



ニッポン花紀行／巾着田の曼珠沙華（埼玉県日高市）

Special
issue

\\ 元気な高齢期を目指して //

現役世代から始める健康づくり

秋の訪れとともに迎える「敬老の日」は、社会に尽くしてきた高齢者を敬愛し、長寿を祝う国民の祝日です。近年は、退職後も就労する高齢者の割合が増すなど、祝日が制定された1966年当時よりも元気な高齢の方が増えています。平均寿命は66年当時に比べ男女ともに13歳ほど延びて、2025年には男性81.35歳、女性87.33歳となりました。

私たち現役世代が高齢になったときにも、自分の足で歩き、自分の力でおいしく食事ができる機能を維持し、就労や地域活動などで社会とつながりながら暮らしたいものです。

このように、健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間を「健康寿命」といいます。2022年の健康寿命は、男性が72.57歳、女性が75.45歳とされました。年を重ねると、どうしても通院や服薬が増えるとともに、入院期間も長引く傾向があります。国民医療費の6割を高齢者医療費が占め、高齢者医療を支える現役世代の負担が増して

いる中、元気な高齢者を増やし、平均寿命と健康寿命との差を縮小する取り組みが重要となります。

高齢になったときにも健康であるために、現役世代の今からできることがあります。その1つが、健保組合が実施する特定健診・特定保健指導を受診することで、生活習慣病の早期発見と重症化予防につながります。また、健保組合では、女性の健康支援や歩く・立つといった機能を維持するロコモティブシンドローム予防などの健康づくりも進めています。被保険者が定年を迎えたとき、健康な状態で地域社会に移行できるようにすることも健保組合の大事な役割です。

現役世代からの健康づくりは、高齢期における疾患の予防や医療費の抑制につながります。将来にわたり医療保険制度を維持していくためには、私たち1人ひとりが自分自身の健康に向き合うことがとても大切です。敬老の日に、未来の元気な姿を思い描いてみませんか。

知っておきたい！

健保のコト

vol.88

ジェネリック医薬品と
バイオ後続品

国民皆保険の維持に向け、国民医療費の2割を占める薬剤費の適正化は長年の課題とされています。

ジェネリック（後発）医薬品は、新薬の特許が切れた後に製造販売され、新薬と同一の有効成分を同一量含み、同一の効能・効果を持つ薬です。研究開発費用を低く抑えられるため、新薬に比べ薬代が安くなります。ジェネリック医薬品の使用割合は健保組合平均で90%に達しました。

また、医療費の適正化に寄与する医薬品にバイオ後続品があり、別名「バイオシミラー」とも呼ばれています。バイオ後続品は、ヒトや動物など、生きた細胞を利用して製造される先行バイオ医薬品の特許

期間終了後に開発される薬です。先行バイオ医薬品と同等・同質の品質・有効性・安全性が確認されており、より低い価格で使用できることから、薬剤費を抑えることができます。

厚生労働省は、重複投薬・多剤投与への対策やセルフメディケーションの普及などを通して、加入者の適正服薬に関する取り組みを行う健保組合を評価する制度を進めていますが、2027年度からはバイオシミラーの使用促進も評価項目に導入する方針を示しました。健保組合の取り組みでバイオシミラーの認知度が高まることが期待されます。

健保連HP「健康保険を知る・学ぶ」

