

2025年度のパイロット事業では、こんな効果が確認されました

2026年度に先駆け、2025年度は抽選で選ばれた10名が食事付き宿泊体験に参加しました。



チラシを自宅でもらった被保険者
13,466名のうち

パイロット事業応募者 **748**名 (5.6%)

↓	↓	↓
健診受診日 早期化	健診予約行動 早期化	「ぴいさんぽ」 初めて参加
61 名	254 名	76 名

知らないうちに「多剤・重複受診」となっていないませんか？

■「多剤・重複受診」とは？

「多剤・重複受診」という言葉を初めて耳にする方も多いのではないのでしょうか？

多剤服用とは「必要以上に多くの薬を服用している状態」のこと。また、**重複受診は「同じような症状で複数の医療機関を受診している状態」**を指します。PwC健保にも該当者がいます。

■「多剤・重複受診」はからだの負担に

多剤服用や重複受診は、思わぬ健康リスクにつながる可能性があります。本人に自覚がないまま、知らず知らずのうちに起きているケースも少なくありません。

たとえば、同じような作用の薬を知らずに重ねて飲んでしまうと、副作用が強くなったり、ふらつきや眠気、胃腸障害の原因になったりすることがあります。特に年齢を重ねるほど、薬の影響は体に残りやすくなります。

また、複数の医療機関を受診していると、医師や薬剤師が他の薬の情報を把握できないこともあります。これは、本人の悪意がなくても誰にでも起こり得ることです。

■大切なのは、この3つ

- ・マイナ保険証で受診し、情報提供に同意すること (受診している医療機関や飲んでいる薬を正確に伝える)
- ・直近の情報を網羅するために、お薬手帳は必ず持参すること
- ・「別の病院にもかかっています」と一言伝える勇気

これだけで、薬の安全性は大きく高まります。薬は、正しく使えば心強い味方。飲みすぎない・重ねないことも、立派なセルフケアです。

「これ、飲み続けて大丈夫かな？」そう思ったときは、医師や薬剤師に遠慮なく相談してみましょう。

あなたのからだを守るのは、
あなた自身です。

PwC健康保険組合
保健師 山田美和



* 保健事業トピックス *

No Teeth, No Life

歯垢の見える化で
いつもの歯磨きをBrush Up!

歯の健康に欠かせない丁寧な歯磨き。今号では、「カラーテスター (染色剤)」と「ポイントケアブラシ」をお届けします。カラーテスターを噛むと、歯垢(プラーク)が赤く染まって一目瞭然!ピンポイントケアブラシも駆使して、磨き残しゼロを目指しましょう。

