

け～る

〔北部西地域包括支援センター・福祉なんでも相談センターだより〕

第2号

け～る(ケール)とは:アブラナ科の植物で、食物繊維やビタミンが多く含まれています。青汁の材料にもなっている“健康”の代名詞的な植物です。花言葉は『愛を包む』。この花言葉のように地域の人々を“愛”を持って包み込みたい。さらに、地域の皆さまにとって青汁のような“元気”の素になりたいという思いを込めて『け～る』と付けました。

甘い季節に、「甘～い脳トレ」を贈ります♪

2月14日は、バレンタインデー。色々なチョコレートが売り場にでてきて、見ているだけでも楽しめる季節となりました。毎年恒例のバレンタインですが、異性や親しい人にチョコレートを贈る習慣は、日本独自のものらしいです。今回のけ～るは、チョコレートではありませんが、“脳のトレーニング”になる甘～いなぞなどをお贈りしたいと思います。(答えは裏面にて)

【問題 1】

おばあちゃんが 7 人で食べる果物、な～んだ？

ヒント:おばあちゃんを「婆(バア)」に変えるとわかるかも？

【問題 2】

鼻をつまみながら食べる餅って、な～んだ？

ヒント:鼻をつまむときってどんなとき？

【問題 3】

しっぽが 8 つ並んだら、おいしいものに変身したよ。な～んだ？

ヒント:しっぽは、「尾(お)」ともいいますね。



活動報告！！

【オレンジカフェ開催について】

11/4 パスタ・デ・コンチェルト、11/11 多度すこやかセンターにて、“オレンジカフェ”を実施しました！約 30 名の参加者におこしいたごき、薬剤師さんから認知症の治療にて使われる薬に関するお話を聞くことができました！



【認知症キッズサポーター養成講座開催について】

大山田、多度の小学校で認知症キッズサポーター養成講座を開催しました！総勢 291 名(大山田:273 名、多度:18 名)の生徒さんに、認知症の理解を深めて頂きました。

“認知症キッズサポーター”としてこれからのご活躍を期待しています。



このまちの『薬剤師さん』！



薬剤師さんから地域の皆さまへ情報発信をして頂くコーナーです。毎号1か所をご紹介します！かかりつけの薬剤師さんが登場するかも？！

コロナ禍における解熱鎮痛剤の取り扱いについて

初めまして。多度町柚井にあるあおぞら薬局代表、薬剤師の増田博一と申します。私は昨年4月から家内の管理薬剤師でもある増田加代子先生と2人で薬局を切り盛りしています。

さて、コロナ禍において市販を含む解熱鎮痛剤の重要性が高まりました。そこで最低限知っておくこととお話します。

解熱鎮痛剤は大きく分けて2種類存在します。それはアセトアミノフェンとNSAIDs(イブプロフェンやロキソプロフェンなど痛みを抑え、熱を下げるお薬の代表的な種類)です。

アセトアミノフェンは安全性が高くあらゆる年齢層の方が薬を使用することができ、かつ飲み合わせの心配をほぼすることがありません。ただNSAIDsと比べやや効果が物足りなく感じるかもしれません。対してNSAIDsといわれるものは様々な種類があり、かつ効果も実感しやすいとおっしゃる方が多いですが、腎臓が悪い方にはやや使いにくかったり胃を悪くしたりする可能性があります。



(あおぞら薬局の増田薬剤師さん夫妻)

～ ここで豆知識 ～

症状が出て診察なりお薬相談をされる際、薬のお名前とお薬を飲んだ具体的な時間を予め教えていただくととても対応しやすくなります。またかかりつけ医から処方されたお薬情報やご自身で購入された市販薬をお薬手帳にまとめていただくといざという時に迅速に対応することもできます。是非ともご協力をお願い致します。



○あおぞら薬局

住所:桑名市多度町柚井 1698-1

電話:0594-49-3633 FAX:0594-49-3635

HP:<https://www.tado-aozora-ph.com>

北部西地域包括支援センター・福祉なんでも相談支援センター

介護や障害、子育てのことなど、福祉に関することをまとめて相談できる窓口です。「福祉の情報を知りたい」「相談先がわからない」などお気軽にご連絡ください。

○北部西地域包括支援センター
多度福祉なんでも相談センター
住 所:多度町多度1-1-1
(多度すこやかセンター)
開所日:月～金曜日
(祝日除く)
時 間:8:30～17:15
電 話:0594-49-2031

○北部西地域包括支援センター
福祉なんでも相談センター
住 所:大山田1-7-4
(大山田コミュニティプラザ)
開所日:火～日曜日
(月曜日が祝日の場合は開所)
時 間:9:00～17:00
電 話:0594-41-2114