

9時45分 カフェ街路樹にて集合

参加者名簿 次第(本日の流れ確認) 当日の配布資料

役割 講師 x xさん

司会 (x xさん)

受付 (x xさん、x xさん)(配布資料、参加費 200円徴収)

カメラマン (x x、x xさん) 終わりの挨拶(x xさん)

会場提供・お茶菓子準備 (x xさん、x xさん)

参加者の詳細は以下になります。

性別 男性 1人 女性 9人

配布資料 「地域交流の場ぽつぽつ 薬の情報管理編」(次第)

「薬の情報はどこに？」

「マイナンバーカードの健康保険証利用」

「大和おくすり通信」 (プログラム9の資料)

実際の状況を報告致します。

全体の様子



9回目の開催。今年は最初の開催日。天候も良く日当たりも良い日になりました。

今回初参加の方3名。詳細をお聞きするとカフェ街路樹のお客さんでした。地域住民との新たな顔つなぎとして嬉しく感じました。

本日は「J:COM」の方が取材に来ました。地域住民の交流の場に関心があるとの事。参加者・会の代表・会場提供者に取材をする予定。今回「WEB掲載」で取材に来たとの説明がありました。写真撮影の許可を再確認致しました。取材を受けるようになった事を素直に嬉しい気持ちです。引き続き協議体としての活動が地域に伝わるよう努めていきます。

今回のテーマは『薬の情報管理』になります。「お薬」は誰もが関心の高いテーマです。参加者よ

り質問も多く頂けるのでは？と予想してしまいます。それでは早速講師の方の説明を聞いてみましょう。

本日の内容は、こちらになります。

1. 薬の情報はどこに？
 2. 「薬の情報」を自分の身の回りにおきましょう
 3. 災害時の常備薬はローリングストックで！
 4. 災害時に役立つ OTC 薬
- 他、情報提供



最初にクイズ形式で 10 問ほど、参加者と問題を解きました。
手を挙げる参加者が多く、盛り上がりました。✦
クイズは正解・不正解に関係なく真剣に解いてしまいますね。

今回のテーマの入り口として一番大事なのは「お薬手帳」

お薬手帳の起源から今現在の役割についての説明がありました。

お薬手帳には「名前」「住所・連絡先」「アレルギー歴」「既往歴」「市販薬やサプリメントを利用している場合」など記入する項目があります。記入の大事さを学びました。

① お薬手帳

薬局から発行されるあなたの処方「薬の情報」を記録するための手帳です。✦
要は薬の日記帳です。この手帳があると、医師・歯科医師、✦
薬剤師はどのような薬を✦
どれくらいの期間服薬しているのかを判断できます。✦
必ず 1 冊で情報を管理しましょう。✦



② 「処方シール」 常時持参するようにもう 1 枚頂く事も可能です。

③ 「薬情(薬剤情報提供書)」 **必ず** 最新の日付の情報にしておきましょう。

④ 「お薬メモ」 薬の名称は「カタカナ」が多く覚えるのが大変です。自身でお薬のメモ作成するのも良い工夫点です。

⑤ 「薬やお薬手帳の写真」 避難する時にはスマホを持って避難する方が多いと思います。スマホで写真を撮っておくと安心ですね。

⑥ 「電子お薬手帳」 スマホ操作が苦手な方はスルーされてしまいます…。覚えれば便利になります。

全てを用意するのは大変です。講師からの説明では『一つの方法だけでなく 2 つ以上用意しておくとうれしい。』と説明がありました。

★「薬の情報」を自分の身の回りにおきましょう★

一番妥当なのは「財布」に入れておく事。誰でも財布は大事に持っていますよね。自分だけでなく、家族・身内の方にも情報を預けておくことも大事です。

★災害時の常備薬（慢性疾患の薬）はローリングストックで！★

災害時の備蓄品と同様ですね。1週間分、1ヶ月分と人によってストックする分量に違いがありました。

★災害時に役立つ OTC 薬★（ドラッグストアや薬局で販売している医薬品のこと）

市販されている薬には、テレビの CM でも見かけますね。聞き慣れた市販薬だと直ぐにイメージできます。初めて聞く市販薬には、メモする参加者が多く見かけました。

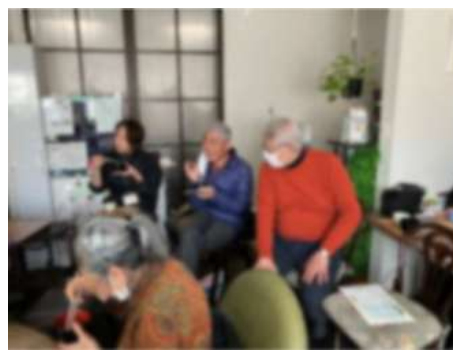


即効性がある薬、腎機能との兼ね合い、強力・マイルドな薬、などお薬を選ぶ視点が良く理解が出来ました。

参加者の真剣な表情の元に「お汁粉」が届きました。



交流会の時間になり「お汁粉」を食べている様子です。みんなの表情が素敵ですね。



J:COM さんは見学中心のような感じを受けましたが、会終了後に協議体構成員、参加者、会場提供者に取材されていました。内容詳細はこれまでの経緯や、会を立ち上げた経緯、今までのプログラム内容、参加しての感想や変化などになります。市内の住民活動にも関心があり、許可が得られれば、取材に行きたいとのご意向もお聞きしました。

今回のアンケート集計は以下になります。

・今回の講義で印象に残った内容について

「薬の情報」を身の回りにおきましょう 3名 災害時に役立つ OTC 薬 4名
災害時の常備薬はローリングストックで 3名 薬剤耐性あるある川柳 2名

・次回の地域交流の場について事前アンケートです。

普段から運動に取り組んでいますか？

取り組んでいる 6名 週1回程度の運動量 4名 全く取り組んでいない 0名

・自由懇談について

満足 9名 普通 1名 やや不満 0名 不満 0名

・今回の企画で感想や印象に残った事を教えてください。

色々大事な情報を頂き感謝。早速取り組みたい。

薬や服用薬情報についても早速対応したい。

とても良かったです。薬の事をもうちょっと聞きたい。

売薬について説明があったのが良かったです。

お薬手帳は常に携帯しておくこと。

ドラッグストアの薬を紹介頂きありがとうございます。説明が分かりやすかったです。

盛りだくさんの内容との印象でした。最新情報も含め、内服薬に関しては学習することが多いですね。内服薬に関しては、自分事に置き換える事が出来るのでイメージしやすいし関心度も高いと思います。「湖畔地域からタクシーで来ました」と参加者も定着しました。アンケート結果でも「満足度」が高い結果です。J:COM の取材もあり、地域に協議体の活動の宣伝に繋がればと感じました。来年度の協議体活動のヒントを多く得た回になりました。