

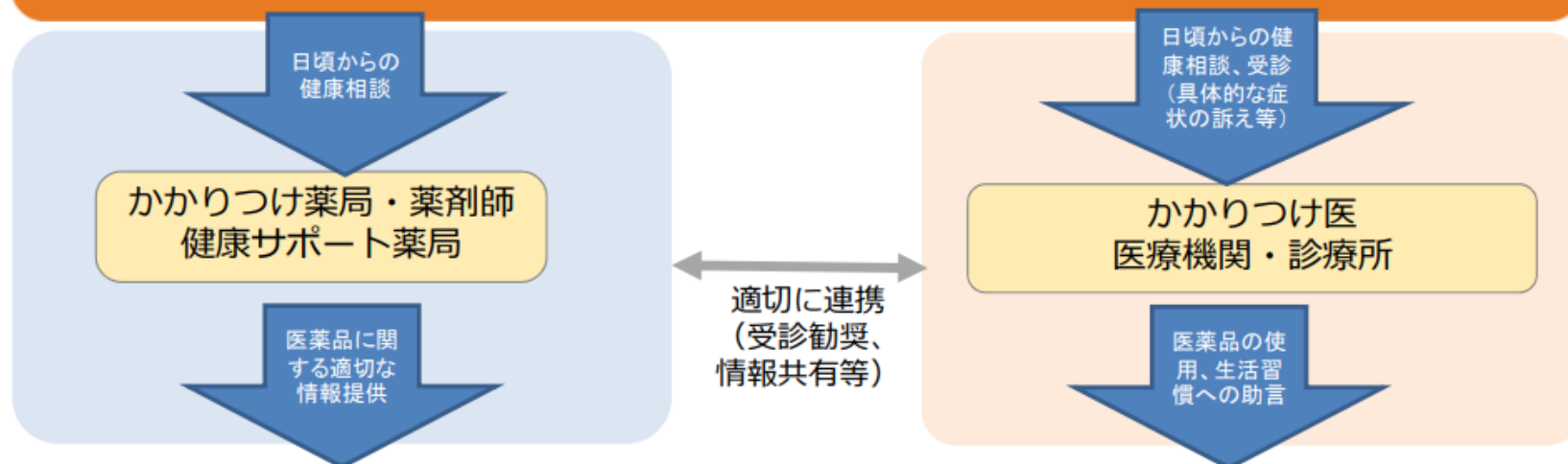
セルフケアとは？

セルフケアの推進及び適切なセルフメディケーションの実施に向けた課題

- セルフメディケーションを適切に進める前提として、①セルフケアの推進（健康に関する関心・正しい理解、予防・健康づくりの推進等）、② OTC薬の適切な選択・使用に関する助言を含む国民からの相談体制の構築（かかりつけ医、健康サポート薬局やかかりつけ薬局・薬剤師の普及促進等）、③メーカーによるOTC医薬品の分かりやすい情報提供が重要。
- その上で、医療従事者及びその他の関係者間の連携の在り方の整理、OTC薬の選択肢の幅を広げるためのスイッチOTCの推進、国民へのインセンティブとしてのセルフメディケーション税制の普及などを考えていく必要。
- 厚生労働省において、セルフケアの推進及びセルフメディケーションの適切な実施に向けた部局横断的な体制を検討する。

健康に関する関心・正しい理解、予防・健康づくり（セルフケア）

症状の自覚、症状や状況に応じた適切な行動



OTC薬の適切な使用（適切なセルフメディケーション）

セルフケアとは

自らが健康に関する関心を持ち、そして正しく理解し、病気などの予防や健康づくりをすること

**自分の生活を、
よりよく見直そう！**

セルフケアの目的

短期的な目的

- 感染予防 & パンデミック終息
 - マスク・手指消毒・3密回避
 - 重症化リスクの低減(基礎疾患)
- 医療提供体制への負担軽減

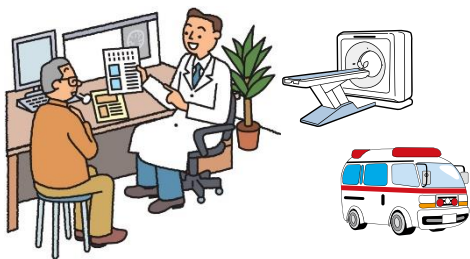
中長期的な目的

- 人生100年、生涯介護の世話にならない(健康寿命の延伸)
- 生涯ウェルビーイング
 - 身体的、精神的、社会的にイキイキとした状態
- 医療費 & 介護費への好影響

健康サイクル

公的保険

① 医療・介護等のサービス



② かかりつけ薬剤師を中心とした健康サポート



費用負担？
インセンティブ？

③ 生活者が自ら取り組む 予防・健康づくり



生活者
(適切な選択肢へ)

【健康サイクル】

生活者が自らの健康実現のために自身のニーズや状態・症状に合わせ、

- ① 医療・介護等のサービス
- ② かかりつけ薬剤師を中心とした健康サポート
- ③ 生活者が自ら取り組む予防・健康づくり

へ過不足なくアクセスし、状況変化に応じて最適な選択肢へと遷移することで、生活者を中心にそこに関わるすべての関係者と社会を健康にする仕組み。

治療は公的保険、予防・健康づくりは税控除という新原則を

健康寿命延伸、生涯介護不要な人生

身体的・精神的・社会的な“健康”
(ウェルビーイング)

政策の後押しが求められます

治療

役割分担

予防・健康づくり

公的保険

税控除や予算措置など