかかりつけ医へお渡しください
※医療機関にかかる「診療料」はこれまで通り自己負担です。
※生活指導内容確認書にかかる文書料は中野区がお支払します。医療機関から文書料を請求された場合は、薬局や製薬会社の問い合わせ先までご連絡ください。
かかりつけ医受診入力の「生活指導内容確認書」を初回面談までに返信用封筒（切手不要）に入れてご返送ください。
初回面談時までに間に合わない場合は、改めて次回まで返送ください。

⑤プログラム開始！
面談・電話での指導を約6か月間行います。かかりつけ医や管理栄養士等と協力しながら支援いたします。

(4) 生活習慣病ハイリスク者に対する受療勧奨事業誤字

特定健診結果やレセプトデータから生活習慣病が疑われる被保険者に対し医療機関への受療勧奨と保健指導を実施している。

○実施状況：R7 受療勧奨・保健指導実施人数 519 名

(このあと 248 名電話がつながり、保健指導や医療機関への受診を勧奨)

R6 受療勧奨・保健指導実施人数 450 名

(このあと 160 名電話がつながり、保健指導や医療機関への受診を勧奨し、

R7 4 月時点で医療機関に受診した 91 名)

○(A:前年度健診で血糖値 126mg/dl 以上かつ HbA1c6.5%以上かつ eGFR60ml/分/1.73 m²未満または尿蛋白(±)以上の方)



○(B:2 年連続の方)

○(C:A 及び B に該当しなかった方)

(5) 治療中断者に対する受療勧奨事業

特定健診未受診者のうち、レセプトデータから生活習慣病の治療を中断している被保険者に対し治療再開を促す勧奨を実施している。

○実施状況：【令和 7 年実績】受療勧奨・保健指導実施人数 154 名

(このあと 65 名電話がつながり、保健指導や医療機関への受診を勧奨)

【令和 6 年実績】受療勧奨・保健指導実施人数 159 名

(このあと 42 名電話がつながり、保健指導や医療機関への受診を勧奨し、

令和 7 年 4 月時点で医療機関に受診した 43 名)

○(A:治療中断されている生活習慣病が高血圧症、脂質異常症、糖尿病のいずれかに該当する方)



○(B:治療中断されている生活習慣病に腎臓病が含まれている方)

(6) ジェネリック医薬品利用促進事業

医療費削減を目的とし、レセプトデータから後発医薬品のある先発医薬品を服薬している者を抽出し、対象者に年3回医療費差額通知を発送している。

○実施状況

【令和7年実績】1,768 通

【令和6年実績】4,512 通、切替率 38.7%、効果額 14,138,352 円

【令和5年実績】7,802 通、切替率 25.2%、効果額 13,570,692 円

郵便はがき

料金後納郵便

国民健康保険からジェネリック医薬品利用促進のご案内
開封して中身を確認してください

貼って伝えよう！ジェネリック医薬品希望シール
お薬手帳等に貼れば、医療機関や薬局へ簡単に希望表示ができます。ぜひご利用ください。

中野区

この部分から矢印の方向に「く」の字はがして中へご置ください。

ジェネリック医薬品に変えることで、自己負担額の軽減が見込めます！

◆ジェネリック医薬品(後発医薬品)とは
新薬(先発医薬品)の特許が切れた後に販売され、新薬と同じ有効成分・効能・効果を持つ医薬品のことです。

◆医療費の削減にご協力ください！
ジェネリック医薬品は新薬に比べて開発費が少ないため、低価格となります。使用することで、あなたのお薬代と区の医療費を削減することが出来ます。

ジェネリック医薬品における専用のコールセンター
☎0120-53-0006までお電話ください。
これらの取組も活用ください

◆一定期間内に、最大3回まで反復利用できる処方箋
⇒ **リフィル処方箋 / 厚労省** で検索

◆バイオ医薬品の特許が切れた後に、他の製薬会社から発売され、バイオ医薬品と同じ効果が期待できる薬
⇒ **バイオシミラー / 厚労省** で検索

月に処方された下記薬剤をジェネリック医薬品に切り替えた場合

医薬品名	自己負担額

経減額合計
円

ジェネリック医薬品に切り替えた場合に削減できる額

◆ジェネリック医薬品に切り替えるには
この通知をかりつけ医・薬局に持参し、医師・薬剤師にご相談ください。ただし、医薬品の供給が不安定のため、ご希望に沿えない場合があります。

注意事項
・自己負担額通知にはお薬にかかった代金のみを表示しています。
・ジェネリック医薬品は複数存在しますので、実際に削減できる自己負担額には差が生じます。
・治療の内容によってはジェネリック医薬品が適さない場合もあります。かかりつけ医や薬剤師にご相談ください。

(7) 重複服薬指導事業

過剰服薬による健康被害の防止と医療費削減を目的とし、複数の医療機関から計 60 日以上と同薬効の処方を受けている月が年に3ヶ月以上ある者に適正量の服薬を促す通知を発送する。

○実施状況：通知発送数 【令和7年実績】292 通(うち薬局にて指導うけたのは4名)

【令和6年実績】219 通(うち薬局にて指導うけたのは2名)

薬剤師による重複相談のご案内

中野区では、皆様にお薬の安全・安全な使用による長寿の医療や予防にお役立ていただくため、中野区薬剤師会と医療機関が連携して、処方されているお薬について薬剤師による相談を無料で行っています。

●「重複相談」とは
薬剤師が薬事情報をお見し、お薬に関する問題の解決を図り、様やにお返しいただくためのアドバイス等を無料で行います。

●「重複相談」のメリット

過剰服薬の防止 お薬の重複や飲み合わせをチェックすることで、副作用のリスクの軽減につながると考えられます。	お薬代の削減 ご自身の服薬状況を把握することで、お薬の重複を減らし、お薬代の削減が期待できます。
--	---

●申し込み方法

1. 下の連絡先へお電話し、参加希望を伝える。
2. 参加希望を記入し、無料で重複相談を受けてください。

※参加希望は、お電話または、お薬手帳に「重複相談」のシールを貼ることで参加希望を伝えることができます。

※お問い合わせ先
中野区 健康福祉部 保健企画課 薬務課
〒164-0001 東京都中野区中野3-14-4 電話(区外) 03-3362-2430

重複・多剤服薬とはどんなこと？

同じ種類に複数の医療機関を受診し、かつ担当医師が他の医療機関で処方されたお薬を処方された場合に、必要以上に多くの種類の薬が処方されることや、同時に同じ種類の薬が処方されていることをいいます。

副作用や中毒が起きることがある

重複・多剤服薬により、こんなことが起こるかも

お薬の効果が現れない

重複・多剤服薬は医療費にも影響します

- 医療費の負担が大きくなります。
同じ薬のお薬が複数の医療機関で処方されるなど、治療に必要な数量以上のお薬をもらっている可能性があります。
- 医療費負担の負担が大きくなります。
医療費に負担がかかるのは1割から3割程度ですが、残りの医療費は医療機関から負担されています。

同じ成分のお薬の重複や、飲み合わせの問題が起きていないか、医師や薬剤師に相談しましょう