



上田薬剤師会 発

薬剤師の

ちょっと薬に立つお話

YAKUNI
TATSU
OHANASHI
VOL.131

Vol.131

地域の皆さんの健康のために
さまざまな活動をしている
上田薬剤師会から、
健やかな毎日をつくるために
ちょっと役立つお話を
お届けしていきます。

毎月「第2土曜日」の
週刊うえだを、どうぞお楽しみに!

1 TOPICS

お盆 夜間 休日
お薬のことで困ったときは…



今年のカレンダーは連休が長いお盆休み。
急な病気などで困ったとき、お休み期間中の薬局の使い方をおさらいしましょう。

まずは、ご自分の「かかりつけ薬剤師・薬局」へ連絡を!



これまでのお薬の履歴やアレルギー歴など、
あなたの健康に詳しい「かかりつけ薬剤師・薬局」は、
いざというときに相談しても的確な対処法を教えてください。
日ごろからぜひ「かかりつけ薬剤師・薬局」をつくっておきましょう。



休日に「かかりつけ薬剤師・薬局」に連絡がつかない場合は?

▶ お近くの「休日当番薬局」へ!

上田市、東御市、小県郡を4つのブロックに分け、1ブロックにつき
1薬局、上田薬剤師会の会員薬局が当番制で開局しています(9:00~19:00)。
休日に緊急医を受診して処方せん調剤が必要な際など、ご利用ください。



休日当番薬局は「週刊うえだ」に毎週掲載されているほか、
上田薬剤師会のホームページでもご確認ください。 <http://www.uedayaku.org/>

夜間に「かかりつけ薬剤師・薬局」に連絡がつかない場合は?

▶ 「夜間受付電話」へ! ☎0268-21-0660 (19:00~翌朝7:00)

夜間の急な対応も、上田薬剤師会の会員薬局が当番制で担当し
ています。夜間当番医の処方せん調剤のほか、患者さんの行きやす
い薬局を探したり、薬に関する電話相談を受けたりしています。



2 TOPICS

上田薬剤師会のホームページが
リニューアルします!



上田薬剤師会はこれまでも地域の患者さんのお役に立てるよう、さまざまな取り組みをし
てまいりましたが、この機会にホームページもさらに使っていただきやすいものにするべく、
リニューアルすることにいたしました。

お住まいの地域にどんな機能の薬局があるかわかりやすくお伝えし、地域のみなさんの
目線で便利に検索できるシステムを搭載。さらに医療関係者の方にも使っ
ていただきやすいホームページを目指します。

8月中に公開の準備が
整う予定ですので、具体的
な使い方などは次回お知
らせします。お楽しみに!

| | | |
|---|--|---|
| <p>🔍 探す・知る</p> <ul style="list-style-type: none"> 薬局検索・マップ 休日夜間当番薬局 Q&A 薬に立つ話 上田薬剤師会とは | <p>📖 学ぶ</p> <ul style="list-style-type: none"> 研修案内 講演会情報 薬に立つ話 G23薬剤師生涯教育認定制度 健康サポート薬局研修 | <p>🏠 調べる</p> <ul style="list-style-type: none"> 一般飲料水水質検査 浴槽水等検査 (レジオネラ菌 検査等) 食品中の残留農薬検査 |
|---|--|---|

(画像は一部のイメージです)

毒物劇物取扱者試験準備講習会

7月7日に開催されました!

上田薬剤師会では毎年「毒物劇物取扱者」の試験を受験される
方を対象に、試験準備のための講習会を開催しています。今年も
多くの受験予定者が、上田薬剤師会館に集まりました。一人でも多
くの方が合格されるよう今後も講習会を開催し、お役に立てるよ
う努めてまいります。



あらためて考える

健康食品と医薬品

その2

世間を騒がせた健康食品による健康
被害のニュースはまだ記憶に新しいとこ
ろです。私たちは健康食品とどのように
付き合っていけばいいのでしょうか。先月
(7/13)号に引き続き、薬剤師の小宮山
拓実さんに聞きました。



出典：内閣府 食品安全委員会資料

つづき

健康食品と医薬品の違い

【製造過程の安全性の違い】

「健康食品」と「医薬品」は違います。有効性と安全性については先月
号でお伝えしましたが、製造から出荷までの各工程で「医薬品」には世
界共通の厳しい基準があります。原料の検査にはじまり、温度や湿度と
いった製造時の環境、清掃の回数や器具、洗浄剤の種類まで細かく決
められ、厳しく管理されています。医薬品は、安全な工場と同じ品質の
ものが安定して製造されるのが当たり前なのです。

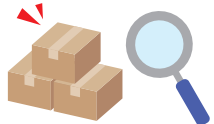
一方、いわゆる「健康食品」は、製造環境や製造方法がメーカーに一任
されています。そのため、品質が不均一だったり、表示通りに成分が
入っていなかったり、さらには有害な不純物が含まれる
など、過去には問題のある製品もありました。特に、海
外の製品には注意が必要です。



【市販後の安全性の違い】

「医薬品」は、発売された後も「調査」を続け、さらに一定期間経った
後に、有効性・安全性について再確認する「再
審査」が義務付けられています。

一方で、いわゆる「健康食品」の品質管理
は、製造者が任意でおこなっています。

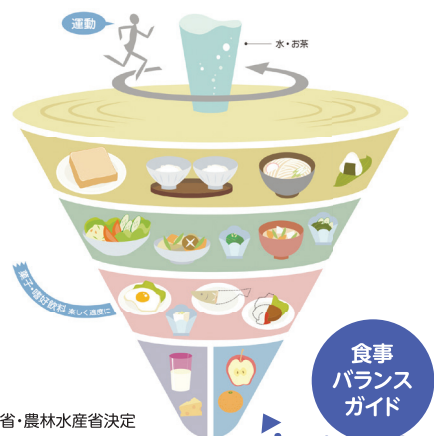


健康食品の落とし穴

現在の日本人の食生活では、不足しているビタミンやミネラルなどは
あまりありません。むしろ、サプリメントによって「過剰摂取」となる方が
懸念されています。

健康なからだを保持、
増進するためには、バラ
ンスのとれた健全な食生
活、適度な運動、休養、睡
眠が基本です(イラスト
参照)。

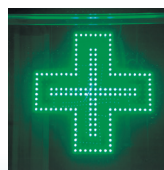
健康食品の摂取を選
択する前に、今の自分を
見つめ直し、健康食品が
本当に必要なか考え
ましょう。



厚生労働省・農林水産省決定

食事
バランス
ガイド

健康食品に関する相談も、
かかりつけ薬剤師・薬局にお気軽にどうぞ!



上田薬剤師会の
マーク(左)と、上
田薬剤師会認定基
準薬局の目印、グ
リーンクロス看板
(右)

はい、お答えします!
は今月はお休みします

