

セルフメディケーションについて説明します。
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」とダブルエイチオーが定義しています。
適度な運動、バランスのとれた食事、十分な休息を心がけ、日ごろから健康意識し、体調管理をすることで、結果的に医療費の節約につながる場合もあります。
より適切なアドバイスが受けられるよう、かかりつけ薬局や薬剤師を決めて、市販される医薬品(オーシーティー医薬品)を上手に利用しましょう。

健康診査等を受けているかたへ
特定のOTC薬品を購入している場合に、その購入費用について、所得控除(セルフメディケーション税制)が受けられる場合があります。詳しくは厚生労働省のホームページをご確認ください。

問い合わせ先
高知市 保険医療課 給付担当 電話番号088-823-9359