



～薬と上手に付き合おう～

薬の飲み方

説明書をよく読んで使おう

薬を飲む時間

決められたタイミングで服用しよう

薬の服用方法

決められた方法で服用しよう

かかりつけ薬局

かかりつけの薬局を決めて、薬のことは薬剤師に相談しよう

副作用

- こんなことに注意しよう
- ・間違った使い方
- ・車の運転等危険な作業（眠気）
- ・アレルギー体質
- ・持病がある



お薬手帳の活用

- ・自分の薬のことを熟知しよう
- ・病院や薬局で必ず見せよう
- ・薬局、薬店等で薬を買った時も、薬の名前を記入しよう

飲み合わせ

組み合わせによっては作用が強く出すぎたり効きにくくなったりすることがある

日頃の健康管理

軽い病気やケガは家庭に常備している薬でも治すことができる

「毎朝血圧の薬を飲んでる」「白内障で日に4回田薬を差している」「腰が痛いときは痛み止めを飲んでいる」など加齢に伴い、様々な病気を悪い、その治療のため何種類も薬を服用する場合があります。薬は病気を治療するために必要なものですが、正しく使わないときちんとした効果が得られません。薬と上手に付き合いましょう。

薬といふ上手な付き合い
講演会を開催します

皆さんに薬について知っていたくために、講演会を開催します。
薬のリスクを知って、上手に付き合いましょう。

講 場 日 時 … 2月25日（水）13時30分
申込先 … 湯浅町地域包括支援センター 2階 集会室
参 加 費 … 無料
講 師 … 和歌山県立医科大学薬理学教室
助 教 … 氏家 悠佳 先生
申込先 … 湯浅町地域包括支援センター
TEL 64-1120
2月20日（金）までに
お申し込みください

もっと薬のことを知りたい方、ぜひお越しください！

「ぴあサロン」～家族のつどい～

2月18日（水）13：30～15：30 栖原老人憩の家

認知症の方を介護している家族のつどいです。「認知症の方の介護」という共通の内容で、心に溜め込んだ想いを話してみませんか。介護の工夫や情報も集まります。

会場内の話は外にもらさない事を条件に、色々な事を語り合いましょう。

詳しくは

湯浅町地域包括支援センター（健康福祉課内） ☎ 64-1120

