

過去の参加者の声



話をじっくり聞いて下さり、今後の対応を分かりやすい言葉で説明していただきました。心身共に軽くなりました。

いつも気になっていたことを話せて気が楽になりました。日常の過ごし方を見直していきます。



個人情報保護について

この事業は渋谷区が事業主体となり、支援プログラムについては、株式会社データホライゾンが実施いたします。プログラム実施のための個人情報は、渋谷区から委託先に提供いたしますが、目的外に使用することは一切ありません。

お問合せ先

委託先 株式会社データホライゾン 健康管理部

東京事務所：

〒112-0004 東京都文京区後楽1丁目5番3号 後楽国際ビルディング8階

TEL:0120-075-065 / 03-6899-4828

委託元 渋谷区役所 区民部 国民健康保険課 経理係

〒150-8010 東京都渋谷区宇田川町1-1 TEL:03-3463-1768(平日8:30~17:00)

渋谷区国民健康保険にご加入の方へ

無料

お薬の飲み合わせについて

健康相談 のご案内

おすすめPoint

- Point 1 保健師、看護師の専門的なアドバイス
- Point 2 ご自宅でおよそ1時間、じっくり相談ができる
- Point 3 相談費用は無料!
- Point 4 電話やオンラインでの健康相談も可能!

詳しくは中面をご確認ください

渋谷区

一緒にお薬の見直しをしましょう!



渋谷区国民健康保険にご加入の方のうち、飲み合わせの悪いお薬を飲んでいる可能性があり、健康への影響が心配される方を対象(*)に、訪問による健康相談を実施しています。

保健師や看護師等の経験豊富な相談員が、健康についてご不安なことや悩まれていることをお聞きして、疑問にお答えしたりお役に立つ情報をお伝えするものです。

*「渋谷区からの大切なお知らせ」をご覧ください。



お薬の種類が増えると、飲み合わせによっては、副作用が起こりやすくなるので注意が必要です。一方、ご自身の判断で薬をやめたり、減らしたりすると、病気が悪化することがあります。お薬のことは、薬剤師や医師への相談が重要です!

ぜひ健康相談をご活用ください!

お薬や体調についてのアドバイスを受けられます。

ご希望の日にご自宅へ伺います。訪問はおおよそ1時間程度です。

相談料は無料になります。



例えば

- 主治医に聞いてみたいことはあるけれど聞きにくい
- お薬が増えないようにするにはどうしたらいい?
- お薬の効果を妨げてしまう食べ物や飲み物の組み合わせ など

- ① あなたに合った受診の仕方やお悩みの解決策を提案します。
- ② 食事や運動などの生活習慣に関することをアドバイスします。
- ③ 意外と知らない公的なサービスや利用できる制度などをご紹介します。



申込は簡単!!

〈申込書〉



〈返信用封筒〉

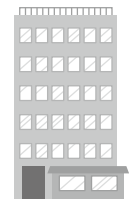
切手不要

記入して封筒に入れて



郵送するだけ!

渋谷区



国民健康保険課
経理係

健康相談事業の流れ

STEP
1

ご希望の方は同封の申込書を
同封の返信用封筒でお送りください。

申込締切日: 令和8年10月16日(金)



封筒に入れて
ポストへ

STEP
2

10月上旬から下旬に、
担当相談員(保健師・看護師等)
からお電話があります。

担当相談員からお電話*を差し上げて、
訪問日についてご相談します。 ※電話番号: 0120-075-065

〇月〇日なら
都合がいいの
だけど



STEP
3

訪問日当日、
担当相談員がご自宅に伺います。

※お電話やオンラインでの相談をご希望の方は
事前に申込書にてお知らせください。



STEP
4

現在の生活習慣について伺い、
アドバイスします。

現在受診されている病気や医療機関へのかかり方、
生活習慣についてお伺いし、健やかに過ごしていただくための様々なご相談にお答えします。

病気の
発症予防や
悪化予防

健康の
維持や増進



STEP
5

後日、担当相談員よりお電話があります。

再度お電話させていただき、健康で元気に暮らしているか、その後お悩みがないか等をご確認させていただきます。

