

いつもの薬をくり返しもらえる「リフィル処方箋」、軽い不調は自分でケアする「セルフメディケーション」、安全性はそのままに医療費を抑えられる「バイオシミラー」。
私たちの暮らしに身近な医療の新しい選択肢を、わかりやすく紹介します。

／ 知ってトクする ／

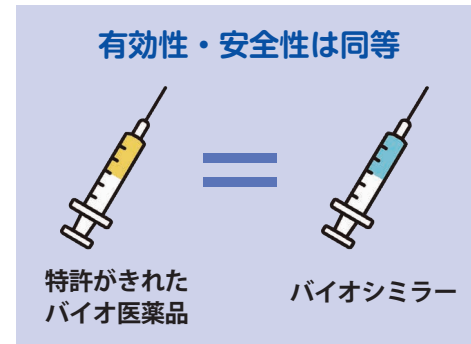
これからの医療のカタチ ～医療をかしこく利用する3つのポイント～

Point 3 安心・効果は同等、医療費を抑えるお薬「バイオシミラー」

バイオシミラーとは？

バイオシミラーは、**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る薬**で、特許が切れた薬と同じように使うことができます。

※バイオシミラーは、先行バイオ医薬品と同等、同質の品質、安全性、有効性を有する医薬品です。



そもそも「バイオ医薬品」とは？

バイオ医薬品は、バイオテクノロジーを応用して生産されたたんぱく質を有効成分とする医薬品です。一般的なお薬の多くは、化学的に合成してつくられますが、バイオ医薬品は人や動物の細胞・微生物などの「生きものの力」を使ってつくられるお薬。製造方法が複雑で、品質管理が厳しく、開発に長い時間がかかることから、薬価が高くなりやすい傾向があります。

バイオシミラーを使うとこんないいことが！

- ・今まで治療が難しかった病気への効果が期待されている。
- ・効果や安全性はそのまま、お財布にやさしい。

※バイオシミラーは原則として、特許が切れたバイオ医薬品の70%の値段になります。

／ これらの病気には、バイオ医薬品・バイオシミラーが使われることがあります ／

- がん ●関節リウマチ ●低身長 ●潰瘍性大腸炎
- 糖尿病 ●腎性貧血 ●クローン病 ●加齢黄斑変性 など



▼もっとバイオ医薬品やバイオシミラーを知りたい方へ

厚生労働省ホームページはこちらから→

バイオ医薬品・バイオシミラーについて気になる方は、こちらのホームページをご確認ください。



● 問い合わせ先 健康保険課 ☎ 22-3041

Point 1 通院の負担を減らせるかも！？「リフィル処方箋」

リフィル処方箋とは？

症状が安定している患者に対して、医師が長期間の処方が可能と判断した場合に発行される**1つの処方箋で最大3回まで繰り返し使用できる仕組み**です。高血圧や糖尿病、アトピー性皮膚炎など長期にわたり同じ薬を服用されている方について、通院にかかる負担軽減のために、令和4年4月から導入されています。（ただし、新薬や向精神薬、湿布薬など一部の薬は処方することができません。）

リフィル処方箋でこんないいことが！

- ・通院負担が減る
- ・医療費の節約
- ・通院による感染症リスクの減少
- ・2回目以降の薬を受け取る日の自由度が上がる



注意点

- ・リフィル処方箋をもらっていても、体調変化がある場合は医師の診察を受けましょう。
- ・服用状況により、リフィル処方箋による調剤が不適切と判断した場合、調剤を行えないことがあります。
- ・処方箋を保管しておく必要があり、紛失した場合は自費での再発行か再受診となります。
- ・いつでも薬を受け取れるわけではありません。

Point 2 自分の健康、自分で守る「セルフメディケーション」

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を行うことです。

セルフメディケーションを行うには何をすればいいの？

- ・適度な運動やバランスの取れた食事、十分な睡眠・休息を心掛け、体調管理（体温や体重、血圧等の測定、健康診断受診等）を継続するなど、日ごろから健康を意識することです。
⇒健康の維持、生活習慣病等の予防や改善・重症化予防、ひいては健康寿命の延伸を目指すことになり、結果的に、医療費の節約に繋がります。
- ・軽度な身体の不調を手当てするためには、市販薬の使用や症状の改善が思わしくない場合は医療機関等を受診するなど適宜判断をしましょう。



令和7・8年度 自衛官採用試験 案内

※他の公務員試験と併願されている方は担当広報官へご相談ください。

募集種目	受験資格	受付期間	試験期間	合格発表
第7回 自衛官候補生	18歳以上 33歳未満	1月26日～2月12日	・学科試験 2月16日㊟～20日㊟のうち指定する1日 ・口述、身体検査 2月21日㊟	最終:3月2日㊟
第1回 幹部候補生 (一般)	【大卒程度試験】 22歳以上26歳未満の者 (20歳以上22歳未満の者 は大卒(見込含)、 修士課程修了者等(見込含) は28歳未満の者)	①3月1日～4月3日 (一般・専門(陸))	①1次:4月11日㊟・12日㊟ (4月12日は海・空飛行要員のみ) 2次:6月1日㊟～6月7日㊟のうち指定する1日 3次(海・空飛行要員のみ) (海)7月2日㊟～7月6日㊟のうち指定する1日 (空)7月18日㊟～8月7日㊟のうち指定する期間	①1次:5月21日㊟ 2次:6月25日㊟ 最終 (陸):7月30日㊟ (海):8月6日㊟ (空):9月3日㊟
	【院卒程度試験】 20歳以上28歳未満の者 修士課程修了者(見込含)	②3月1日～4月3日 (歯科・薬剤科)	②1次:4月11日㊟ 2次:6月1日㊟～7日㊟	②1次:5月21日㊟ 最終 (陸・空):7月30日㊟ (海):8月6日㊟
1回目 一般曹候補生	18歳以上33歳未満の者	3月1日～5月7日	1次:5月16日㊟～24日㊟のうち1日 2次:6月13日㊟～28日㊟	1次:6月4日㊟ 最終:7月24日㊟
予備自衛官補 (一般)	18歳以上52歳未満の者	1月22日～3月30日	4月1日㊟～4月19日㊟のうち1日	6月10日㊟
予備自衛官補 (技能)	18歳以上で国家免許 資格等を有する者 (資格により年齢上限 53歳未満～55歳未満)	1月22日～3月30日	4月1日㊟～4月19日㊟のうち1日	6月10日㊟

※自衛官候補生（任期制自衛官）については、常時、受験のご案内をしておりますので、上記の受付期間以外でもお気軽にお問い合わせください。

●問い合わせ先 自衛隊鹿兒島地方協力本部 鹿屋地域事務所 ☎ 0994-42-4386

安心・笑顔を届ける～介護の現場から

vol. 3 特別養護老人ホーム 南松園

施設の紹介

社会福祉法人誠心会は、「温かくて明るく家庭的で生きがいのある園づくり」を理念とし4つの事業所を運営しています。特別養護老人ホーム（介護老人福祉施設）は、中重度の要介護者の方を終のすみかとして受け入れる定員55名の施設となっております。

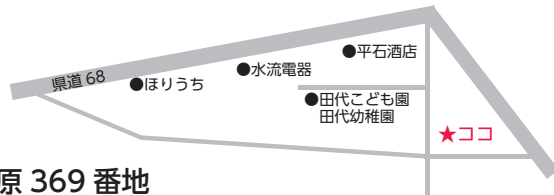
また、短期間滞在するショートステイ（短期入所生活介護）定員10名も併設しており、利用者様の心身機能の維持・回復、孤立感の解消、またご家族様の介護負担軽減を目的としています。

管理者の声

独居世帯や老老介護の増加、社会資源の減少など、地域高齢者を取り巻く環境は厳しくなっています。そのような中で介護を必要とする方に寄り添い、理念にもとづき必要な支援を提供していきます。利用して良かったと思って頂けるよう、親身になって相談できる、安心して過ごせる施設であり続けます。

お問合せ

社会福祉法人誠心会
特別養護老人ホーム南松園
☎ 0994-25-2174 錦江町田代川原 369 番地



身近にある介護事業所ですが、意外と知らない方も多いのでは？錦江町で活躍する介護事業所の取組や想いをご紹介します！



施設の特徴

ご利用者様に寄り添い、丁寧なサービスや快適な生活環境の提供に取り組んでいます。日々の対話を大事にし、生活に生きがいをもって頂けるよう常に配慮しております。中でもご家族様との「つながり」を最も重視しており、面会は365日実施、外出・外泊支援など積極的に行い、大変喜ばれています。

また、一番楽しみにされている食事は、手作りで家庭的な味にこだわり、地元の農産物や海産物をふんだんに取り入れ、嚥下機能に適した介護食、季節の行事食など、目で見て楽しく味わっておいしくなるよう日々工夫しています。また、ときには新鮮な刺身も提供しており、好評を頂いています。

令和7年12月1日付で25名に委嘱状交付

民生委員・児童委員新体制

地域の「見守り役」「つなぎ役」を務める民生・児童委員 25 名をご紹介します



地域の見守り役を担う
総勢25名が新体制でスタート

地域の見守り役として、錦江町の社会福祉に多大な貢献をいただいた7名の民生委員が昨年11月末に任期満了で退任されました。その後任として、新たに民生委員を務める7名を含めた、総勢25名の民生委員に委嘱状が交付され、12月から新体制でスタート。子どもからお年寄りまで世代を問わず困りごと解決に向けて動き出しています。

民生委員制度は、地域の見守りや、困っている人々を救う目的に創設された、100年以上続く社会福祉制度。任期は3年で、各担当地域を中心に見守り活動や高齢者宅訪問、相談などを受けて関係機関との「つなぎ役」を務める25名を紹介します。

No.	氏 名	担当区域	No.	氏 名	担当区域
1	山下 昌子	木原/寺前/山之口	14	小川 真美	笑喜/令和/才原/岩元
2	久本 晃	大橋上/大橋下/木場/中西	15	牧原 良子	宿原/牧原/協和/命苦/厚ヶ瀬
3	船迫 小百合	麓/弓場下/鳥井戸	16	野元 美千代	主任児童委員(町内全域)
4	迫 重美	塩屋/城ヶ崎	17	牧原 信二	下/馬場/東ノ原/長谷/昇陽/弘川住宅
5	馬場 みよ子	本町/京町/栄町	18	神田 真由美	東中郡/西中郡/橋ノ口/中村/麓住宅(一部)
6	森 千美代	神之浜一区/神之浜二区/旭町	19	榎本 雄二	岩崎/表木/山下/折小野/上山ノ口/城ヶ迫住宅
7	迫 則子	瀬戸山/六反田/中園/宮脇/上之宇都	20	川前 あや子	大原/中尾/大原住宅/新田
8	今熊 千和子	鳥浜/神川城	21	野本 久子	鶴戸野/久木野/盤山/富田/内ノ牧/重岳
9	上鶴 真清	神川上/神川中/神川新町	22	貫見 サユミ	平石/柴立/上柴立/上原
10	平原 真知子	皆倉/神川中原/桜原	23	鳥淵 ますみ	池野/原沢/鳥淵/瀬戸口/猪鹿倉
11	三宅 京子	壱崎/馬場中原/笹原/松坂/毛下	24	早瀬 弘子	鶴園/早瀬/郷ノ原/辺志切
12	半下石 良子	半下石/川南	25	姫ヶ迫 明子	主任児童委員(町内全域)
13	中村 敏子	川北/白井/安水/段中野/大久保	※新たに民生委員を務める7名は番号を赤で表示しています		

