～健康増進課からのお知らせ～

# 筋トレエクササイズ

## 自分にあった運動でいい汗かこう！

生活習慣病に不安のある人、筋力低下で脚力に不安のある人、
自分にあったエクササイズで不安を解消してみませんか?
健診結果などで肥満、血糖値異常、脂質異常症等が認められた方は積極的にご参加ください!

**日程**：① 平成29年　9月6日・13日・20日・27日
② 平成29年　11月1日・8日・15日・22日
③ 平成30年　2月7日・14日・21日・28日
（毎週水曜日　計４日×３回）

**時間**：19：30～20：30

**場所**：日和佐公民館２階和室

**講師**：理学療法士　高　木　賢　一　先生
小　島　　淳　先生

参加料は無料です！

☆参加ご希望の方は申し込みが必要です。
それぞれ１か月前から申し込みを受け付けます。

ひとりで悩まず
ちょっと相談して
みませんか?

『こころの相談日』
8月は **27日(日)** です

どなたでもご利用可能です。
お気軽にご予約ください。

保健事業に関するお問い合わせは　健康増進課　☎77-3621まで

# ジェネリック医薬品による自己負担額軽減のお知らせ

**ジェネリック医薬品とは、新薬の特許が切れた後に、同じ有効成分を使って作られ、新薬と同等の効果、効能を厚生労働省から承認されている医薬品です。**

徳島県後期高齢者医療広域連合では、現在処方されている新薬をジェネリック医薬品に切り替えた場合に、自己負担額がどれくらい軽減できるのか、その一例をお知らせする通知を平成29年9月下旬に送付します。

通知の対象者は、本年5月に医療機関で新薬を処方され、ジェネリック医薬品に切り替えた場合に自己負担額が大きく軽減される方です。

なお、すべてのお薬にジェネリック医薬品があるとは限りませんので、利用を希望される場合は、医師や薬剤師にご相談ください。

**【お問い合せ先】**　徳島県後期高齢者医療広域連合事務局事業課
☎088－677－3666