



医療費の節約に **効果大**

セルフメディケーション はじめてみませんか？

セルフメディケーションとは「自分自身の健康に責任を持ち、軽度な身体の不調は自分で手当てすること」です。日頃から健康を意識し、生活習慣の改善に取り組むなど、健康の維持や病気の予防・治療にあたり、軽度なケガや体調不良の際に市販薬（OTC 医薬品）を活用することも含まれます。疑問や不安があればドラッグストアや薬局の薬剤師など専門家へ相談しましょう。また、市販薬を購入するときは飲んでいる薬の情報を正確に伝えることが必要となるため「お薬手帳」を持って薬剤師に確認してもらいましょう。

POINT!

メリット満載！セルフメディケーションの効果



1 健康管理の習慣が身につきます



2 通院回数が減り、医療費増加を防止



一人ひとりがセルフメディケーションを実施することにより、医療費を大きく削減し、国民医療費の増加を防ぐことができます。

3 医療や薬の知識が身につきます



4 医療機関の受診時間と手間を減らせる



5 セルフメディケーション税制（下記）で所得控除



POINT!

「セルフメディケーション税制」が活用できます



特定（右記マークのついた）の市販薬を年間で 12,000 円以上購入した際に、超えた金額は確定申告により所得控除を受けられるしくみです。控除上限額は 88,000 円となります。（同一生計家族の分も含む）※対象となる方は、所得税や住民税を納めていて、町の特定健診やがん検診、職場健診、予防接種など健康の維持増進および疾病予防の取り組みをされている方です。

このマークが目印！

セルフメディケーション
税 控除 対象



栗山煉瓦創庫
くりふと

1月21日(土) 9:00 プレオープン

栗山町に誕生した栗山駅南交流拠点施設「栗山煉瓦創庫 くりふと」は町民をはじめ栗山町に関わる人たちが活動し交流するためのコミュニティスペースです

新町通りの再生を含む「栗山町中心市街地都市再生整備計画」に基づく整備事業の一環として、既存のレンガ倉庫を活用した集客・交流につながる施設として改修工事を進めてきました栗山駅南交流拠点施設「栗山煉瓦創庫 くりふと」が完成しました。

1月21日(土)よりプレオープンし、町民の皆さんへのお披露目と各種サービスの試行・検証を行いながら、4月1日の正式オープンに向け最終的な準備を進めます。

プレオープン期間中は希望による貸し出しなどには対応できませんが、施設見学会やイベント開催、施設用什器（椅子など）製作ワークショップなど、皆さんに興味や愛着をもていただけるサービスをご用意していますので、お気軽にお越しください。なお詳細は、町ホームページや施設専用ホームページ（右下の二次元コード参照）、チラシ配布などでお知らせします。



多目的・展示ホール

休憩・飲食・交流スペース、イベント開催、地域商品展示・販売利用など

くりふとキッチン

飲食営業や試作・加工など飲食ビジネスを支援するシェアキッチン



ファブラボ栗山

ものづくりを通じて課題解決スキルを習得できるサービスを提供

メディアブース

町民参加型のコミュニティ放送（FM 放送）スタジオ（令和 6 年 3 月開局）



■所在地 栗山町中央 3 丁目 154 番地 1（JR 栗山駅付近）
■開館期間 通年（休館日：月曜日、12 月 31 日～1 月 5 日）
■問い合わせ 町ブランド推進課観光・賑わい推進グループ ☎ 76-7787
栗山駅南交流拠点施設 ☎ 76-9945（プレオープン後）



<https://kurift.jp>