

徳山薬剤師会だより

令和5年
7月
第18号

発行元:(一社)徳山薬剤師会 〒745-0822 周南市孝田町7-1 TEL.0834-39-1105 FAX.0834-39-1106



おくすり教室



徳山薬剤師会では薬剤師が委員会活動を通して地域の皆さまのお役に立てる活動をしています。その中のひとつに「おくすり教室委員会」があります。周南地区の地域の会や趣味の会、学びの会などから依頼あれば薬についてお話をしています。

以前までは講義のプログラムや時間が明確な形でした。時代の流れ、委員会メンバーも変わり、コロナという流行感染症もあり最近では座談会スタイルになっています。

10～30名ほどの参加者の方々と薬剤師で距離も近く、質問を取り入れながら薬の基本を簡単に、“わかっている”“知っている”ことの意味づけをスライドをもとにお話しています。

基本的なことの伝達をと「スッキリわかるお薬教室」と題して話しています。時事ネタを数分盛り込んだり、質問時間ももうけています。皆さまの質問から改めて学ばせてもらうことも多いです。

例えば、「お薬を飲む際に何で飲むのが一番よいでしょうか？」①コーラ ②お茶 ③水という質問をします。正解は簡単ですが、皆さまからは薬を爽快に飲みたいという思いや、正解はわかるものの理由はわからなかった、この飲み方は大丈夫ですか？など色々な声を聞かせて頂きます。正解と理由はここでは発表しません。ぜひ、おくすり教室委員会に依頼してください。皆さまの前でお伝えします。

日頃は業務上でお会いすることが多く堅苦しい関係です。このような機会に薬のことを笑顔やふれあいを通して学ぶことで薬を飲むことが辛く嫌なことから意味あるいりどりあふれる時間になってもらえたらと願います。

普段されている行動は正しいことが多いです。でも、理由がわからないことも多いのではないのでしょうか。薬剤師が薬学的観点から理解しやすいように理由をお話します。理解してからの行動になれば薬とよりよい関係になれるのではないかと考えています。

現在大人対象の会からのご依頼がほとんどですが、この会報誌掲載を機にこれからは保育園や幼稚園などお子様対象のお話をする機会があればうれしく思います。もちろん、少人数の趣味の会などで大人対象のお話しも歓迎します。集合場所があれば、プロジェクターとスクリーン持参で行きます。大規模であれば相応な薬剤師人数で対応させていただきます。

願いばかりですが、薬を飲むことが苦手意識から飲みたい意欲に変わるお手伝いをしていきたいです。よろしく願いいたします。

平成薬局 渡邊 卓子

おくすり教室委員



脳 の健康度測定

～ あたまの健康相談 ～



実施中

多くの認知症は、発症する前に軽度認知障害(MCI)の段階があります。

MCIは物忘れが主な症状で、日常生活への影響はほとんどありませんが、放置すると年間に約10%が認知症に移行するといわれています。

MCIを早期に発見し、**認知症予防につながる生活習慣**を実践することが大切です。

<対象> どなたでも

※ 認知症の診断を受けた人や専門医を受診中の人を除きます。

<内容> タブレット端末を使って認知機能を確認する 15分程度のテストを行い、相談に応じます。

(所要時間 40分程度)

要予約



下記の会場において、9:30～16:30の間に予約制で行う個別相談です。

周南市役所 2階共用会議室C	8月28日(月)	9月25日(月)	10月23日(月)
	11月27日(月)	12月25日(月)	1月22日(月)
	2月26日(月)	3月25日(月)	
新南陽ふれあいセンター 1階 研修室		10月27日(金)	1月26日(金)
ゆめプラザ熊毛 2階 第3会議室	8月29日(火)	11月21日(火)	2月20日(火)
鹿野図書館	10月6日(金)	12月22日(金)	3月22日(金)

上記の会場・日程以外(各市民センターなど)をご希望の場合はご相談ください。

周南市
認知症講演会

「認知症になる前に知っておくべきこと」

先着 300人
申込不要

誰もがなりうる認知症について正しく理解し、どのように備えるのかを考えてみませんか

日 時

令和5年9月2日(土)
14:30～16:30

講師

東京慈恵会医科大学
精神医学講座 教授

会場

周南市学び・交流プラザ
周南中央町4番10号

座長 繁田 雅弘 先生

座長

原田医院 原田 和佳 先生



脳 の健康度測定申し込み先
問い合わせ先

周南市地域福祉課 地域包括ケア推進担当
電話 0834-22-8462, ファクス 0834-22-8396

現在、次の営業（食品の製造・加工）※¹を営んでいる方は
基準に適合した施設・設備を整え、

令和6年5月31日まで
許可を受けなければいけません。

食品衛生法が改正され、許可が必要な営業が追加されました。

注：平成30年改正、令和3年6月施行、経過措置 令和6年5月31日まで

新たに許可が必要となる営業（食品の製造・加工）の例※¹

水産製品製造業（いりこ・魚の干物 等）

漬物製造業（梅干・たくあん漬・奈良漬・白菜漬け 等）

密封包装食品製造業（密封され常温流通する食品）

食品の小分け業（食品を小分け包装する営業）

そうざい製造業（そうざい半製品を製造する営業）

液卵製造業 等

許可に当たっては条例※²に基づき施設・設備が審査されます。

※2：食品衛生法の規定に基づく公衆衛生上必要な基準を定める条例（令和2年12月15日山口県条例第45号）

<ご注意>

令和3年6月以降、新たに食品の製造・加工を始める方※は、保健所の許可を取得するまで営業することができません。

該当する方は速やかに製造所を管轄する保健所に相談してください。

※すでに保健所に届出を行うなど、令和3年5月までに営業していたことが確認できる方は、令和6年5月31までに許可を取得してください。

<連絡・相談先>

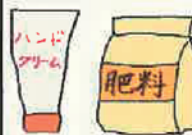
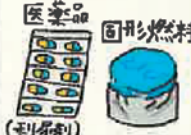
環境保健所	電話番号	環境保健所・保健所	電話番号
岩国環境保健所	0827-29-1527	防府保健所	0835-22-3740
柳井環境保健所	0820-22-3631	宇部環境保健所	0836-39-9862
周南環境保健所	0834-33-6426	長門環境保健所	0837-22-2811
山口環境保健所	083-934-2535	萩環境保健所	0838-25-2665

爆弾テロの未然防止にご協力を！

爆発物は、原料がそろえば誰でも製造が可能で、その原料となる化学物質は、薬局やホームセンターなどの身近な店舗のほかインターネットでも入手することができます。

県警察では、爆発物の原料を販売、取り扱う事業者や学校等と連携して、テロリスト等に爆発物の原料となる化学物質を渡さない対策を推進しています。

爆発物の原料となり得る化学物質(11品目)・花火

硫酸 	塩酸 	硝酸 	過酸化水素 	塩素酸カルウム 	塩素酸ナトリウム 
尿素 	硝酸カルウム 	硝酸アンモニウム 	アセトン 	ヘキサミン 	花火 

爆発物製造事件が発生!! (報道から)

令和3年5月、手製爆発物をしようして、車両を損壊させた事件。火薬は自ら材料を配合し、パイプ爆発を製造。現場からは黒色火薬の成分を検出。

令和4年7月、安倍元総理大臣に対する銃撃事件。被疑者は「火薬類の材料はインターネットで購入した」、「農作物の肥料や土を混ぜて黒色火薬を作った」と供述。



令和4年8月、米国大使館前で警戒警備中の警察官の職務質問により、被疑者が火薬を所持していることが判明。被疑者は、「ネットで火薬の作り方を学び、米国大使館に投げ入れるために来た」と供述。

令和4年10月、別事件で被疑者の自宅を捜索中、自宅内から黒色火薬等を発見した事件。被疑者は「火薬を自分で作った」、「通販サイトやホームセンターで購入した」と供述。

あなたの周りでこんなことはありますか？

- 化学物質や花火を大量又は頻繁に購入 (準備)
- 建物の周辺の草木が枯れている、化学物質、火薬等の臭い (製造)
- 多数の人が集まる施設等で防犯カメラや警備員の位置を確認 (下見)
- 多数の人が集まる場所、物陰にバッグ等を置き去り (実行)

少しでも不審に感じたら警察へ連絡を！ 緊急時は110番！



周南警察署 TEL.0834-21-0110

けんしんを受けて しゅうなん健康マイレージ に応募しよう!!

けんしん受診券は届きましたか？

周南市のがん検診、国保特定健診・人間ドック、後期高齢者健康診査が始まりました。



しゅうなん健康マイレージとは…

周南市民の健康づくりを応援する取り組みです。けんしん受診やウォーキング、減量に取り組み、応募すると、抽選で120名様に賞品が当たります。

3つのコースそれぞれ1人1回ずつ、最大3口の応募ができます。



A. けんしんコース

けんしんを受けて、
応募する。

- がん検診
- 特定健診
- 人間ドック
- 職場健診
- 学校健診
- 歯科検診など



B. ウォーキングコース

目標を決めて
ウォーキングに取り組み、
歩数を記録する。

※歩数の記録方法は手持ちのアプリ
でも歩数計でもOK



C. 減量コース

目標を決めて
3か月間減量に取り組み、
体重を報告する。

※開始時と3か月後の体重を報告
※BMI23 以上の
の人が対象



対象者 18歳以上の市民(市内在勤・在学を含む)

応募方法 応募用紙を提出またはFAXまたはWEB

応募期間 令和5年6月1日～令和6年3月4日

提出場所 徳山保健センター、熊毛総合支所、コアプラザかの、各集団検診会場

FAX 0834-22-8555(徳山保健センター)

WEB 詳しくは市のホームページをご確認ください▶▶▶▶▶▶しゅうなん健康マイレージ **検索**



合計120名様に賞品が当たります！

- ◆ 道の駅ソレーネ周南商品券
- ◆ 鹿野ファーム詰め合わせギフト
- ◆ 湯野温泉入浴券(紫水園または芳山園)
- ◆ 呼鶴温泉または東善寺やすらぎの里入浴券
- ◆ 石船温泉憩の家入浴券
- ◆ シマヤ優れだしセット
- ◆ 蔦屋書店 周南市立駅前図書館「しゅうなん散歩」
- ◆ フィットネスクラブアクス 1か月無料体験ペアチケット
- ◆ スポーツクラブ&スパ ルネサンス徳山 1回施設利用無料券体験チケット
- ◆ エニタイムフィットネス徳山病院 2週間無料体験チケット
- ◆ 徳山医師会賞 体重体組成計
- ◆ 徳山薬剤師会賞 自動血圧計
- ◆ 株式会社アステム 旬のお野菜ギフトカード
- ◆ 明治安田生命徳山営業所賞



【問合せ】周南市健康づくり推進課 0834-22-8553



熱中症予防を目的に、市内の薬局や郵便局等のご協力のもと、外出中の人々がひと涼みに気軽に利用できる場として「涼みの駅」を開設しています。目印としてポスターやのぼり旗を設置していますので、気軽にお立ち寄りください。

熱中症予防のポイント

暑さを避ける

- ・ 扇風機やエアコンで温度をこまめに調節
- ・ 遮光カーテン、すだれ、打ち水を利用
- ・ 外出時には日傘や帽子を着用
- ・ 天気のよい日は日陰の利用、こまめな休憩
- ・ 吸湿性、速乾性のある通気性のよい衣服の着用
- ・ 保冷剤、氷、冷たいタオルなどで身体を冷やす



こまめに水分を補給する

のどの渇きを感じていなくてもこまめに水分、塩分などを補給する

特に高齢者やお子様は熱中症になりやすいので十分に注意しましょう

「熱中症警戒アラート」発表時には、外出を控え、暑さを避けましょう

▶ 熱中症警戒アラートとは

熱中症の危険性が極めて高くなると予想された日の前日や当日に発表されます。熱中症警戒アラートが発表された日は熱中症にかかる危険性がとても高いので、いつも以上に熱中症予防に努めましょう。



環境省と気象庁が提供している
「熱中症警戒アラートメール配信サービス」
をご活用ください。



【問合せ】周南市健康づくり推進課 0834-22-8553