



第92回

「お医者さんからもらった薬、無駄なく使っていますか?」10月は「薬月間」です。今回は、宗像薬剤師会が進めている「飲み忘れた薬の節薬運動」を、市民記者が取材しました。

問い合わせ先 健康づくり課 ☎(36)1187

### 「節薬運動」進めています

## もったいない! 飲み忘れた薬

### もう捨てない、飲み忘れた薬

宗像薬剤師会は、今年6月から8月まで、宗像市老人クラブ連合会(市老連)の協力を得て、同会の会員を対象に、薬の飲み残しをなくす「節薬運動」を実施しました。この運動の趣旨は、家庭内の不要になった薬を回収し、薬局で金額を算定し、薬の無駄遣いを減らす。今度は、全市民を対象とした、飲み忘れた薬の有効利用策で、使える薬は医師の同意を得て、処方箋に充当・活用したいと考えています。先行の福岡市などの例では、薬剤費が約20%も節約できたという成果がでています」と安東さん。メリットは、余分な薬が減り、薬代が安くなることです。

### 薬代が20%も節約できる!?

宗像薬剤師会の安東恵津子会長は「薬の無駄遣い解消は、長い間の課題でした。福岡市の取り組みを機に、国の指導や医師会の協力もあって、宗像市でも実施することになりました」と話しています。「8月までの運動は、家庭内に眠っている残薬の実態を知るためのものでした。10月からは、次の運動を計画していま



お薬相談薬バッグを手に持ち「節薬」を勧める安東さん

### 「かかりつけ薬局」を

### 持ちましょう

薬の飲み忘れは、記者も同じです。朝食後の薬を忘れて、昼食後に飲むなどしていましたが、安東さんは「起き抜けの朝と活動中の昼では、体の状態や時間的な効力など、大きく違います。素人の自己判断は危険です」と教えてくれました。薬の処方には、全て、き



日赤看護大 平成26年度 後期公開講座

いのは「①かかりつけの薬局を持つこと②お薬手帳を活用すること」と安東さん。「近くの調剤薬局では、全国の病院の処方箋が扱えて便利です。薬の個別相談にも応じます。お薬手帳は、自分の健康状態と飲んでいる薬の履歴書となり、緊急時の助けにもなります」と力を込めて話していました。(市民記者・真嶋賢二)

- 申込必要事項 ①住所 ②氏名 ③電話番号 ④受講希望講座
- 申込先 同大学
- FAX (35) 7021
- URL <http://www.jrcx.nagasaki/>
- 問い合わせ先 同大学地域連携室(総務課) ☎(35)7005

### 宗像楽謡会発表会

- 日程 11月9日(日)
- 時間 11時~12時
- 会場 同大学
- 演題 「イギリスのミュージアムとカントリーハウスを訪ねて」
- 講師 西村美保さん(同大学英語教育講座准教授)
- 定員 先着20人
- 受講料 1400円
- 申込締切日 11月7日(金)
- 申込必要事項 ①講座名 ②住所 ③氏名(ふりがな) ④性別 ⑤年齢 ⑥電話番号 ⑦あればメールアドレス
- 申込先 同大学連携推進課
- 郵送 〒811-4192 赤間文教町1-1
- FAX (35) 1700
- URL [tenkei@tue.ac.jp](mailto:tenkei@tue.ac.jp)
- 問い合わせ先 同課 ☎(35)1238

### 福岡教育大学 公開講座

- ションあり
- 入場料 無料
- 事前申込不要
- \*市、市教育委員会後援
- 問い合わせ先 公益財団法人日本民謡協会・宗像楽謡会(畑) ☎(51)5168

### 編集後記

夜、窓を開けて車を走らせ、秋の虫たちの声を聞く。宗像の木々の間から道沿いに、ずっと続くその声に、心地よさを感じる。心地よいと感じるのは、虫の声を左脳で聞いているからという。言語として捉えるかららしい。この秋、山登りを計画中。自然豊かな宗像の、色々な声を聞きたいと思う。(ひ)

9月6日に実施された市総合防災訓練。この日は風が強く、玄海小・中学校のグラウンドでは、臨場感のある訓練が繰り広げられた。参加者はみんな真剣。取材で参加した私も、写真を撮る手に入力が入った。災害は思わぬ時にやってくる。日頃から防災意識をしつかりと持ち、もしものときに備えたい。(み)

先日、市シルバー人材センター会員の人の貴重な話を聞くことができた。退職後、時間の余裕が心の余裕につながり、その中で仕事をすることで仕事の有り難みを再確認できるそうだ。依頼主をはじめ、さまざまな人との触れ合いも大きな刺激になるという。私も、忙しい中でも自分を見つめ直す働き方をしたい。(り)