

あけぼの



夏秋号

AKEBONO vol.111

あけぼの

暮らしの知識をお届けする薬局の広報紙

INDEX

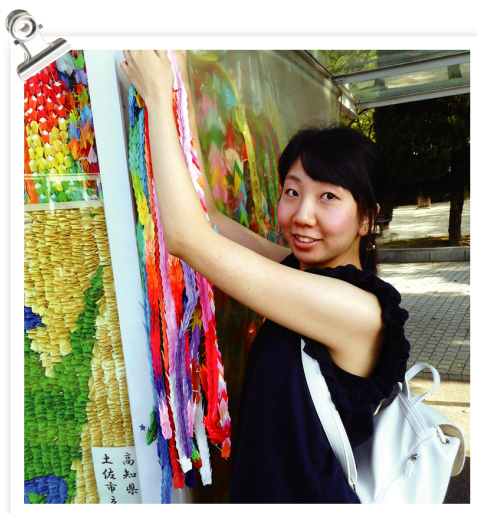
- ② 受動喫煙の影響について
- ③ 薬害根絶について / 私の推薦図書



anti-atom

原水爆禁止世界大会

in HIROSHIMA

大野店
薬剤師／田村 祥子

8月4日～6日、広島の前水爆禁止世界大会に参加してきました。
1945年8月6日、人類はかつてない惨劇を広島の前で体験しました。原爆の放射線被害により現在も多くの人が苦しめられている一方で、世界には多くの核爆弾が貯蔵・実戦配備されています。

私はこの三日間被爆者の方のお話を聞き、遺跡を見ました。その中で、当時軍医として被爆者の治療に不眠不休で当たっていた方がおっしゃった「被爆者治療をするのなら、被爆者をつくらぬことしかない」という言葉がとても印象に残りました。私たち医療従事者が、なぜ核兵器のない世界、放射線被害のない世界を訴えていかなければならないのか。現在、核兵器が使用された場合に、それに対応し得る医療機関を持つ国は世界中どこを探してもありません。医療従事者がそのとき出来ることは限られています。だからこそ、私たちが核兵器の廃絶を実現させなくてはならないのです。

今まで被爆者の方は、差別や悲惨な体験を思い出さくないという思いからあまり当時のことを語ろうとはしませんでした。しかし、生きている間になんとか核兵器のない世界を実現させたいと被爆者の方たちは動き出しました。世界で数億の署名を目標にした「ヒロシマ・ナガサキの被爆者が訴える核兵器廃絶国際署名」が始まったのです。私たちの力で核兵器のない世界への扉を開きましょう。

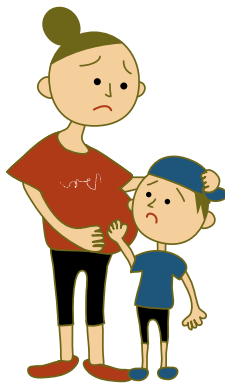
あけぼの

受動喫煙

の影響について

たばこの害と健康と子供への影響

たばこを吸わない人が、そばにいる人のたばこの煙を吸わされることを「受動喫煙」といい、その副流煙(たばこから立ち上る煙)には、喫煙者が吸う煙より数倍から数十倍もの有害物質が含まれているため、周りの人の健康に大きな影響を与えます。妊婦が受動喫煙にさらされると、流産や早産の危険性が高くなることや、新生児の低体重化がおこることなどが報告されています。また、子供にもさまざまな影響があり、中耳炎、気管支炎、肺の感染症や肺機能の低下、脳の働きへの影響(言語能力低下や、注意力散漫等の傾向)が報告されています。



さらに近年とても危険性が高いことが分かってきたのは、三次喫煙です。たばこの煙が衣服や髪の毛、壁などに残留し、時間が経過すると毒性が増し、ニトロソアミンという最も強力な発がん性物質になり危険が増すことが指摘されています。

あなたにあった禁煙をサポートします

たばこにはニコチンによる身体的依存と習慣による精神的依存の二つの依存があります。その為になかなかやめることができません。禁煙開始時の離脱症状を緩和するため、ニコチンパッチによる代替療法を行うことで、楽に禁煙できるようにします。ニコチン依存症に係るスクリーニングテスト(TDS)でニコチン依存度が高く、禁煙サポートの保険適応を希望される方は、あけぼの薬局までご相談ください。

(妙見店 薬剤師/葛西孝行)

ニコチン依存レベル
CHECK

	0点	1点	2点	3点
朝目覚めてから何分くらいで最初のたばこを吸いますか?	61分以降	31～60分	6～30分	5分以内
喫煙が禁じられている場所(図書館・映画館等)でたばこを吸うのを我慢することが難しいと感じますか?	いいえ	はい		
1日の中でどの時間帯のたばこをやめるのに最も未練が残りますか?	右記以外	朝起きた時の目覚めの1本		
1日でたばこを何本吸いますか?	10本以下	11～20本	21本～30本	31本以上
目覚めてから2～3時間以内の方が、その後の時間帯よりも頻繁にたばこを吸いますか?	いいえ	はい		
病気でほとんど1日中寝ている時でもたばこを吸いますか?	いいえ	はい		

依存レベルは・・・

合計

点

低い

0点～2点

ふつう

3点～6点

高い

7点～10点

祝
5周年

流しそうめん

高齢者共同住宅「なのはな」で、流しそうめんを行いました。5周年という記念の回でしたが、突然の雨のため、初めて館内で開催しました。一人一人に合わせて流す速さを変えたり、「はい、今だよ。」「頑張っ！」とかかる声に慌てて箸を出す姿もあり、和気あいあいとした流しそうめんとなりました。

また、三角くじやスタッフが仮装した演歌歌手のステージに笑いながら、あっという間に時間が過ぎました。入居者様やご家族の方より「楽しかった。」「ありがとう。また、お願い。｣と言葉をかけていただき、参加者全員が笑顔になった一日でした。(住宅介護事業部 次長／成田 美奈子)

8月
24薬害根絶デー
薬害根絶について

みなさんは、薬害という言葉をご存じですか？薬害は薬の副作用とは異なり、「国や製薬会社が医薬品の有害性に関する情報を軽視・無視した結果、社会的に引き起こされる人災的な健康被害」のことを指し、誰もが被害者になる可能性があります。薬害エイズ、薬害肝炎など過去に多くの悲惨な被害が起きました。そして、今現在も薬害ではないかと疑われている事例があります。

薬害が起らない社会にするために、

薬剤師は薬の安全性を科学的に見極める力を身につけ、薬の情報に対して厳しい目をもつ必要があります。さらに薬服用後の患者さんの変化を見逃さず、健康被害の可能性のある場合には速やかに製薬会社に報告することで被害を最小限に食い止める働きもします。

薬局で薬を受け取る時、薬剤師から色々聞かれ、わずらわしいと感じることがあるかもしれません。しかしこの聴き取りこそがみなさんの健康を守るために必要な事なのです。どうぞ今後とも協力お願いします。

(妙見店 薬剤師／阿部 伸也)

Books NO.011 私 の 推 薦 図 書

「容疑者Xの献身」
東野圭吾／著

「ガリレオ先生」と呼ばれる湯川学が物理学を駆使して難事件を解決していく東野圭吾さんの作品の中でも人気のシリーズ。今回は愛する女性の為に罪を犯してしまった学生時代の友人が容疑者。かつてお互い天才と呼ばれ、よきライバルだった友人が容疑者という状況で湯川先生は「天才」が考えた犯罪トリックをどのように暴いていくのか…

いつもクールで冷静な湯川先生が、友人の愛する女性に対する気持ちを思い苦悩し「人間」らしい部分を出しています。映画化もされたこの作品ですが、本として読むとまた違った面白さがあると思います。

ご応募
お待ちしております

皆さんのお気に入りの本を紹介するコーナーです。

本のタイトルと紹介文を200字程度でお書きの上、あけぼの薬局各店にハガキ又は持参してご応募ください。

紹介者

大野店 事務／吉田 和美



電話の印象はとても大切！
明るい声で対応します。

あけぼの

接 遇 研 修 会

医療現場での接遇の大切さを学ぶため、講師をお招きして接遇研修を行いました。

「対応」と「応対」の違いを学び、対応は相手の状況に対して行動すること(してあげる)で、応対は相手の立場を主として、気持ちを受け止めて想いに沿った受け答えをすること(させていただく)だと知りました。あいさつや笑顔はもちろんのこと、誠意ある応



よりよい接遇をみんなで考えています。

私の趣味

4

WATA SHINOSYUMI

新町店 薬剤師
齊藤 仁

私の数少ない趣味の一つに**バイク**があります。バイクとの付き合いは今から約30年前、私が大学生時代の時からになります。

私にとってバイクの魅力は、何といっても直接風を切って走っているときの爽快感です。また、音や振動、スピード感、

コーナリングなど、どれをとっても車では味わえない快感があります。エアコンの効いた車で快適にドライブするのもいいですが、自然を感じながらバイクで走るのはとても気持ちいいです。現在は、あおもり協立病院の前身である協和病院時代からあるツーリングクラブMCF (Motor Cycle Family) で、毎月第2・第4日曜日には仲間と一緒に走っています。体力の続く限り、安全運転でバイクライフを楽しんでいきたいと思っています。

