

問い合わせ  
健康福祉課  
健康づくり係  
TEL 391-1126  
FAX 394-3423



健康のために毎日、薬を飲んでいる。  
でもこの薬にどんな効果があるかはわからない。  
そんな皆さんもいるのではないのでしょうか。  
そこで今回は薬への疑問を専門家に伺ってきました。  
この特集を読めばあなたの薬との付き合い方が変わるかも。

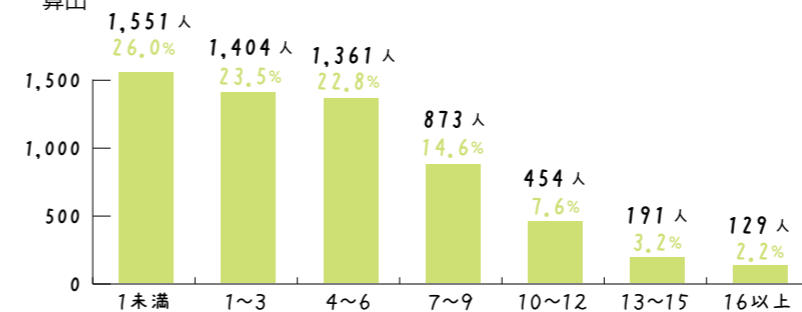
適切な薬の服用管理を目指す

**皆** さんの健康を支える薬には、  
医師の処方による処方薬や、  
ドラッグストアなどで処方箋がなく  
とも購入できる市販薬など、さまざま  
な種類があります。ほとんどの皆  
さんが何らかの薬にお世話になった  
経験があると思いますが、薬は健康  
に寄与する一方で思いもよらない副  
作用を引き起こす可能性もありま  
す。複数の薬を一緒に服用すると互  
いに効果を打ち消し合って効果がな  
くなったり、あるいは相乗効果で効  
果が強くなりすぎて体調を崩したり  
する場合もあります。そういったこ  
とを防ぐために、医師や薬剤師によ  
る適切な薬管理が必要です。

今月号ではよくある薬に関する困  
りごとから飲み残しの薬などの取り  
扱い方法まで正しい薬との付き合い  
方について特集します。正しく適切  
な管理で薬を服用し、健康な身体を  
目指しましょう。

MEMO 菰野町内 75 歳以上の方の内服薬種類数

※令和5年度末の三重県後期高齢者医療広域連合の後期高齢者医療保険から算出



▲75歳以上では74.0%の方が何らかの薬を服用しており、16種類以上の薬を服用している方も2.2%います。



かかりつけ薬剤師の必要性

**か** かりつけの病院やかかりつけ  
医は多くの方に心当たりがあ  
ると思いますが、かかりつけ薬局や  
かかりつけ薬剤師は皆さんにとって  
存在しているでしょうか。人はそれ  
ぞれ体格や体質が異なり、薬による  
効能や副作用も異なる部分がありま  
す。そのため、薬を服用する個人  
の体質や病気の症状を熟知したかか  
りつけ薬局や薬剤師がいれば、円滑  
な処方方が期待できます。例えば、の  
み込む機能が低下している方には口  
の中で溶ける口腔内崩壊錠を処方し

たり、服用の負担軽減を目的に複数  
の薬を配合した配合錠を処方したり  
と、薬剤師はその方に適した処方を行  
い、困りごとや相談にも応じてく  
れます。特にかかりつけの薬剤師が  
いれば、病気の経過や薬の服用歴、  
その方の体質にまで合わせた薬を処  
方してくれます。

自身のかかりつけ薬剤師となつて  
もらうためには、まずは通院する病  
院の近くや訪れやすい薬局を見つ  
け、薬剤師と話ししてみましょう。信  
頼できる薬剤師だと思えば、かか  
りつけ薬剤師となつてほしい旨を申  
し出て、書類を記入すれば、かかり  
つけ薬剤師になつてもらえます。

四日市薬剤師会 認定実務実習指導薬剤師 青木一徳さん



学校薬剤師として菰野小学校に年間10回以上訪問して、子どもたちへの薬剤指導はもちろん、検尿や飲料水の水質検査なども行い学校の環境衛生指導にも携わっています。薬への

の困りごとはなかなか相談する機会がないかもしれませんが、薬局は病院以上に訪れやすく相談しやすい場所であると考えています。かかりつけ医と同様に近隣でかかりつけ薬剤師を見つけてもらい、処方や薬への疑問点も遠慮なく何でも相談してもらいたいと思います。



MEMO 覚えておこう! 薬の基礎知識

- ・相談時の情報 → 医師や薬剤師に相談する場合は「薬の名前」「服用している量、期間」「発現した症状」を説明できるようにしておきましょう。
- ・薬は水で飲む → 濃いお茶や柑橘系のジュースなど薬に影響を与える飲み物もあります。コップ1杯程度(150mL)の水かぬるま湯で飲んでください。
- ・飲み忘れた場合 → 飲み忘れても次の服用時間までに時間が空いていれば思い出した時に飲みましょう。忘れたからと1度に2回分飲むなどは避けましょう。

MEMO かかりつけ薬剤師となる手続き



自宅やかかりつけ病院に  
最寄りの薬局を見つけて...

かかりつけ薬剤師になってほしいの  
ですが。

相談者

ありがとうございます。ご署名いた  
だきたいことがあるのでこちらの文書に  
ついて5~10分ほどご説明させてい  
ただいてよろしいですか。



薬剤師

はい、お願いします。

相談者

では、ご説明しますね。(略)  
何かご質問はありますか?



薬剤師

はい、大丈夫です!

相談者

では、こちらの同意  
書に署名をお願いします。



薬剤師

手続き完了!

令和6年度 薬と健康の週間

実施期間 10月17日~23日



10月17日は、医療の始祖といわれる薬祖神を祭り、一年の無病息災を祈念する「薬祖神祭の日」です。10月17日を初日として医薬品を正しく使用することと薬剤師が果たす役割の大切さを周知するために、「薬と健康の週間」を毎年、実施しています。