

# けんぽ

No.140  
2024.10

埼玉しんきん健康保険組合

チーターは時速100kmもの  
速さで走ることができると言われています。  
しかし、これは単独で狩りを行う時に可能な  
最高スピードです。この写真のように、子育て中は  
完全に子どもたちのペースに合わせて移動します。今  
は休憩中です。小高くなった場所を選んだのは獲物が見つけやすく、敵にも早く気が付くことができるからです。  
休憩の間、お母さんはじっと動かず子どもたちの  
ジャングルジム役に徹していました。

▶ ケニア・マサイマラ国立保護区  
チーター

写真・文  
福田幸広（動物写真家）

- 令和5年度決算報告
- ウォーキング事業  
11月は当健保組合のオリジナルのイベント月間です
- 40歳以上の女性被扶養者の方  
巡回レディース健診は受けましたか？
- 特定保健指導はなにをするの？
- 食べる前に思い出したい「糖質」と「脂質」

- 湖国探訪 東近江
- お薬代 節約できる ジェネリック
- 給与が変わると、保険料も変わります
- 「資格情報のお知らせ」をお届けしています
- 炊飯器で主菜もできちゃうヘルシーメニュー
- 日ごろの行動と予防接種でインフルエンザを防ごう
- けんぽからのお知らせ

動画をCHECK!

制度▶▶▶

P11



レシピ▶▶▶

P12



# 令和5年度決算報告

## 事業概要 一時的ではあるものの、高齢者医療制度納付金の大幅減により経常収支は91百万円の黒字

当健康保険組合の令和5年度決算状況は、平均被保険者数が前年度比51人減で、保険料率（調整保険料を含む）を9.6%に据え置きとしましたが、保険料収入は前年度比5百万円増の765百万円で、経常収入合計は前年度比4百万円減の767百万円となりました。

支出面での保険給付は、新型コロナウイルスが5類に移行し受診控えが解消され、受診件数が前年度比で2,439件増加するが、突出した高額診療が継続することもなかったため保険給付費は前年度比17百万円減の371百万円でした。高齢者医療制度納付金は前年度比146百万円減の230百万円と大きく減少。特に前期高齢者納付金は、令和4年度の概算額が高かったことと、令和5年度は令和3年度分の過払い金が精算されたことが大きな要因です。

経常支出合計は前年度比174百万円減の675百万円で、経常収支差引額は91百万円の黒字となりました。

保健事業においては、特定健診・特定保健指導、二次検診、日帰り人間ドック・脳ドック・婦人科検診・インフルエンザ予防接種補助、新型コロナウイルス感染予防対策に係る検査キットや消毒液等、事業主が購入した費用に対する補助金を継続実施し、中止としていた「二次検診後の受診勧奨」を再開しました。

高齢者医療制度納付金が一時的に大きく減額となり黒字決算となりましたが、健保財政が激しい構図は依然として変わりませんので、事業主・組合員の皆様のご理解、ご協力を得つつ、今後も健保組合財政の健全化を実現してまいります。

## 一般勘定

|       |               |
|-------|---------------|
| 収入合計  | 836,881,177 円 |
| 支出合計  | 685,800,662 円 |
| 収支差引額 | 151,080,515 円 |

|         |            |
|---------|------------|
| 決算残金    | 151,080 千円 |
| 経常収支差引額 | 91,455 千円  |

収入合計  
836,881 千円  
経常収入合計  
766,679 千円

健康保険収入  
(保険料等含む)  
765,785

調整保険料収入  
10,543

繰入金  
54,080

国庫補助金収入  
1,435

財政調整事業交付金  
4,189

雑収入 849

(千円)

支出合計  
685,801 千円  
経常支出合計  
675,224 千円

事務費（組合会費含む）  
41,813

保険給付費 370,859  
法定給付費 364,170  
付加給付費 6,689

納付金 230,222  
前期高齢者納付金 64,897  
後期高齢者支援金 165,322  
病床転換支援金 0  
退職者給付拠出金 3

保健事業費  
28,810

財政調整事業拠出金  
10,523

連合会費・積立金・その他  
3,574

(千円)

## 介護勘定

|       |              |
|-------|--------------|
| 収入合計  | 88,593,914 円 |
| 支出合計  | 79,329,251 円 |
| 収支差引額 | 9,264,663 円  |

|      |          |
|------|----------|
| 決算残金 | 9,265 千円 |
|------|----------|

収入合計  
88,594 千円

介護保険収入  
81,594

繰入金  
7,000

(千円)

支出合計  
79,329 千円

介護納付金  
79,329

(千円)

## ウォーキング事業



# 11月は当健保組合の オリジナルのイベント月間です

当健保組合が団体登録しました「コバトン ALKOO マイレージ」において、11月は当健保組合オリジナルのイベント月です。11月の平均歩数が5,000歩以上の方を対象に抽選で、クオカード2,000円が5人、1,000円が10人、500円が20人に当たります。

参加がまだの方は、**今すぐスマホにアプリを  
入れて参加しましょう!!**

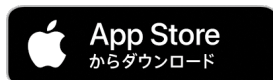


参加資格は被保険者と18歳以上の被扶養者の方



### 1 ALKOO アプリをダウンロード

こちらのボタン、またはアプリストア上で、「あるこう」で検索して、ALKOO アプリをダウンロード。初回チュートリアルを完了し、歩数計が表示されるトップ画面まで進んでください。



Apple、Appleのロゴ、App Storeは、米国および他国のApple Inc.の登録商標です。  
Google PlayはGoogle LLCの商標です。

### 2 トップのバナーから取り組みに 必要な情報を入力して会員登録

お名前や住所、生年月日など、取り組みに必要な情報を入力してください。



### 3 登録完了で取り組みへの 参加が完了です!



会員登録が完了すると、取り組みへの参加登録は完了です。  
あとは、ALKOO アプリをインストールした端末を持って歩くだけ!



詳しい内容や登録方法につきましては、コバトン  
ALKOO マイレージのポータルサイトをご参照ください。

ポータルサイトはこちら→



40 歳以上の女性被扶養者の方

# 巡回レディース健診は 受けましたか？

「どこも体調悪くないから」  
「忙しくて予定に入られない」

…そんな理由で、  
健診を受けていない方はいませんか？  
年に1度は健診を受けて  
自分の体の健康状態をチェックしましょう。

婦人科検診単独での申込期間は  
10/18 で終了しますが  
巡回レディース健診なら 12/20 まで申込が可能です。

健診を受けると、  
**おトク!!** につながりますよ！

**おトク!!**  
その1

健保組合が費用を  
補助しています

健診の費用は健保  
組合が補助している  
ため、通常の金額より  
おトクに受けること  
ができます。

特定健診+婦人科検診が  
健保補助により原則無料  
で受けられます

**おトク!!**  
その2

病気の早期発見で  
治療費も軽減！

健診で病気が早期発見でき、早期治療  
につながれば、治療費も抑えられます。

**おトク!!**  
その3

健康保険料が安くなるかも?!  
(特定健診)

40 歳以上を対象とする特定健診の  
実施率は、健保組合がみなさまから納  
めていただく保険料率の算出に関連し  
ています。そのため、より多くの方が  
特定健診を受けると、保険料が安くな  
る可能性があります。



とある夫婦の会話…

健診の案内が来ていたよ

健保組合からのお知らせ  
みてくれた？

健診受けなきゃ  
ダメなの？

え？  
私どこも悪くないよ

いつまでも健康で  
いてほしい…

詳しくご案内は  
こちらから



※申込書は4月に  
お送りしております

毎年、健診でチェックすることが  
健康につながるんだよ  
健保組合からの補助があるから  
おトクに受けられるし

さっそく予約を  
入れるね！

アイネ！

おトクなの！  
じゃあ受けてみる！  
おトク大好き

¥



♥ 健康に日々を生活できることが、何より大切です。ぜひ健診を受けてください ♥

# 特定保健指導はなにをするの？

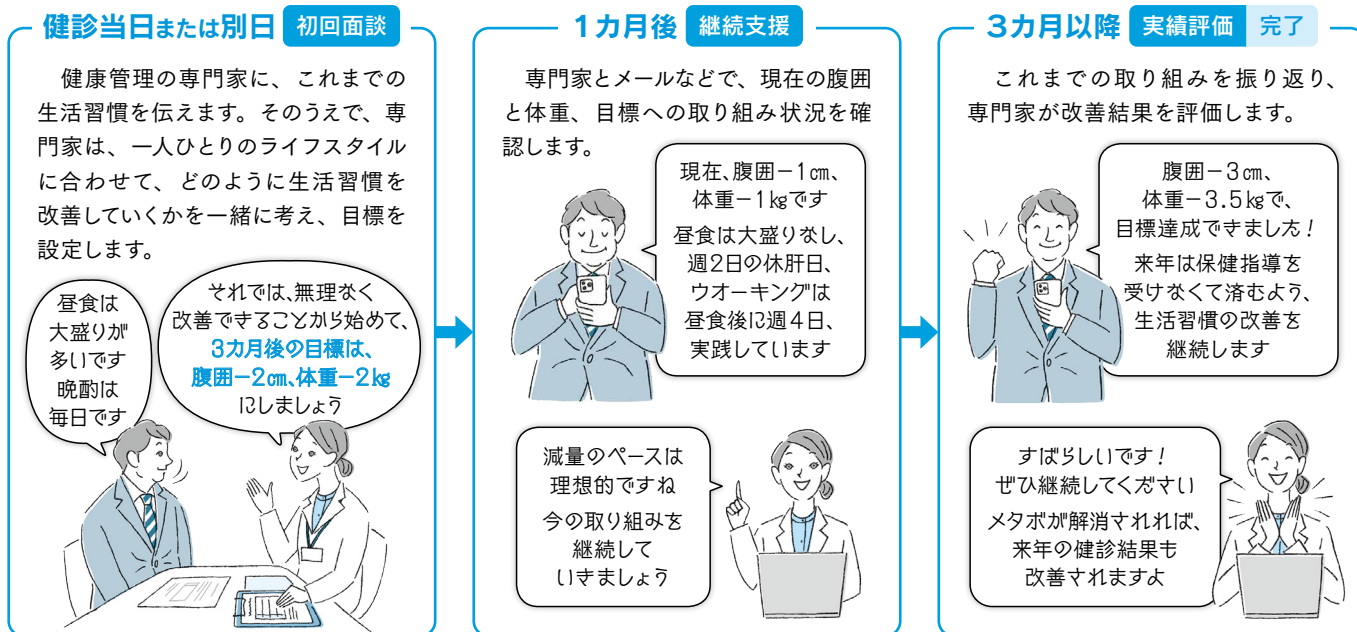


健保組合から「特定保健指導のご案内」が届いた方は、特定健診の結果、生活習慣病のリスクが高いと判定された方です。特定保健指導では、保健師・管理栄養士などの専門家が、あなたに合った生活習慣の改善法をサポートしてくれます。

脱メタボのチャンスを手にしたあなた、ぜひ参加しましょう。

## 特定保健指導の流れ <積極的支援の場合(イメージ)>

専門家と一緒に目標を設定し、定期的にサポートを受けながら、ご自身で目標達成に向けた取り組みを実践します。



## 2024年度からの特定保健指導内容の変更点

\* 2024年度特定健診結果に基づく特定保健指導が対象。

### ● 腹囲減・体重減の結果が重視されます

特定保健指導に参加して3カ月以上経過後の評価で、目標（腹囲2cm・体重2kg減\*）を達成した場合には、その年度の特定保健指導が終了となります。

※腹囲2cm・体重2kg減が未達成の場合、生活習慣病予防につながる行動変容や過程等を含めて評価されます。

胃腸が回復する



夏バテで体重が減った人ほど食欲を感じる傾向にあります。

日照時間が減る



太陽の光を浴びる時間が少なくなると、食欲を抑制するセロトニンの分泌が減少します。

基礎代謝が上がる



秋から冬にかけて基礎代謝が上がるとともに、食欲は増していきます。

睡眠不足



季節の変わり目は寝つきが悪くなる人が増えます。睡眠不足は食欲を増進します。

食べる前、メニューを選ぶ前に思い出そう

## 糖質／脂質を減らすコツ

### 糖質を減らすコツ

#### 主食を減らす

糖質を減らすためには、**主食（炭水化物）を減らすことが必須です**。その代わり、主菜・副菜（おかず）は少し多めに食べてもかまいません。**ゆっくりよく噛んで、満腹感を得るようにしましょう。**

※極端な糖質制限がもたらす長期的な体への影響は明らかになっていません。脂質のとりすぎにつながることもあることから、極端に糖質を減らすのはやめましょう。



#### ベジファースト



野菜やきのこなどの食物繊維は、血糖値の急激な上昇を抑える働きがあります。**ただし、急いで野菜を食べ終えて主食を食べ始めては効果がありません。ゆっくり食べるようにしましょう。**

#### 飲みものの糖質に注意

体によいことをうたった健康飲料の中にも、多くの糖質が含まれていることがあります。**飲む前に成分表示を確認するようにしましょう。**お茶やブラックコーヒーなど、**無糖のものを選ぶ習慣を。**



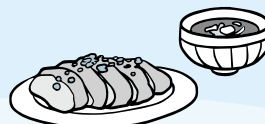
### 脂質を減らすコツ

#### 不飽和脂肪酸をとる

肉の脂やバターなどの飽和脂肪酸と異なり、**不飽和脂肪酸にはコレステロールを下げる働きがあります。**さばやさんまなどの青魚、ナッツ類、オリーブオイルに含まれていますので、積極的にとるようにしましょう。



#### 茹でる／蒸す調理法を選ぶ



調理のしかたでも脂質は異なります。揚げる／炒める調理法は避け、**茹でる／蒸す調理法を選びましょう。**

#### 見えない油に注意

日本人が摂取する脂質のうち、約8割が「見えない油」からとっています。**見えない油とは、食品自体に含まれている油のことです。**パンよりご飯、肉は脂身の少ない部位を選ぶ、インスタント食品や菓子類は減らすなど、注意しましょう。





「食欲の秋」だから  
要注意!

監修：榎野 久士  
国立循環器病研究センター 病院  
糖尿病・脂質代謝内科医長

食欲の  
秋

# 食べる前に思い出したい 「糖質」と「脂質」

摂取エネルギーが過多になると生活習慣病のリスクが上昇しますが、なにかと食欲を感じることが多いのがこれからの季節です。食生活の変化によって、ただでさえとりすぎているのが「糖質」と「脂質」です。食べる前、メニューを選ぶ前に一呼吸置いて、とりすぎないようにしましょう。

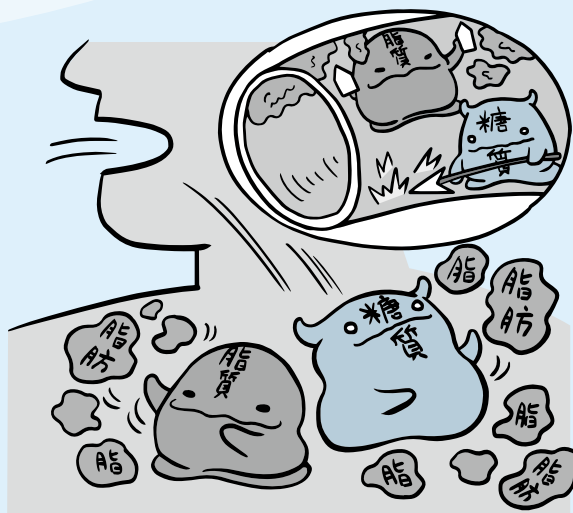


必要な栄養素なのに…

## 糖質や脂質をとりすぎると なぜ悪い?

糖質も、脂質も、身体を動かすエネルギー源であり、人間が生きていくために必要不可欠な栄養素です。糖質はご飯やパンなどの主食、いもなどの根菜類、スイーツや果物などの甘いものに多く含まれ、脂質は油や調味料、乳製品、ナッツ類、菓子などに多く含まれています。手に取りやすい、選びやすい食品が多いため、とりすぎに注意する意識が重要です。

糖質をとりすぎると、余った糖質がインスリンの働きによって中性脂肪として体内にためこまれてしまうだけでなく、血液中の過剰なブドウ糖が血管を傷つけてしまいます。また、脂質をとりすぎると、中性脂肪やLDLコレステロールが増加し、HDLコレステロールが減少します。増加したLDLコレステロールは血管の老化を早めます。糖質も、脂質も、とりすぎると肥満や動脈硬化の原因になるわけです。



### 健診結果はどうでしたか？ 注意したい数値

#### 空腹時血糖

100(126)mg/dL以上

血糖値は1日の中でも変化が大きいため、健診ではもっとも安定しているタイミングで測ります。少し高めの状態(100～109mg/dL)でも将来的に糖尿病へ移行しやすいため、注意が必要です。

#### HbA1c

5.6(6.5)%以上

1～2カ月間の血糖値の平均を示しています。空腹時血糖が正常でもHbA1cが高いと、食後に血糖値が急激に上がる血糖値スパイクが起きていることが考えられます。

#### LDLコレステロール

120(140)mg/dL以上

動脈硬化を進行させる悪玉コレステロールです。血管壁に入り込んでプラークを形成し、血液の通る隙間を狭くしてしまいます。

#### HDLコレステロール

40mg/dL未満

末梢組織(血管)のコレステロールを肝臓に回収する善玉コレステロールです。少ないと末梢組織のコレステロールが増えてしまいます。

#### 中性脂肪(トリグリセライド)

空腹時 150(300)  
mg/dL以上

随時  
(非空腹時) 175(300)  
mg/dL以上

増加すると小さなLDLコレステロールを増やし、HDLコレステロールを減らします。小さなLDLコレステロールは血管壁に入り込みやすく、動脈硬化のリスクがぐっと上昇します。

※( )内の数値は受診勧奨判定値です。この数値以上になったら、医療機関を受診しましょう。

歩きたくなる旅

ずいせきざん 瑞石山 永源寺

臨済宗永源寺派の大本山。1361年に近江守護職佐々木六角氏頼が寂室元光禪師を開山に迎え、伽藍を建立したのが始まり。もみじが夏の深緑から晩秋の赤色へと移ろう色彩変化が美しく、山門前はまるでトンネルのような紅葉が広がる。

🕒 9:00～16:00

※紅葉シーズンは8:00～17:00(時間変更あり)

👤 大人500円、中学生以下無料

☎ 0748-27-0016

# 湖国探訪 東近江

歴史的建造物と豊かな自然が残る東近江市。滋賀県内でも紅葉の名所として名高い湖東三山など、赤く色づく景色を巡る旅にかけよう。

## か

つて近江国と呼ばれた滋賀県。「江」は、海・川・湖・濠を意味する、まさに湖の国。東近

江市は琵琶湖の南東部に位置し、滋賀県の総面積の約9.7%を占める広大な面積を誇っている。

琵琶湖にそそぐ愛知川の渓谷にある永源寺は、古くから紅葉の名所として知られ、全山を彩る紅葉は近江随一。「永源寺・奥永源寺の山村景観」は日本遺産の一つに選定されている。

永源寺観光案内所をスタートし、120段あまりの石段がある羅漢坂をのぼって永源寺へ。深い自然に包まれた永源寺では、野鳥のさえずりや葉擦れ、愛知川の渓声に耳を傾けるのも心地よい。境内全体を覆う紅葉はもちろん、ひととき美しいのが開山御手植の楓樹。重く深みのある紅葉が訪れた人々を魅了する。

参拝後は来た道に戻り、次の目的地へ。旦度橋を渡ったら、車の往来に注意しながら進み、地元の新緑な野菜がそろった永源寺ふるさと市場や、ヒトミワイナリー、日登美美術館に立ち寄ろう。紅葉橋を渡り、旅の最後を締めくくる永源寺温泉八風の湯へ。温泉で疲れを癒しつつ、地元の食材に舌鼓を打てば、東近江市を心ゆくまで満喫できるだろう。

## INFORMATION

### アクセス

🚗 近江鉄道八日市駅から近江鉄道バスで35分、「永源寺前バス停」下車

🚗 名神高速八日市ICから20分

### HPはコチラ



東近江市観光 Web  
(一般社団法人東近江市観光協会)

☎ 0748-29-3920





### ▶ ヒトミワイナリー

国産のぶどうを100%使用し、無ろ過・無清澄の「にぎりワイン」のワイナリー直売所。天然酵母パンをはじめハード系のパンを中心とする「パンの匠 ひとみ工房」も併設。  
※商品の種類は時期により異なります

🕒 11:00～18:00  
🗓 月曜日、木曜日、年末年始  
☎ 0748-27-1707



◀ヒトミワイナリー独自の田舎式発泡ワイン「h3」、ワイン酵母を使用したカンパーニュなど

### ▶ 秋限定のライトアップ!

例年11月上旬～下旬の期間限定で17:00頃～20:30まで境内がライトアップされ、幻想的な雰囲気に。



### ▶ 永源寺 本堂

「安心室」と号し本尊の世継観音を祀っており、祈願すると子どもや跡継ぎに恵まれると伝えられている。



### ▶ 永源寺観光案内所

永源寺の総門前にあり、GWと観楓期(10月下旬～12月上旬)のみ開かれる観光案内所。

🕒 9:00～17:00  
☎ 0748-27-2020



### ▶ 日登美美術館

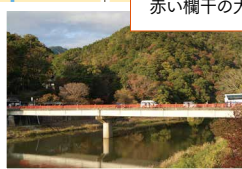
日登美株式会社の創業者・図師礼三氏のコレクションを収蔵。バーナード・リーチの作品を中心に、季節によってさまざまな美術品を展示。

🕒 11:00～17:00  
🗓 月曜日、木曜日、年末年始  
💰 大人500円、中学生以下無料(大人同伴に限る)  
☎ 0748-27-1707



### ▶ 旦度橋

愛知川にかかる赤い欄干の大橋。



### ▶ 永源寺 開山御手植の楓樹

寂室元光禅師が手ずから植えたもので、秋には重く深みのある赤色に。



### ▶ 永源寺温泉 八風の湯

日帰り入浴、食事、宿泊ができる温泉施設。愛知川の自然が一望できる露天風呂を備えているほか、お食事処では近江牛や永源寺こんにゃくなどをいただける。

🕒 10:30～22:00(最終受付21:00)  
🗓 年中無休(メンテナンス休業あり)  
💰 土日祝:中学生以上1,700円、3歳～小学生800円、3歳未満200円  
平日:中学生以上1,300円、3歳～小学生700円、3歳未満200円  
☎ 0748-27-1126



近江牛すき焼膳  
2,970円(税込)▶



約 7.5km 約 3 時間 / 約 10,000 歩

## ● 日本紅葉の名所100選に選ばれた三つの寺院 湖東三山

例年 11 月中旬の紅葉シーズンは、湖東三山をめぐるシャトルバスが運行。詳細は近江鉄道の HP をご確認ください。

### ❗ 釈迦山 百済寺



近江最古の寺院で、606年に聖徳太子が「近江の仏教拠点」の一つとして建立したとされる。本坊庭園は県内最大クラスの池泉廻遊式かつ鑑賞式庭園で、別名「天下遠望の名園」と称されている。

🕒 8:30～17:00(最終受付16:30)  
💰 高校生以上600円、中学生300円、小学生200円  
☎ 0749-46-1036

### ❗ 松峰山 金剛輪寺



本堂は鎌倉時代の代表的な和様建造物として国宝に指定。例年11月頃には境内が鮮やかな紅葉に彩られ、とくに本堂周囲と庭園内の紅葉は「血染めのもみじ」と称されるほど深紅に染まる。

🕒 8:30～17:00(最終受付16:30)  
💰 高校生以上800円、中学生300円、小学生200円  
☎ 0749-37-3211

### ❗ 龍應山 西明寺



834年、仁明天皇の勅願により三修上人が開山。本堂と三重塔は鎌倉時代の建造物で国宝に指定。二天門は室町時代の建造物で重要文化財に指定されている。

🕒 8:30～17:00(最終受付16:30)  
※12/31は15:00まで  
💰 高校生以上800円、中学生500円、小学生300円  
☎ 0749-38-4008

Sightseeing  
ひと足のばして

▼近江鉄道 HP



※営業時間や料金等は変更される場合があります。



今月も出費が多くて困っちゃうわ。  
医療費も節約できたらいいのだけど…

ジェネリックにすればお薬代が安くなるぞ。  
長期服用しているお薬は、  
とくに節約効果抜群じゃ！



それは助かるわね！  
でも、安いお薬ってなんだか心配ね…

ジェネリックが安いのは品質が劣るからではなく、  
研究開発費が先発医薬品ほどかからないからじゃ。  
**有効性や安全性は先発医薬品と同等**  
であると認められているから安心なのじゃ



令和6年10月から 先発医薬品を希望すると負担増に

10月以降、ジェネリック医薬品がある先発医薬品<sup>\*</sup>を希望する場合は、ジェネリック医薬品との差額25%にあたる金額を患者が負担することになりました。あえて先発医薬品を選ぶと、従来よりも自己負担額が高くなります。

<sup>\*</sup>対象となる先発医薬品は、ジェネリック医薬品の発売から5年以上経過した薬、またはジェネリック医薬品の使用割合が50%以上となった薬。

| 〈例〉        | 薬価   | 自己負担額（3割）    |               |
|------------|------|--------------|---------------|
|            |      | 令和6年<br>9月まで | 令和6年<br>10月から |
| 先発<br>医薬品  | 500円 | 150円         | 200円<br>50円増  |
| ジェネ<br>リック | 250円 | 75円          | 75円<br>変化なし   |

◆◆◆ 多剤服用によるポリファーマシーに気をつけて！ ◆◆◆

ポリファーマシーとは、多くの薬を服用していることで重篤な副作用を起こしたり、正しく薬がのめなくなったりしている状態のことをいいます。本来は病気を治すためのお薬も、数が増えると相互に影響し合って体へ悪影響（ふらつきやめまい、食欲低下、眠気、物忘れなど）を起こすことがあります。気になる症状がある場合は自己判断せずかかりつけの医師に相談しましょう。

ポリファーマシーを防ぐには、日ごろからかかりつけ医やかかりつけ薬局をもち、服薬情報を把握してもらうことが大切です。マイナ保険証<sup>\*</sup>やお薬手帳があると医師や薬剤師に正しい服薬情報・履歴を伝えることができます。

<sup>\*</sup>健康保険証の利用登録をしたマイナンバーカード

# お薬代節約できるジェネリック

ジェネリック医薬品（後発医薬品）は、先発医薬品の特許期間が切れた後に同じ有効成分で製造・販売されるお薬です。上手に活用すれば、お薬代を抑えることができます。



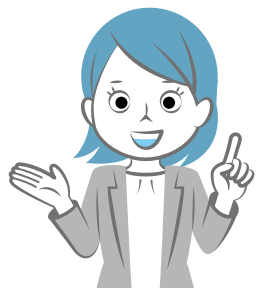
給与が変わると、

# 保険料も変わります



あれ？ 保険料が増えている？

被保険者の保険料は年1回見直され、報酬が大幅に変わったときも見直されます



保険料は給与額等と保険料率で決定します



## ▶ 健康保険料

保険料は被保険者の給与等<sup>※1</sup>をもとにした標準報酬月額<sup>※2</sup>に健保組合の保険料率<sup>※3</sup>をかけて算出します。

年3回まで支給される賞与は支給額に応じた保険料となり、年4回以上の賞与は標準報酬月額の算定対象となります。

毎月の保険料＝

**標準報酬月額<sup>※2</sup> × 保険料率<sup>※3</sup>**

賞与の保険料＝

**標準賞与額<sup>※4</sup> × 保険料率**

※1 給与、手当など被保険者が労働の対償として受けるもの。残業手当や住宅手当、通勤定期代なども含まれる

※2 被保険者が事業主から受ける毎月の給与などの報酬の月額を区切りのよい幅で区分した額。第1級の58,000円から第50級の1,390,000円の50等級に区分

※3 保険料率は健保組合の状況に応じて決定

※4 税引前の賞与総額から千円未満を切り捨てた額（年度累計額上限5,730,000円）

## ▶ 介護保険料

介護保険は市区町村が運営する制度ですが、健保組合に加入する40歳以上65歳未満の方の介護保険料は、健康保険料と一括して健保組合が徴収します。

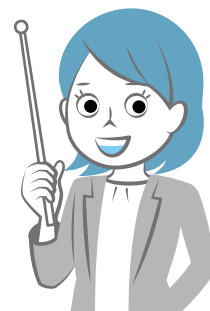
標準報酬月額を見直すのは、こんなときです

### ◀ ◀ ◀ 毎年1回の見直し ▶ ▶ ▶

#### 定時決定

毎年4～6月の給与をもとに7月1日現在で全被保険者の標準報酬が見直されます。これを定時決定といいます。

定時決定で決められた標準報酬は、9月分（10月分給与から控除）から翌年8月分まで適用されます。



### ◀ ◀ ◀ 定時決定以外の見直し ▶ ▶ ▶



#### 就職したとき 資格取得時決定

初任給等をもとに決められます。



#### 給与額が大幅に変わったとき 随時決定

昇給や降給で3カ月間の平均給与が現在の標準報酬と2等級以上変わる場合は、決め直されます。



#### 産前産後休業が終わったとき 産前産後休業終了時改定

産前産後休業が終了して職場復帰したときに、短時間勤務等により標準報酬の等級が下がった場合は、**被保険者の申し出により**決め直されます。



#### 育児休業等が終わったとき 育児休業等終了時改定

育児休業等が終わって職場復帰し、被保険者が3歳未満の子を養育しているときに、短時間勤務等により標準報酬の等級が下がった場合は、**被保険者の申し出により**決め直されます。

# 炊飯器で主菜もできちゃう ヘルシーメニュー



## ごぼうのみそつくね & さつまいもとわかめの炊き込みご飯

CHECK!

作り方の動画は  
コチラ



<http://douga.hfc.jp/imfine/ryouri/24autumn01.html>

ごぼうのみそつくね 1人分 233kcal / 食塩相当量 1.2g



材料〈2人分〉

ごぼう ----- 1/2本 (50g)  
長ねぎ ----- 1/4本 (25g)  
グリーンカール ----- 適量  
A 酒 ----- 大さじ1  
| みそ ----- 大さじ1  
鶏ひき肉 ----- 200g  
片栗粉 ----- 大さじ1

さつまいもとわかめの炊き込みご飯 1人分 369kcal / 食塩相当量 1.1g



材料〈2人分〉

米 ----- 1合 (150g)  
さつまいも ----- 1/3本 (100g)  
もち麦 ----- 大さじ2 (25g)  
B 水 ----- 1カップ  
| 酒 ----- 大さじ1/2  
| 塩 ----- 小さじ1/3  
わかめ(乾燥・カット) ----- 小さじ2 (2g)



◆料理制作 新谷 友里江（管理栄養士）

◆撮影 さくらい しょうこ

◆スタイリング 深川 あさり

## ごぼうのみそつくね & さつまいもとわかめの炊き込みご飯の作り方

- 1 ごぼうは縦半分に切り、ななめ薄切りにして水にさらし、水気を切る。長ねぎはみじん切りにする。米は洗って水気を切る。さつまいもは1cm幅の半月切りにし、水にさらして水気を切る。グリーンカールは食べやすくちぎってさっと水にさらし、水気を切る。
- 2 ボウルに **A** を入れてみそを溶かし、鶏ひき肉、ごぼう、長ねぎ、片栗粉を入れてよく練り混ぜ、6等分の円形に丸める。
- 3 炊飯器に米、もち麦、**B** を入れて混ぜ、わかめ、さつまいもを並べ、その上に **2** をのせて（右の写真参照）、炊飯する。
- 4 炊けたらつくねを取り出してご飯を軽く混ぜる。つくねはグリーンカールを添えて盛り付ける。



POINT

つくねは、お米に直接のせると、ご飯粒がくっついてしまうので、さつまいもの上にのせると、きれいに仕上がります。

## きのことアボカドの塩麴和え

1人分 67kcal / 食塩相当量 1.3g



### 材料（2人分）

しめじ ----- 1/2 パック（50g）  
 まいたけ ----- 1/2 パック（50g）  
 えのき ----- 1/2 袋（50g）  
 アボカド ----- 1/4 個（35g）  
**A** 塩麴 ----- 大さじ 1  
 酢 ----- 小さじ 1  
 にんにくのすりおろし ----- 少々

### 作り方

- 1 しめじ、まいたけは小房に分ける。えのきは長さを半分に切り、ほぐす。アボカドは一口大に切る。
- 2 しめじ、まいたけ、えのきを耐熱ボウルに入れ、ふんわりとラップをかけ、レンジ（600W）で2分加熱する。
- 3 **2** にアボカド、**A** を加えてさっと和える。



## 食物繊維をたっぷりとりヘルシー食生活のコツ

- ▶ 根菜類やきのこ類、海藻類などは食物繊維が豊富。根菜類のきんぴらや、きのこ類や海藻類のおひたしなどを、作りおきしておくに便利。
- ▶ みそ汁は野菜やきのこ類、海藻類などを入れて具だくさんに。
- ▶ お米にもち麦や雑穀を加えて炊くと食物繊維が増加。

### メリット

- ✓ 腸内環境を整えて便通を改善し、免疫力をアップ。
- ✓ コレステロールの排出を促進。
- ✓ 糖の吸収を遅くして血糖値の急激な上昇を抑えるため、糖尿病の予防・改善に効果的。

### 炊飯器調理のコツ

- 肉やごぼうなどの旨味のある食材をご飯と一緒に炊くことで、旨味がご飯に染み込んで、風味豊かな炊き込みご飯になります。

⚠ オープンシートやアルミホイルを使うと、蒸気口をふさいでしまう恐れがあるので、絶対に使わないようにしましょう。

# 「資格情報のお知らせ」をお届けしています

保険証の廃止後も安心して保険診療を受けていただけるよう、2024年10月までにすべての加入者に対し「資格情報のお知らせ」を交付しています。

届いたら…

**マイナンバーの下4桁に** 間違いがないかをご確認ください。  
▶記載内容に誤りがある場合は、健保組合にご連絡ください。

こんなときに使います

## 医療機関の受診に

マイナ保険証を利用できない医療機関への受診に、マイナンバーカードとセットで提示すると保険診療が受けられます。

## 健保組合への給付金等の申請に

各種給付金を申請するときに必要な健康保険の「記号・番号」が確認できます。

**SAMPLE**

資格情報のお知らせ (交付番号: 0000000000 (保険者番号))

あなたの加入する健康保険の資格情報を下記のとおりお知らせします。  
なお、このお知らせのみでは受診できません。

|                  |          |    |                     |
|------------------|----------|----|---------------------|
| 記号               | 000      | 番号 | 0000000000 (枝番: 00) |
| 氏名               | 健康 太郎    |    |                     |
| フリガナ             | タロウ ケン   |    |                     |
| 負担割合 (70歳以上のみ記載) | 〇割       |    |                     |
| 適用開始年月日          | 令和〇年〇月〇日 |    |                     |
| 交付年月日            | 令和〇年〇月〇日 |    |                     |

※70歳以上の場合は、負担割合の交付が義務付けられ、適用開始年月日、適用終了年月日の記載があります。  
スマートフォンをお持ちの方は、以下のQRコードからマイナポータルにログインすることで、ご自身の健康保険の資格情報を確認することができます。ぜひご利用ください。

マイナポータルへのアクセス・ダウンロードはこちら



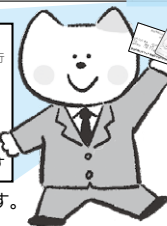
マイナ保険証の読み取りができない場合については、スマートフォンの資格情報画面をマイナ保険証とともに医療機関等の受付で提示することで受診いただけます。スマートフォンをお持ちでない方は、この文書をマイナ保険証とともに医療機関等の受付で提示することで受診いただけます。

\*\*\*\*\* 12344

下欄(裏面)に貼ってご提示いただくこともできます  
(このお知らせのみでは受診できません)

資格情報のお知らせ  
令和〇年〇月〇日発行  
(交付番号)  
(保険者番号)  
記号 000 番号 0000000000 (枝番: 00)  
氏名 健康 太郎  
負担割合 〇割 (70歳以上のみ記載)  
受診の際にはマイナ保険証が合わせて必要です

資格情報のお知らせ  
令和〇年〇月〇日発行  
(交付番号)  
(保険者番号)  
記号 000 番号 0000000000 (枝番: 00)  
氏名 健康 太郎  
負担割合 〇割 (70歳以上のみ記載)  
受診の際にはマイナ保険証が合わせて必要です



切り取って  
マイナンバー  
カードと一緒に  
携帯してね

※様式が異なる場合があります。

## マイナポータルをご活用ください



紙を持ち  
歩かなくて  
いいよ



▲医療保険の資格情報 (PDF)

スマートフォンのアプリ「マイナポータル」から、資格情報 (PDF) をダウンロードできます。このPDF画面をマイナンバーカードと一緒に提示すると「資格情報のお知らせ」がなくても、保険診療を受けることができます。

## 操作方法

マイナポータル (ログイン)  
▶ 健康保険証 ▶ 端末に保存

## マイナポータルとは

健康医療や子育て、介護、税金などの各種行政手続きがワンストップで行える政府が運営するオンラインサービス。ご自身の薬の情報や特定健診結果を確認することもできます。



必ず会社に  
マイナンバーを  
提出してください

マイナンバーが健保組合に未提出だったり、間違って提出されていたりすると、マイナ保険証によるオンライン資格確認ができません。  
就職・転職されたときは、ご家族の分も含め、番号の間違いがないよう、正確に速やかに事業主へマイナンバーをご提出いただくようお願いいたします。

## マイナ 保険証の 作り方

## 1 マイナンバーカード を申請

申請方法は  
ココを見てね!

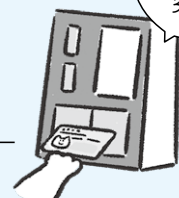


マイナンバー  
カードを  
受け取ったら…



## 2 保険証 利用登録

病院などに行ったときに、  
カードリーダーにマイナンバー  
カードを入れて登録



登録は  
たった  
30秒!

## 日ごろの行動と予防接種で

# インフルエンザを防ごう

冬になると流行するインフルエンザ。高熱や関節痛を伴うなど、激しい症状が特徴です。

日ごろから予防を心がけ、流行する前に予防接種を受けておきましょう。

### 日ごろの行動

こんな場所で  
うつりそう。

飛沫感染

満員電車や学校、  
繁華街など

接触感染

電車やバスのつり革、  
スイッチなど

オフィスで  
おにぎりを食べる手

つり革にも  
ウイルスが  
いっぱい

オフィスの  
スイッチ等

満員電車でくしゃみ

予防には…

正しい手洗い

湿度50~60%

オフィスで  
適切な湿度

十分な休養と  
栄養バランス

人混みなどへの  
外出を避ける

### 予防接種を受けましょう

インフルエンザ予防接種をすれば、絶対インフルエンザにかからない、というものではありませんが、発熱やのどの痛み等の発病の予防や、発病しても重症化や死亡を予防する一定の効果があります。

また流行が予測されるインフルエンザウイルスは毎年変わります。前年に予防接種を受けた方も、改めて今年の予防接種を受けましょう。

インフルエンザワクチン株 ※流行を予測して選定されます。

#### ● 2024/2025 冬シーズン

- ・ A/Victoria (ビクトリア) /4897/2022 (IVR-238) (H1N1)
- ・ A/California (カリフォルニア) /122/2022 (SAN-022) (H3N2)
- ・ B/Phuket (プーケット) /3073/2013 (山形系統)
- ・ B/Austria (オーストリア) /1359417/2021 (BVR-26) (ビクトリア系統)

#### 重症化する危険性が高い人



幼児



高齢者



妊娠中の女性



慢性心疾患

喘息



慢性閉塞性肺疾患  
(COPD)



糖尿病など  
代謝性疾患

…などの持病のある人

当健保組合では、インフルエンザ予防接種補助事業を行っています。ぜひご利用ください。  
申込方法は次のページ（裏表紙）をご参照ください。

## 被扶養者資格の再確認調査にご協力いただきありがとうございました

被扶養者資格の再確認調査につきましては、事業主、事務担当者、被保険者の皆様のご協力により終了いたしました。紙面をお借りして厚く御礼申し上げます。

なお、被扶養者が就職し社会保険に加入した場合や年間収入が130万円以上見込まれる場合など、被扶養者として認定される条件に該当しなくなった場合は、5日以内に扶養からはずす手続きが必要です。随時、事業主を通じて手続きをお願いします。適正な扶養認定により健康保険組合が負担する高齢者医療制度のかかる支援金や納付金等への節減へとつながり、その結果として保険料負担の軽減にもつながります。皆様の保険料負担にも影響しますので、必ず届け出をしていただきますようお願いいたします。

ご理解とご協力をお願いいたします。

## 10月分給与から新標準報酬月額が適用されます

皆様から毎月納めていただいております保険料は、被保険者の実際の報酬と現在適用されている標準報酬月額との間に大きな差が出ないように、毎年1回、4月・5月・6月の3か月間に支払われた給与の平均月額に基づき、9月に標準報酬月額が決め直され、標準報酬月額等級が決定されます。これを定時決定といいます。

また、昇（降）給など固定的賃金の変動にともなって前の標準報酬月額等級より2等級以上の差が出たときは、定時決定を待たずに標準報酬月額が改定されます。これを随時改定といいます。たとえば、8月に随時改定の行われた人は、8月から保険料（9月分給与から控除）が改定されております。（介護保険料も同様）

なお、9月からの新しい標準報酬月額で納めていただく保険料は、10月分給与から控除されることになります。

本紙11頁に詳しい記事を掲載しておりますので、あわせてお読みください。

## インフルエンザ予防接種を受けましょう！

今年もインフルエンザ予防接種費用補助事業を下記のとおり実施します。

**インフルエンザは、予防接種により重症化を予防することが可能とされています。**

特に冬場は人の混雑する場所ではインフルエンザに感染するリスクも高いと考えられます。

また、新型コロナウイルスとインフルエンザの混合感染が認められており、インフルエンザとの合併症例は重症化したという報告もあります。

今年の冬も、新型コロナウイルスとインフルエンザの同時流行を防ぐために、インフルエンザ予防接種を受けましょう。

なお、持病のある方等については、かかりつけ医とご相談ください。（本誌15頁に関連記事がございます）

また、インフルエンザの予防接種を受けても発症を防げるわけではありません。

感染予防のためにも、マスクの着用、手洗いを心がけましょう。

## 記

①対象実施期間：10月1日～翌年1月31日までに受けた予防接種

②補助対象者：予防接種の日に、被保険者資格のある被保険者とその家族（被扶養認定者）

③補助額：1人当たり2,000円を限度に年1回補助します。

なお、生後6か月から13歳未満の子供では2回接種が勧められていることから、2回接種法による場合は2回を1回とみなし、補助することといたします。

※予防接種法に定めるところにより市区町村から補助を受けている方（65歳以上等）を除く

④申請方法：すでにご案内のとおり「インフルエンザ予防接種補助金申請書」に必要事項を記入のうえ、領収書の原本（インフルエンザ予防接種と明記したもの）を添付し、事業所を経由して提出してください。

また、2回接種者は2回分の領収書又は2回分と判断できる領収書を添付し、2月末日までに2回分を一度にまとめて提出くださるよう、ご協力の程よろしくお願いいたします。

なお、ご不明な点は健保組合までお問い合わせください。

## 常備薬の斡旋事業

当健康保険組合では、みなさんの健康で豊かな生活をサポートするとともに医療費節減を目的として、昨年同様に「常備薬の斡旋事業」を実施することとしました。

組合員のみなさんがご家庭でちょっとしたけがや病気をされたときなど、優良医薬品等を常備して日常の健康管理や応急の対応に備えていただけるよう、できるだけ廉価で提供しておりますので、この機会にご利用いただき、疾病予防にお役立ていただければと思います。

詳細につきましては、別添のチラシを参照ください。

## 当健康保険組合のホームページをご利用ください

各種申請用紙もこちらから印刷できます。

埼玉しんきん健康保険組合ホームページ <http://www.saitamasinkinkenpohp.jp/>



## 当健康保険組合の現況（令和6年8月31日現在）

|         |                      |           |                         |
|---------|----------------------|-----------|-------------------------|
| ■被保険者   | 1,500人（男897人・女603人）  | ■扶養率      | 0.71                    |
| ■被扶養者   | 1,058人               | ■被保険者平均年齢 | 43.10歳（男45.94歳・女38.86歳） |
| ■前期高齢者数 | 73人（被保険者53人・被扶養者20人） | ■平均標準報酬月額 | 344,387円                |

# 家庭用常備薬品等が、**お得な価格**でお 買い求めいただけます！



(株)アーテム公式キャラクター  
イブッキー

## 特徴その①：特納品

- ・疾病予防対策の一環として、健康保険組合等の各種団体で、各組合員に**特別に限定販売されている医薬品**（※市販はされていません）
- ・市場販売されている商品よりも**安価**
- ・**国内の医薬品メーカー**が製造
- ・一般市販品と**同等の効能効果**（※パッケージや容量等が異なります）



「特」の文字  
が目印です

## 特徴その②：セルフメディケーション税制

健康の維持増進及び疾病の予防への取組として、

- ・**一定の取組（定期健康診断 等）**を行う個人が、
- ・**平成29年1月1日以降に、**
- ・**自己または自己と生計を一にする配偶者その他親族**に係る、
- ・**一定のスイッチOTC医薬品**（要指導医薬品及び一般用医薬品のうち、医療用から転用された医薬品）の購入の対価を支払った場合において、
- ・その年中に支払ったその対価の額の**合計額が1万2千円を超えるとき、**  
その超える部分の金額について、**その年分の総所得金額等から控除する制度**のこと。



- (例) 本特例措置を利用した場合…
- ・対象者：課税所得400万円の者
  - ・商品：対象商品20,000円購入  
⇒8,000円が課税所得から控除



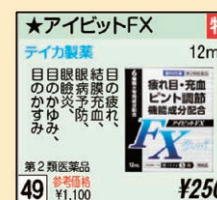
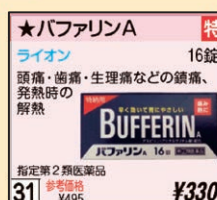
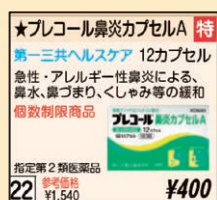
対象商品の一部は、マークでも  
識別可能

「★」の文字  
が目印です



※参照（厚生労働省HPより）：<https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000124853.html>

## 特徴その③：商品一例



その他にも多数のお得な商品をご掲載しております！

上記の商品および制度を、  
皆様の健康増進の一助として、  
ご活用ください。

<https://www.atem-selfmedication.jp>

Webでのお申  
込みは、こち  
らのQRコード  
からご利用  
いただけます。



お問合わせ先（委託業者）

株式会社アーテム  
東京都江東区亀戸1丁目38番4号 朝日生命江東ビル7  
階  
電話：03-6659-5705  
営業時間：9:00～17:30（土・日・祝日を除く）

# 家庭用常備薬品等の斡旋事業について

日頃の運営について何かとご協力をいただきましてありがとうございます。

このたび、皆様方の疾病予防や健康管理の一助にさせていただきたく、家庭用常備薬品等を特別価格にて斡旋いたします。各家庭でのちょっとした怪我や、軽い疾病等早期治療の一助としてご利用ください。

ご希望の方は、下記要領にてお申込みください。

## 申込方法

### ● 郵送でお申込みの場合

『申込書』に必要事項をご記入のうえ、キリトリ線に沿って切り離し、のりしろ部分を張り付け、封筒に組み立ててポストに投函してください。(切手は不要です)

### ● FAXでお申込みの場合

『申込書』に必要事項をご記入のうえ、キリトリ線に沿って切り離し、FAXしてください。

### ● Webでお申込みの場合

URL : <https://www.atem-selfmedication.jp/>へアクセスし、認証を行ってください。

認証には、お得意先コード 21038

お得意先パスワード **saitamashinkin** が必要です。

(ともに半角・小文字)

Webには、カタログに掲載商品を含め、500品以上が掲載されています。

Webでのお申込みはこちらからもご利用いただけます。



## 支払方法

商品到着後、同梱されている払込取扱票で、コンビニエンスストアにて1週間以内に必ずお支払いください。

※Webからのお申込みの場合は、クレジット決済も可能です。

## 送 料

購入価格3,500円以上⇒無料

購入価格3,500円未満⇒550円の送料をご負担いただきます。

## 納品方法

申込受付後、順次ご指定のお届け先に送付致します。(受付後約2〜3週間)

## 注意事項

※薬機法により、濫用等のおそれのある医薬品に該当する下記商品は原則一人1個の販売となります。2個以上を希望する場合は、申込書に記載の理由に該当する場合のみの販売となり、それ以外の理由では販売できません。なお、お申込みは他の薬店等で同時購入のない方に限ります。

対象商品：No.1〜6の中で2個以上（同一商品を2個以上、異なった商品例えばNo.1を1個とNo.2を1個など合計が2個以上も対象となります）、No.14 プレコールせき止め錠A、No.22 プレコール鼻炎カプセルAが2個以上

【必ず申込書の理由欄にチェックを入れてください】

※ **セルフメディケーション税制**

詳細は厚生労働省または国税庁のホームページにてご確認ください。

## 医薬品をお申込みの方は

株式会社アーテム ホームページ (<https://a-tem.jp>) の検索システムで購入する医薬品の使用上の注意などを確認してください。



医薬品検索システムはこちらからもご利用いただけます。

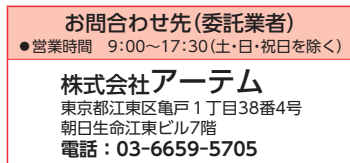
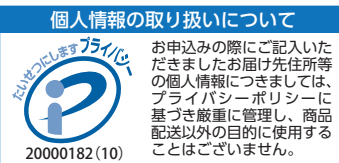
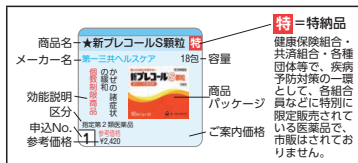


## 必ずお読みください

※より安全にご使用いただくために、申込欄に記載しております【使用者の状態等の確認事項】について、差し支えない範囲でお知らせください。ご記入いただいた内容を専門家が確認のうえ、より安全にご使用いただけるよう適切に対応いたします。

※指定第2類医薬品は、使用者の状態等により重篤な副作用が生じる可能性があり、特に注意を要する医薬品です。使用上の注意の「してはいけないこと」を必ずお読みいただくこと及びその医薬品の使用について薬剤師又は登録販売者に相談することを行ってください。お薬のご質問・ご相談は、【お薬相談専用窓口 0120-191-195、または E-mail:kusurisoudan@a-tem.jp】までご連絡ください。薬剤師または登録販売者が対応いたします。

●お申込みの際、ご記入もれがないかご確認ください。お客様のご都合による返品・交換につきましては送料等はお客様ご負担となります。 ●商品開封後の返品は一切お受けできませんのでご了承ください。 ●予告なく容量・パッケージ等の変更がありますのでご了承ください。 ●万一商品の品切れの際はご了承ください。 ●斡旋価格には消費税が含まれております。



## 店舗の管理及び運営に関する事項

- 許可の区分 店舗販売業
- 許可証記載事項  
名称:株式会社アーテム  
許可番号:第21V00004号  
所在地:大阪市生野区巽南5丁目5番13号  
有効期間:令和3年5月1日〜令和9年4月30日  
所管自治体:大阪市
- 管理者名:鎌ヶ江官子
- 勤務する薬剤師及び登録販売者の氏名及び担当業務  
薬剤師:鎌ヶ江官子(管理・監督)  
登録販売者:上向孝、西河裕美子、石川真弓(店舗販売業務全般)
- 取り扱う医薬品の区分  
第1類医薬品、第2類医薬品、指定第2類医薬品、第3類医薬品
- 勤務者の区分 名札により区別及び薬剤師は白色の白衣、登録販売者は青色の白衣を着用
- 営業時間:9:00〜17:30(土・日・祝日及び年末年始を除く)、購入の申込みに関し時間外受付あり、営業時間外で相談できる時間はありません
- 相談及び緊急時の連絡先:06-6795-7255、相談専用0120-732-221

## 要指導医薬品及び一般用医薬品の販売制度に関する事項

- 要指導医薬品、第1類医薬品、第2類医薬品及び第3類医薬品の定義並びに解説  
※要指導医薬品:副作用等により日常生活に支障を来す程度の健康被害が生ずるおそれがある医薬品のうち、その使用に特に注意が必要で、新しく市販された成分等を含むもの:スイッチ直後品目、劇薬、毒薬等が該当します。
- 第1類医薬品:その副作用等により日常生活に支障をきたす程度の健康被害が生ずるおそれがある医薬品のうちその使用に特に注意が必要なものの(特にリスクが高い医薬品)
- 第2類医薬品:その副作用等により日常生活に支障をきたす程度の健康被害が生ずるおそれがあるものの(比較的高いリスクが高い医薬品)
- ※指定第2類医薬品は、第2類医薬品のうち特に注意を要するもの
- ※第3類医薬品:日常生活に支障を来す程度ではないが、身体の体調・不調が起こるおそれのある成分を含むもの

- 医薬品のリスク区分の表示に関する解説  
【要指導医薬品】 【第1類医薬品】 【第2類医薬品】 【第3類医薬品】、指定第2類医薬品は【第2類医薬品】または【第2類医薬品】とパッケージ及び添付文書に表示
- 医薬品のリスク区分の情報提供及び指導に関する解説  
※要指導医薬品は薬剤師が対面により書面による情報提供並びに薬学的知見による指導を行う  
※第1類医薬品は薬剤師が書面(又は電磁的記録の表示)をもって行う  
※第2類医薬品は必要に応じて薬剤師または登録販売者が書面(又は電磁的記録の表示)をもって行う  
※第3類医薬品は必要に応じて薬剤師または登録販売者が書面(又は電磁的記録の表示)をもって行う
- 要指導医薬品、第1類医薬品の陳列等に関する解説  
情報提供力カウンター背面の鍵のかかる陳列設備に陳列
- 指定第2類医薬品の陳列等に関する解説  
情報提供力カウンター下部の鍵のかかる陳列設備に陳列
- 指定第2類医薬品を購入又は譲り受けようとする場合はその禁忌を確認すること及び使用について薬剤師又は登録販売者に相談することをお勧めします
- 一般用医薬品の陳列に関する解説  
※第2類医薬品、第3類医薬品はリスク区分ごとに陳列
- 医薬品による健康被害の救済に関する制度に関する解説  
医薬品(病院、診療所で投与されたもののほか)に薬局で購入したものも含まれます。)を適正に使用したにもかかわらず、副作用によって一定レベル以上の健康被害が生じた場合に、医療費などの給付が行われる制度です  
相談窓口:独立行政法人 医薬品医療機器総合機構 0120-149-931
- 個人情報の適正な取り扱いを確保するための措置  
ご提供いただいた個人情報、個人情報保護法で定められた管理方法に則り、法令順守及び安全な取扱いを行います
- その他 必要な事項  
許可権者:大阪市業務指導グループ 06-6208-9986

## 特定販売に関する事項

- 店舗の主要な外観の写真
- 一般用医薬品の陳列の状況を示す写真  
指定第2類医薬品陳列棚
- 第2類医薬品、第3類医薬品陳列棚
- 現在勤務している薬剤師又は登録販売者の別及びその氏名  
薬剤師:鎌ヶ江官子  
登録販売者:上向孝、西河裕美子、石川真弓
- 開店時間及び特定販売を行う時間は同じです
- 特定販売を行う一般用医薬品の使用期限  
使用期限が1年以上の医薬品を販売いたします

※十分な数量を確保しておりますが、社会情勢等に伴いお申込みをキャンセルさせていただく場合がございます。予めご了承ください。

かぜの諸症状の  
緩和など



★新プレコールS顆粒 **特**

第一三共ヘルスケア 18包  
かぜの諸症状の緩和  
指定第2類医薬品  
1 参考価格 ¥2,420 **¥490**

★パブロンゴールドA微粒

大正製薬 28包  
かぜの諸症状の緩和  
指定第2類医薬品  
2 参考価格 ¥2,057 **¥1,390**

★プレコールかぜ薬錠 **特**

第一三共ヘルスケア 60錠  
かぜの諸症状の緩和  
指定第2類医薬品  
3 参考価格 ¥2,200 **¥630**

★パブロンS錠

大正製薬 75錠  
かぜの諸症状の緩和  
指定第2類医薬品  
4 参考価格 ¥1,320 **¥890**

★パブロンSゴールドW錠

大正製薬 30錠  
かぜの諸症状の緩和  
指定第2類医薬品  
5 参考価格 ¥1,694 **¥1,350**

★エスタック総合感冒

エスエス製薬 100錠  
かぜの諸症状の緩和  
指定第2類医薬品  
6 参考価格 オープン **¥990**

★バイロンPL錠Pro

シオノギヘルスケア 36錠  
かぜの諸症状の緩和  
指定第2類医薬品  
7 参考価格 ¥2,508 **¥2,260**

★パブロン50

大正製薬 48錠  
かぜの諸症状の緩和  
第2類医薬品  
8 参考価格 ¥1,694 **¥1,220**

★シオノギ葛根湯エキス顆粒 **特**

シオノギヘルスケア 12包  
頭痛・肩こり・鼻かぜ・鼻炎・せき・たん  
第2類医薬品  
9 参考価格 ¥1,430 **¥500**

★葛根湯エキス顆粒クラシエ **特**

クラシエ薬品 12包  
頭痛・肩こり・鼻かぜ・鼻炎・せき・たん  
第2類医薬品  
10 参考価格 ¥1,980 **¥650**

★葛根湯エキス錠クラシエ **特**

クラシエ薬品 50錠(パウチ包装)  
頭痛・肩こり・鼻かぜ・鼻炎・せき・たん  
第2類医薬品  
11 参考価格 ¥1,540 **¥660**

★葛根湯内服液「カッコリン」

萬金薬品工業 30ml×3本入  
頭痛・肩こり・鼻かぜ・鼻炎・せき・たん  
第2類医薬品  
12 参考価格 ¥1,485 **¥460**

のどの不快感、  
口腔内の殺菌・消毒



★浅田飴クールS **特**

浅田飴 24錠  
せき・たん・のどの炎症による声のかれのどの痛み・のどのほれ  
指定第2類医薬品  
13 参考価格 ¥473 **¥320**

★プレコールせき止め錠A **特**

第一三共ヘルスケア 40錠  
せき・たん  
第2類医薬品  
14 参考価格 ¥1,870 **¥850**

★パブロンせき止めトリプル錠

大正製薬 32錠  
せき・たん  
第2類医薬品  
15 参考価格 ¥1,958 **¥1,580**

うがい薬コロロSP **特**

サラヤ 50ml(コップ付)  
消毒・殺菌・口腔内の殺菌・消毒  
第2類医薬品  
16 参考価格 ¥682 **¥280**

健栄うがい薬

健栄製薬 120ml  
のど・口腔内の殺菌・消毒・口臭の除去  
第3類医薬品  
17 参考価格 ¥1,188 **¥830**

新ルルエースのどスプレーa **特**

第一三共ヘルスケア 30ml  
はのどの痛み  
第3類医薬品  
18 参考価格 ¥1,650 **¥630**

ペラックT錠

第一三共ヘルスケア 18錠  
のど・口腔内の殺菌・消毒・口臭の除去  
第3類医薬品  
19 参考価格 ¥1,320 **¥1,070**

新ルルエーストローチs **特**

第一三共ヘルスケア 12錠  
のど・口腔内の殺菌・消毒・口臭の除去  
指定医薬部外品  
20 参考価格 ¥748 **¥300**

健栄Gトローチ

健栄製薬 18個  
のど・口腔内の殺菌・消毒・口臭の除去  
指定医薬部外品  
21 参考価格 オープン **¥300**

鼻水・鼻づまりに



★プレコール鼻炎カプセルA **特**

第一三共ヘルスケア 12カプセル  
急性・アレルギー性鼻炎による、鼻水、鼻づまり、くしゃみ等の緩和  
第2類医薬品  
22 参考価格 ¥1,540 **¥400**

★アレルビ

皇漢堂 28錠  
花粉・ハウスダストなどによる鼻のアレルギー症状の緩和  
第2類医薬品  
23 参考価格 オープン **¥950**

★フェキソフェナジン錠「ST」a

グロー薬品工業 30錠  
花粉・ハウスダストなどによる鼻のアレルギー症状の緩和  
第2類医薬品  
24 参考価格 ¥1,628 **¥690**

★アレジオン20

エスエス製薬 12錠  
花粉・ハウスダストなどによる鼻のアレルギー症状の緩和  
第2類医薬品  
25 参考価格 オープン **¥1,650**

★ボジナールEP錠 **特**

テイカ製薬 20錠  
花粉・ハウスダストなどによる鼻のアレルギー症状の緩和  
第2類医薬品  
26 参考価格 ¥2,200 **¥1,380**

★ストナリニ・サット

佐藤製薬 12錠  
急性・アレルギー性鼻炎による、鼻水、鼻づまり、くしゃみ等の緩和  
第2類医薬品  
27 参考価格 ¥1,100 **¥440**

★小青竜湯エキス顆粒A

御所薬舗 12包  
アレルギー性鼻炎、花粉症による鼻水、鼻づまり、くしゃみ等の緩和  
第2類医薬品  
28 参考価格 ¥1,320 **¥660**

★爽AL点鼻薬a **特**

第一三共ヘルスケア 16ml  
アレルギー性鼻炎、花粉症による鼻水、鼻づまり、くしゃみ等の緩和  
第2類医薬品  
29 参考価格 ¥1,408 **¥400**

頭痛・歯痛・生理痛・乗物酔い



★新セデス錠 **特**

シオノギヘルスケア 10錠  
頭痛・歯痛・生理痛などの鎮痛、発熱時の解熱  
指定第2類医薬品  
30 参考価格 ¥770 **¥270**

★バファリンA **特**

ライオン 16錠  
頭痛・歯痛・生理痛などの鎮痛、発熱時の解熱  
指定第2類医薬品  
31 参考価格 ¥495 **¥330**

★バファリンプレミアムDX

ライオン 20錠  
頭痛・生理痛・腰痛などの鎮痛、発熱時の解熱  
指定第2類医薬品  
32 参考価格 ¥1,188 **¥980**

★イブA錠

エスエス製薬 24錠  
生理痛・頭痛・腰痛などの鎮痛、発熱時の解熱  
指定第2類医薬品  
33 参考価格 オープン **¥490**

★イブクイック頭痛薬

エスエス製薬 20錠  
頭痛・歯痛・生理痛などの鎮痛、発熱時の解熱  
指定第2類医薬品  
34 参考価格 オープン **¥790**

★イブスリーショットプレミアム

エスエス製薬 60錠  
時の肩痛・頭痛・歯痛・生理痛などの鎮痛、発熱時の解熱  
指定第2類医薬品  
35 参考価格 オープン **¥1,980**

アネロン「ニスキャップ」

エスエス製薬 10カプセル  
嘔吐・吐瀉・下痢・腹痛・頭痛・歯痛・生理痛などの鎮痛、発熱時の解熱  
指定第2類医薬品  
36 参考価格 オープン **¥990**

胃もたれ・下痢・整腸に



第一三共胃腸薬錠剤s **特**

第一三共ヘルスケア 50錠  
胸やけ、胃もたれ、食欲不振、食後嘔吐、飲みすぎ、胸つかえ  
第2類医薬品  
37 参考価格 ¥770 **¥410**

新キャベジンコーワS **特**

興和 110錠  
胃もたれ、胸やけ、食欲不振、食後嘔吐、飲みすぎ、胸つかえ  
第2類医薬品  
38 参考価格 ¥935 **¥760**

第一三共胃腸薬細粒s **特**

第一三共ヘルスケア 12包  
胸やけ、胃もたれ、食欲不振、食後嘔吐、飲みすぎ、胸つかえ  
第2類医薬品  
39 参考価格 ¥770 **¥370**

スクラート胃腸薬(顆粒)

ライオン 12包  
胃もたれ、胸やけ、食欲不振、食後嘔吐、飲みすぎ、胸つかえ  
第2類医薬品  
40 参考価格 ¥1,045 **¥610**

太田胃散<分包>

太田胃散 16包  
胃もたれ、胸やけ、食欲不振、食後嘔吐、飲みすぎ、胸つかえ  
第2類医薬品  
41 参考価格 ¥649 **¥360**

大正漢方胃腸薬

大正製薬 20包  
胃もたれ、胸やけ、食欲不振、食後嘔吐、飲みすぎ、胸つかえ  
第2類医薬品  
42 参考価格 ¥1,755 **¥1,230**

正露丸 **特**

大幸薬品 50粒  
胃もたれ、胸やけ、食欲不振、食後嘔吐、飲みすぎ、胸つかえ  
第2類医薬品  
43 参考価格 ¥539 **¥290**

ストッパ 下痢止めEX **特**

ライオン 6錠  
腹痛を伴う下痢、下痢、消化不良による下痢  
第2類医薬品  
44 参考価格 ¥638 **¥460**

クラシエ和漢胃腸薬G **特**

クラシエ薬品 27錠  
胃腸過多、胸やけ、胃部不快感、胃部膨満感、もたれ、胃重、胸つかえ、げっぷ  
第3類医薬品  
45 参考価格 ¥1,045 **¥360**

新ビオフェルミンS錠

大正製薬 350錠  
便秘・腹痛・下痢・嘔吐・食欲不振・消化不良  
指定医薬部外品  
46 参考価格 ¥2,602 **¥2,150**

ヤクルトBL整腸薬

ヤクルト 36包  
便秘・腹痛・下痢・嘔吐・食欲不振・消化不良  
指定医薬部外品  
47 参考価格 ¥2,497 **¥1,820**

目の疲れ・眼病予防に



★爽AL目薬 **特**

第一三共ヘルスケア 16ml  
目の疲れ・眼病予防に  
第2類医薬品  
48 参考価格 ¥1,738 **¥240**

## スマイル40ゴールドコンタクトクール

ライオン 13ml

目の疲れ、目の  
かすみ、ソフト・  
ハードコンタ  
クトレンズ装着時  
の不快感、眼病  
予防

第3類医薬品

**54** 参考価格  
¥770

**¥560**

\_\_\_\_\_

肩こりに伴う  
肩の痛み、腰  
痛、筋肉痛、関  
節痛、腱鞘炎

第2類医薬品

新・速・ひで  
痛みど  
バツバ  
液  
速感速効

www.kobayashi-pharm.co.jp  
03-5561-8001

プリザエース軟膏

**大正製薬** 10g

きれ痔・いぼ痔の痛み、出血・はれ・かゆみの緩和及び消毒



指定第2類医薬品

**64** 参考価格 ¥1,331 **¥860**

メンソレータム軟膏

**第3類医薬品**

あひび、  
かき、  
ゆもや  
みぎけ、

参考価格  
**¥748**

**¥240**

フキロ、防水散各紗

**マキロン 防水救急絆**  
**第一三共ヘルスケア 2サイズ50枚**  
**M S** 蒸れにくい  
**1912** 水に強く  
**××**  
**7253**  
**mm mm**  
**3020**  
**枚枚**  
**一般医療機器**  
**76** 参考価格 ¥748  
**¥280**



★△ES

池田模範堂

虫さされ、かゆみ、しっしん、  
かぶれ、じんましん

 かゆみ・かぶれ・虫さされ

 新3特区薬品

第3類医薬品

81 参考価格  
オープン

¥160

自由火

## 口内炎

命の母A

**小林製薬**

更年期障害、  
のぼせ、生理  
不順・異常、肩  
こり、冷え性、  
めまい

第2類医薬品

**90** 参考価格  
¥3,146

420錠



**命の母**  
更年期の症状に  
効果的！  
● 自律神経を整える  
● 血行を促進する  
● 骨密度を増加させる  
● 更年期の症状を  
軽減する

**¥2,350**

知能の創生

**小林製薬**

メラニンの  
生成を抑え、  
しみ、そばか  
すを防ぐ

医薬部外品

**96** 参考価格  
¥1,980

**¥1,280**

|                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                        |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>クリラボ</b> マイクロニードルパッチ<br/><b>大正製薬</b> 6枚入</p> <p>気になる部位に貼るだけで針状ヒアルロン酸がお肌の角質層まで直接浸透する、シート状美容液</p> <p>化粧品<br/>97 参考価格 ¥2,970 <b>\$2,780</b></p>                                    | <p><b>睡眠・リラックス</b></p> <p>スリープフルーツ</p> <p>効果風呂ゆず 1kg<br/>ヘルス<br/>の爽め果口温薬香かい疲のマ浴用なでマ浴用なで入浴剤、ぬる相果と入浴剤、ゆへを乗と入浴剤、た効力</p> <p>医薬部外品<br/>98 参考価格 ¥1,320 <b>\$560</b></p> | <p><b>ぐつすりやすみテーブ</b><br/><b>ココイ</b> 24枚入</p> <p>の燥の導鼻軽や口し呼吸減、喉就吸びの寝に乾時誘</p> <p>その他<br/>99 参考価格 オープン <b>\$250</b></p>                                     | <p><b>休足時間</b><br/><b>ライオン</b> 6枚入</p> <p>やくも長時間か間皮ふ使用膚れにし</p> <p>その他<br/>100 参考価格 ¥528 <b>\$400</b></p>                                                | <p><b>はみがき剤・マウスウォッシュ・歯ブラシ</b></p> <p>スリムアップ</p>                                                                                                          |                                                                                                                                                                        |
| <p><b>アセス</b><br/><b>佐藤製薬</b> 120g</p> <p>歯肉炎、歯槽膿漏の諸症状の緩和</p> <p>第3類医薬品<br/>101 参考価格 ¥1,716 <b>\$980</b></p>                                                                          | <p><b>クリーンデンタルF</b> 特<br/><b>第一三共ヘルスケア</b> 50g</p> <p>歯槽膿漏・歯肉炎・歯石沈着の予防に</p> <p>医薬部外品<br/>102 参考価格 ¥1,012 <b>\$420</b></p>                                         | <p><b>クリーンデンタルFセット</b> 特<br/><b>第一三共ヘルスケア</b> 2Pセット</p> <p>クリーンデンタルF50g×2、歯ブラシ2本</p> <p>医薬部外品<br/>103 参考価格 ¥2,464 <b>\$950</b></p>                       | <p><b>シルクスターホワイトEX</b> 特<br/><b>(エクストラミント)</b></p> <p><b>第一三共ヘルスケア</b> 50g</p> <p>つややかな白い歯に、歯石の沈着防止</p> <p>医薬部外品<br/>104 参考価格 ¥1,012 <b>\$480</b></p>   | <p><b>薬用APホワイト【リフレッシュメント】</b><br/><b>サンスター</b> 110g</p> <p>白い歯・美しい口もためのトータルケアハミガキ</p> <p>医薬部外品<br/>106 参考価格 ¥1,078 <b>\$450</b></p>                      | <p><b>ガンデンタルペースト</b><br/><b>サンスター</b> 120g</p> <p>と果抗菌歯肉口のいし歯臭にて、病を歯より症を病効を殺</p> <p>医薬部外品<br/>105 参考価格 ¥418 <b>\$300</b></p>                                           |
| <p><b>ガン歯周プロケアペースト</b><br/><b>サンスター</b> 90g</p> <p>予し側歯防てからきを歯強く病内</p> <p>医薬部外品<br/>107 参考価格 ¥770 <b>\$640</b></p>                                                                    | <p><b>サンスター薬用塩ハミガキスパイシーミント</b> 特<br/><b>サンスター</b> 85g</p> <p>甘草由来成分配合。4種の薬用成分で、口臭・ネバつきを伴う歯肉炎・歯周炎を防ぐ。</p> <p>医薬部外品<br/>108 参考価格 ¥1,188 <b>\$440</b></p>            | <p><b>Ora2プレミアムステインクリアペアスト(プレミアムミント)</b><br/><b>サンスター</b> 100g</p> <p>ステイン(着色汚れ)をしめ細かく落とす、白くつややかな歯に</p> <p>医薬部外品<br/>109 参考価格 ¥495 <b>\$330</b></p>      | <p><b>システマEXハミガキメディカルクール</b><br/><b>ライオン</b> 130g</p> <p>歯周病を予防して、さらに口臭・ムシ歯までトータルケア</p> <p>医薬部外品<br/>110 参考価格 オープン <b>\$350</b></p>                     | <p><b>NONIOプラス知覚過敏ケアハミガキ</b><br/><b>ライオン</b> 130g</p> <p>「口臭ケア」と「知覚過敏ケア」のダブルケアができるハミガキ。さらに、ステインも落とします</p> <p>医薬部外品<br/>111 参考価格 オープン <b>\$400</b></p>    | <p><b>クリニックPRO オールインワンハミガキ フレッシュグリーンミント</b><br/><b>ライオン</b> 95g</p> <p>日本で唯一の歯垢を分解・除去する「酵素(テキストラナーゼ)」配合。歯垢の付着の予防、歯周病予防</p> <p>医薬部外品<br/>112 参考価格 オープン <b>\$590</b></p> |
| <p><b>なた豆歯磨き粉</b><br/><b>グレートアンドグランド</b> 150g</p> <p>ス歯におおッ磨きな事て豆方で</p> <p>その他<br/>113 参考価格 オープン <b>\$770</b></p>                                                                     | <p><b>ガンナイトケアリス(ナイトハーブ)</b><br/><b>サンスター</b> 450ml</p> <p>上や着及口臭けすむび菌前くの歯肉炎、仕お付</p> <p>医薬部外品<br/>114 参考価格 ¥880 <b>\$600</b></p>                                   | <p><b>薬用リスティン トータルケアゼロプラス</b><br/><b>JNTLコンシューマーヘルス</b> 500ml</p> <p>虫歯、歯肉炎、口臭の予防、歯石の沈着予防</p> <p>医薬部外品<br/>115 参考価格 オープン <b>\$700</b></p>                | <p><b>音波式電動歯ブラシ</b> 特<br/><b>オムロンヘルスケア HT-B914-W</b></p> <p>高速音波振動で歯垢をすばやく除去、電池式</p> <p>その他<br/>116 参考価格 ¥3,300 <b>\$2,300</b></p>                      | <p><b>デンタルケア歯ブラシ</b> 特<br/><b>第一三共ヘルスケア</b> 先細1本</p> <p>色指定不可</p> <p>その他<br/>117 参考価格 ¥220 <b>\$100</b></p>                                              | <p><b>ブラクリン歯ブラシ</b><br/><b>JHP P-028 3本パック</b></p> <p>歯科医院推奨歯ブラシ 色指定不可</p> <p>その他<br/>118 参考価格 ¥1,188 <b>\$590</b></p>                                                 |
| <p><b>ガンデンタルハブラシセット</b><br/><b>サンスター</b> #191ふつつ6本組</p> <p>を歯周フラインクを除去</p> <p>色指定不可</p> <p>その他<br/>119 参考価格 ¥1,980 <b>\$990</b></p>                                                   | <p><b>フレッシュハブラシ 超極細毛</b><br/><b>デンタルプロ</b> ふつつ12本入</p> <p>ンルピン各4本</p> <p>その他<br/>120 参考価格 ¥2,376 <b>\$1,000</b></p>                                               | <p><b>フレッシュフロスピック</b><br/><b>デンタルプロ</b> 50本入</p> <p>ふきめがマンに取歯わらさ感し歯口織くら維</p> <p>その他<br/>121 参考価格 ¥495 <b>\$160</b></p>                                   | <p><b>JHP T型舌ブラシ</b><br/><b>JHP ソフトタイプ</b></p> <p>ブラ口臭し歯防し舌専門に専</p> <p>その他<br/>122 参考価格 ¥275 <b>\$140</b></p>                                           | <p><b>その他</b></p> <p>スリープフルーツ</p>                                                                                                                        | <p><b>サージカルマスクYS</b><br/><b>横井定</b> 50枚入</p> <p>3層構造高性能防塵フィルタ内蔵。ほこり・花粉・ウイルス飛沫、細菌の侵入や飛散を防ぐ</p> <p>その他<br/>123 参考価格 オープン <b>\$380</b></p>                                |
| <p><b>おてかけ除菌ウェットティッシュ</b><br/><b>Life-do Plus</b> 30枚×3個</p> <p>成分：水、エタノール、塩化ベンザルコニウム サイズ：約200×150mm (1枚当たり)</p> <p>その他<br/>124 参考価格 オープン <b>\$200</b></p>                            | <p><b>ノンスメル冷蔵庫庫用置き型 1年脱臭</b><br/><b>白元アース</b> 1個</p> <p>く間炭の面二！長5倍、イカ力倍、イカ！備のく！活長収効幼年性炭着</p> <p>その他<br/>125 参考価格 オープン <b>\$300</b></p>                            | <p><b>ノンスメル くつ用スプレー</b><br/><b>白元アース</b> 145ml</p> <p>消な靴臭除菌二の中の一をに</p> <p>その他<br/>126 参考価格 オープン <b>\$580</b></p>                                        | <p><b>キレイキレイ薬用泡ハンドソープ</b><br/><b>ライオン</b> 詰替(特大サイズ) 800ml</p> <p>なソ薬キ詰し用し替プ泡イえのハキ用おん得ドイ</p> <p>医薬部外品<br/>127 参考価格 オープン <b>\$550</b></p>                 | <p><b>黒綿棒</b><br/><b>大衛</b> 200本入</p> <p>菌黒ス綿棒パイ用ラの抗型</p> <p>その他<br/>128 参考価格 ¥519 <b>\$200</b></p>                                                      | <p><b>アイスノン冷却シート</b><br/><b>白元アース</b> 30枚</p> <p>ジェルタイプの肌にやさしい弱酸性の冷却シート。<br/>冷たさ約10時間持続。<br/>大容量タイプ。</p> <p>その他<br/>129 参考価格 オープン <b>\$650</b></p>                     |
| <p><b>貼るホッカイロ ミニ</b><br/><b>興和</b> 10個入</p> <p>衣類に貼るカイロ、適正温度が10時間持続</p> <p>その他<br/>130 参考価格 ¥660 <b>\$280</b></p>                                                                     | <p><b>シチズン電子体温計</b><br/><b>シチズン CTE507-E</b></p> <p>タボリ検か約タビちと沸れ30イボし聞き予て防ヒ取測は</p> <p>管理医療機器<br/>131 参考価格 オープン <b>\$1,720</b></p>                                 | <p><b>上腕式デジタル血圧計</b><br/><b>日本精密測器 DS-A10</b></p> <p>シンプルな操作で使いやすい血圧計</p> <p>管理医療機器<br/>132 参考価格 ¥4,378 <b>\$3,700</b></p>                               | <p><b>※マジックライス ななごめつつ 五目ご飯</b><br/><b>サタケ</b> 70g</p> <p>7年間の長期保存、熱湯7分で食べられるアルファ化米、アレルギー物質(特定原材料等)28品目不使用</p> <p>その他<br/>133 参考価格 ¥432 <b>\$370</b></p> | <p><b>※マジックライス ななごめつつ わかめご飯</b><br/><b>サタケ</b> 70g</p> <p>7年間の長期保存、熱湯7分で食べられるアルファ化米、アレルギー物質(特定原材料等)28品目不使用</p> <p>その他<br/>134 参考価格 ¥389 <b>\$330</b></p> | <p><b>保健薬・健康食品</b></p> <p>スリープフルーツ</p>                                                                                                                                 |
| <p><b>★「クラシエ」漢方防風通聖散料エキスEX錠</b><br/><b>クラシエ薬品</b> 168錠(14日分)</p> <p>体力充実して、腹部に皮下脂肪が多く、便秘がちなもの次の諸証：高血圧や肥満に伴う動悸・肩こり、のぼせ・むくみ・便秘、肥満症</p> <p>第2類医薬品<br/>135 参考価格 ¥3,300 <b>\$1,650</b></p> | <p><b>ノイタイエースEX</b> 特<br/><b>第一三共ヘルスケア</b> 60錠</p> <p>筋肉痛・関節痛(腰痛、肩こり、五十肩など)、手足のしびれ、神経痛。ビタミンB1B6B12の補給</p> <p>第3類医薬品<br/>136 参考価格 ¥2,530 <b>\$1,100</b></p>        | <p><b>アリナミンEXプラス</b><br/><b>アリナミン製薬</b> 120錠</p> <p>筋肉痛・関節痛(肩こり、腰痛、五十肩など)、神経痛、手足のしびれ。ビタミンB1B6B12の補給</p> <p>第3類医薬品<br/>137 参考価格 ¥4,488 <b>\$3,980</b></p> | <p><b>キュービーコーワ ゴールドαプレミアム</b><br/><b>興和</b> 90錠</p> <p>滋養強壮、虚弱体質、肉体疲労時の栄養補給</p> <p>第3類医薬品<br/>138 参考価格 オープン <b>\$2,250</b></p>                          | <p><b>新ヨクイニンタブレットクラシエ</b> 特<br/><b>クラシエ薬品</b> 126錠(14日分)</p> <p>肌い皮膚のあれ</p> <p>第3類医薬品<br/>139 参考価格 ¥2,420 <b>\$1,470</b></p>                             | <p><b>チョコラBBプラス</b><br/><b>エーザイ</b> 6</p>                                                                                                                              |

●FAXでお申込みの方は、必要事項をご記入のうえ、このページを切り離し送信してください。

FAX送信先 **FAX No. 0120-711-768**(フリーダイヤル 料金不要)

●郵送でお申込みの方は、必要事項をご記入のうえ、申込書をキリトリ線に沿って切り離し、封筒にして投函してください。

申込書

| 品名              | 品番 | 数量 | 単価    | 金額 | 品名                  | 品番  | 数量 | 単価    | 金額 | 品名                    | 品番  | 数量 | 単価    | 金額 |
|-----------------|----|----|-------|----|---------------------|-----|----|-------|----|-----------------------|-----|----|-------|----|
| ★新ブレコールS顆粒      | 1  |    | 490   |    | ○Aリッチ目薬             | 52  |    | 260   |    | クリーンデンタルFセット          | 103 |    | 950   |    |
| ★パブロンゴールドA微錠    | 2  |    | 1,390 |    | ティアルリッチ目薬           | 53  |    | 240   |    | シルクスターホワイトEX          | 104 |    | 480   |    |
| ★ブレコールかぜ薬錠      | 3  |    | 630   |    | スマイル40ゴールドコンタクトクール  | 54  |    | 560   |    | ガムデンタルペースト            | 105 |    | 300   |    |
| ★パブロンS錠         | 4  |    | 890   |    | ★オムニードLXテープ         | 55  |    | 950   |    | 薬用APホワイト              | 106 |    | 450   |    |
| ★パブロンSゴールドW錠    | 5  |    | 1,350 |    | ★リフェンダルXテープ         | 56  |    | 390   |    | ガム歯周プロケアペースト          | 107 |    | 640   |    |
| ★エスタック総合感冒      | 6  |    | 990   |    | ★ロキテクトローション         | 57  |    | 510   |    | サンスター薬用塩ハミガキ          | 108 |    | 440   |    |
| ★パイロンプル錠Pro     | 7  |    | 2,260 |    | ★ロキテクトゲル            | 58  |    | 520   |    | Oral2プレミアムステインクリアペースト | 109 |    | 330   |    |
| ★パブロンSO         | 8  |    | 1,220 |    | ★パテックス液ID           | 59  |    | 590   |    | システマEXハミガキ            | 110 |    | 350   |    |
| ★シオノギ葛根湯エキスパ    | 9  |    | 500   |    | ★アンメルツヨココ           | 60  |    | 360   |    | NONIOプラス知覚過敏ケアハミガキ    | 111 |    | 400   |    |
| ★葛根湯エキスパ        | 10 |    | 650   |    | ★パスタイムプラス           | 61  |    | 590   |    | クリニカPROオールインワンハミガキ    | 112 |    | 590   |    |
| ★葛根湯エキスパ        | 11 |    | 660   |    | ★パテックスうすびた          | 62  |    | 450   |    | なた豆歯磨き粉               | 113 |    | 770   |    |
| ★葛根湯内服液「カッコリン」  | 12 |    | 460   |    | ★ピップエレキバン130        | 63  |    | 750   |    | ガムナイトケアリンス            | 114 |    | 600   |    |
| ★浅田飴クールS        | 13 |    | 320   |    | ★プリザエース軟膏           | 64  |    | 860   |    | 薬用リステリン トータルケアゼロプラス   | 115 |    | 700   |    |
| ★ブレコールせき止め錠A    | 14 |    | 850   |    | ★レチナートVSクリーム        | 65  |    | 680   |    | 音波式電動歯ブラシ             | 116 |    | 2,300 |    |
| ★パブロンせき止めトリプル錠  | 15 |    | 1,580 |    | ★ペアアクネクリームW         | 66  |    | 700   |    | デンタルケア歯ブラシ            | 117 |    | 100   |    |
| ★うがい薬コロコロSP     | 16 |    | 280   |    | ★オロナインH軟膏           | 67  |    | 300   |    | ブラクリン歯ブラシ             | 118 |    | 590   |    |
| ★健栄うがい薬         | 17 |    | 830   |    | ★キップパイロール-Hi        | 68  |    | 300   |    | ガムデンタルハブラシセット         | 119 |    | 990   |    |
| ★新ルルエースのどスプレーA  | 18 |    | 630   |    | ★マキロンS              | 69  |    | 200   |    | フレッシュハブラシ 超極細毛        | 120 |    | 1,000 |    |
| ★ペラックT錠         | 19 |    | 1,070 |    | ★メンソレータム軟膏          | 70  |    | 240   |    | フレッシュフロスピック           | 121 |    | 160   |    |
| ★新ルルエースローチ      | 20 |    | 300   |    | ★バンドエイド キズパワーパッドL   | 71  |    | 620   |    | JHP T型舌ブラシ            | 122 |    | 140   |    |
| ★健栄Gトローチ        | 21 |    | 300   |    | ★バンドエイド キズパワーパッドM   | 72  |    | 500   |    | サージカルマスクY S           | 123 |    | 380   |    |
| ★ブレコール鼻炎カプセルA   | 22 |    | 400   |    | ★バンドエイド 肌色          | 73  |    | 420   |    | おでかけ除菌ウェットティッシュ       | 124 |    | 200   |    |
| ★アレルビ           | 23 |    | 950   |    | ★バンドエイド 防水          | 74  |    | 480   |    | ノンスメル冷蔵庫用置き型 1年脱臭     | 125 |    | 300   |    |
| ★フェキシフェナジン「ST」a | 24 |    | 690   |    | ★ケアリーヴ CLT22M       | 75  |    | 270   |    | ノンスメル くつ用スプレー         | 126 |    | 580   |    |
| ★アレジオン20        | 25 |    | 1,650 |    | ★マキロン防水救急絆          | 76  |    | 280   |    | キレイキレイ薬用泡ハンドソープ       | 127 |    | 550   |    |
| ★ポジナールEP錠       | 26 |    | 1,380 |    | ★キズリパテープ            | 77  |    | 280   |    | 黒綿棒                   | 128 |    | 200   |    |
| ★ストナリニ・サット      | 27 |    | 440   |    | ★消毒もできる液体ばんそうこう     | 78  |    | 430   |    | アイスノン冷却シート            | 129 |    | 650   |    |
| ★小青竜湯エキスパ       | 28 |    | 660   |    | ★新オイラックスHクリーム       | 79  |    | 320   |    | 貼るホッカイロ ミニ            | 130 |    | 280   |    |
| ★爽AL点鼻薬a        | 29 |    | 400   |    | ★マキロンかゆみどめ液A        | 80  |    | 420   |    | シチズン電子体温計             | 131 |    | 1,720 |    |
| ★新セデス錠          | 30 |    | 270   |    | ★ムヒS                | 81  |    | 160   |    | 上腕式デジタル血圧計            | 132 |    | 3,700 |    |
| ★パファリンA         | 31 |    | 330   |    | ★マキロンかゆみどめパッチ       | 82  |    | 250   |    | ※マジックライズ ななこめつつ 五日で飯  | 133 |    | 370   |    |
| ★パファリンプレミアムDX   | 32 |    | 980   |    | ★虫よけスプレー            | 83  |    | 520   |    | ※マジックライズ ななこめつつ わめこ飯  | 134 |    | 330   |    |
| ★イブA錠           | 33 |    | 490   |    | ★メディータム氷虫プラスHT7クリーム | 84  |    | 840   |    | ★「クラシエ」漢方防風通聖散料EX錠    | 135 |    | 1,650 |    |
| ★イブクイック頭痛薬      | 34 |    | 790   |    | ★新ビホナエース液           | 85  |    | 700   |    | ノイビタエースEX             | 136 |    | 1,100 |    |
| ★イブスリーショットプレミアム | 35 |    | 1,980 |    | ★トラフルダイレクトa         | 86  |    | 1,300 |    | アリナミンEXプラス            | 137 |    | 3,980 |    |
| ★アネロン「ニスキャップ」   | 36 |    | 990   |    | ★サトウロ内軟膏            | 87  |    | 410   |    | キューピーコーワゴールドαプレミアム    | 138 |    | 2,250 |    |
| ★第一三共胃腸薬錠剤s     | 37 |    | 410   |    | ★ノーシンビューア           | 88  |    | 320   |    | 新ヨクイエンタブレットクラシエ       | 139 |    | 1,470 |    |
| ★新キャベジンコーワS     | 38 |    | 760   |    | ★パファリンルナi           | 89  |    | 570   |    | チョコラBBプラス             | 140 |    | 1,370 |    |
| ★第一三共胃腸薬細粒s     | 39 |    | 370   |    | ★命の母A               | 90  |    | 2,350 |    | リポビタミンDX              | 141 |    | 4,200 |    |
| ★スクラート胃腸薬(顆粒)   | 40 |    | 610   |    | ★命の母ホワイト            | 91  |    | 2,280 |    | ※ビタミンC1200            | 142 |    | 430   |    |
| ★太田胃散<分包>       | 41 |    | 360   |    | ★ウルノーHPクリーム         | 92  |    | 760   |    | ※カロリーミット(40回分)        | 143 |    | 1,750 |    |
| ★大正漢方胃腸薬        | 42 |    | 1,230 |    | ★ニューウレアカリーム20%      | 93  |    | 700   |    | ※金のしじみウコン肝臓エキス        | 144 |    | 980   |    |
| ★正露丸            | 43 |    | 290   |    | ★ハイチオールCプラス2        | 94  |    | 2,810 |    | ※スーパーブルーベリー粒          | 145 |    | 1,000 |    |
| ★ストッパ下痢止めEX     | 44 |    | 460   |    | ★ハイチオールホワイティアプレミアム  | 95  |    | 3,510 |    | ※ヒアルロン酸&コラーゲン粒        | 146 |    | 1,600 |    |
| ★クラシエ和漢胃腸薬G     | 45 |    | 360   |    | ★ケシミンクリーム           | 96  |    | 1,280 |    |                       |     |    |       |    |
| ★新ビオフェルミンS錠     | 46 |    | 2,150 |    | ★クリニラボ マイクロニードルパッチ  | 97  |    | 2,780 |    |                       |     |    |       |    |
| ★ヤクルトBL整腸薬      | 47 |    | 1,820 |    | ★効能風呂ゆず             | 98  |    | 560   |    |                       |     |    |       |    |
| ★爽AL目薬          | 48 |    | 240   |    | ★ぐっすりおやすみテープ        | 99  |    | 250   |    |                       |     |    |       |    |
| ★アイビットFX        | 49 |    | 250   |    | ★休足時間               | 100 |    | 400   |    |                       |     |    |       |    |
| ★ベパール抗菌         | 50 |    | 300   |    | ★アセス                | 101 |    | 980   |    |                       |     |    |       |    |
| ★アイビットE40       | 51 |    | 330   |    | ★クリーンデンタルF          | 102 |    | 420   |    |                       |     |    |       |    |

- 【使用者の状態等の確認事項】※医薬品・健康食品をお申込みの方は差し支えない範囲でお知らせください。
- ①初めて使用する医薬品がある場合は、商品番号を記入してください。  
(No. )
- ②薬によるアレルギー症状やぜんそく等の副作用を起こしたことがある場合は、副作用歴(医薬品・症状)を記入してください。  
( )
- ③医師の治療を受けている場合は、疾患名を記入してください。  
疾患名( )
- ④現在継続して使用している医薬品がある場合は、医薬品名を記入してください。  
医薬品名( )
- ⑤健康に良いと思って毎日摂っているものがある場合は、その商品名を記入してください。  
「健康食品など」の商品名( )
- ⑥妊娠中または妊娠しているかもしれない。 はい ⑦授乳中である。 はい

【商品番号No.1～6の中で2個以上(同一商品を2個以上、異なった商品例えばNo.1を1個とNo.2を1個など合計が2個以上も対象となります)、No.14、No.22を2個以上申込みの場合は必ず該当する理由に☑を入れてください(両方チェック可)】

☐ 次の購入までの常備薬とするため ☐ 家族等複数人で使用するため

- チェック欄に☑を入れてください。
- ☐ 医薬品購入者は15才以上です。
- ☐ 医薬品の使用上の注意などを確認しました。

★印はセルフメディケーション税制対象商品。 ※印は軽減税率対象商品。

|        |      |                                                                                             |  |  |
|--------|------|---------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|
| 商品お届け先 | 住所   | ※宅配便にて配達致しますので、確実に受け取りの出来る住所をご記入ください。<br>※マンション名・部屋番号までご記入ください。また、勤務先へのお届けの場合は勤務先名もご記入ください。 |  |  |
|        | 〒    | [ ][ ]-[ ][ ][ ]-[ ][ ][ ]                                                                  |  |  |
|        | フリガナ |                                                                                             |  |  |
|        | 氏名   | 性別                                                                                          |  |  |
|        | 電話番号 | 問合せ先 日中の連絡先(携帯・勤務先など)                                                                       |  |  |

申込書 株式会社アーテム 大阪市生野区巽南5-5-13

※お知らせいただきました内容により、  
専門家が連絡を差し上げる場合がございます。  
(埼玉しんきん健康保険組合)

申込締切日

令和7年2月28日(金)まで

FAX挿入方向

のりしろ (この面にのりをつけてください。)

山折り

料金受取人払郵便

城 東 局  
承 認

3388

返 信

差出有効期間  
令和 7 年 9 月  
30日まで有効

1 3 6 8 7 9 0

東京都江東区亀戸一丁目三八番四号  
朝日生命江東ビル七階

株式会社  
アーテム

行



(埼玉しんきん健康保険組合)

のりしろ (この面にのりをつけてください。)

山折り

のりしろ (この面ののりをはくしてください。)

| 氏名 | 住 所 |
|----|-----|
|    | 〒 - |