



民医連加盟
保険薬局

はるか通信

No.190 2020年5月号

発行：株式会社 あゆみ調剤 はるか薬局

はるか通信編集委員会

北海道釧路市治水町6-2

TEL 0154-31-7811・FAX 0154-31-7773

<http://www.a-haruka.co.jp/>



はるか薬局の 新型コロナウイルス対策



新型コロナウイルスが終息せず、
進学、就職も例年とはずいぶん様子
の違う春となってしまいましたね。
みなさん、うがい・手洗い・生活周
りの消毒と換気できていますか？

はるか薬局でも、3月から店内の
消毒を行なっていましたが、さらに
感染拡大防止を強化するため消毒換
気の回数を増やし、給茶機の停止、
新聞・雑誌等、廃止しております。

また、受付・お薬のお渡しカウン
ター、会計にビニールカーテンを設
置いたしました。なんだか物々しく
なってしまいましたが、飛沫感染を
防止するためです。何卒ご了承ください。



さい。

今年初頭まではごく当たり前に販
売していましたマスクをはじめとす
る衛生用品、体温計や消毒液など慢
性的に品薄となっており、申し訳な
く思っております。入荷になり次第
順次販売を再開いたしますので今し
ばらくお待ちください。

はるか薬局では、みなさんに安心
してお薬を受け取っていただけるよ
う、職員一同毎日の検温を実施し、
発熱・体調不良の聞き取りなどの健
康管理をしております。

待合の混雑が気になる方は、受付
に携帯電話番号をお伝えいただけれ
ば、薬の用意ができるまでお車で
お待ちいただくほか、着払いでの郵送
等も対応させていただきます。

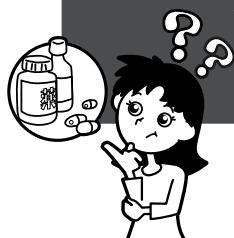


3密や不要不急の外出を避
け、少しでも早く平穏な日常
が戻るよう共に頑張りましょ
う。

(事務：菅原 理恵)



薬の記事のかたよった 意見にご注意を！



最近、「飲んではいけない薬特集」「本当は危ない薬」などの記事が雑誌などの記事に載るようになり、自分の飲んでいる薬は大丈夫だろうか？と不安に思われる方も多いかと思います。

確かに、薬というものは治療薬としての作用だけでなく体に害を及ぼしてしまう副作用が起こってしまふことがあります。特に、高齢の方は、体の機能が衰えていますので副作用も起こりやすくなっています。新しく出た薬などは、その服用による体調変化や副作用に十分注意が必要となります。

ただし、雑誌などの記事を鵜呑みにして、今飲んでいる薬が危ないから自己判断で勝手に飲むことをやめてしまったりすることは決してしないようにして下さい。

現在、その方が服用している薬は、医師が必要だから処方しているものです。そのため勝手に中止すると期待している治療効果が得られず、か

えって体に悪いことが起こってしまいます。雑誌などの情報は、決して全てが誤りというわけではありませんが、かたよった意見もあるので注意しましょう。

特に、血圧やコレステロールの薬が危ないという記事がありますが、その薬を中止してしまふことにより、脳梗塞や心筋梗塞などを起こす危険性が増してしまい、命にかかわる事態になってしまう可能性もあることを知っておきましょう。



一方で、薬をたくさん飲んでいると、それによる副作用が起こりやすい事も事実です。「今飲んでいる薬がどういう目的で飲んでいるのか？」再度確認してみることも大切です。今は症状がないのに飲み続けていたり、検査値が改善しているのにずっと続けている薬などがある可能性もあります。そのような薬がある場合



は、今飲んでい
る薬の必要性に
ついて医師や薬
剤師に相談して
みましょう。

今は、新型コ
ロナウイルスで気の滅入るようなニ
ュースばかりです。皆の不安をあお
るような文章に過度に反応し、情報
に流され過ぎないように意識しまし
ょう。

また、新型コロナウイルス対策の

自粛生活でストレスが溜まっている
方も多いと思います。このストレス
に対する一番の「クスリ」は、【規則正
しい生活をして、できる限り体を動
かす】ことだと思います。日々の生活
で、家族や周りの人への感謝を忘れ
ずに、「ありがとう」という言葉在意
識して使うことも気持ちの面で、本
人にも、言葉を受け取る人にとっ
ても良い方向に働きます。皆さんも意
識して、「ありがとう」をたくさん伝
えてみましょう。（薬剤師：市川 正人）

みなさんに知っておいてほしい 処方箋のルール

みなさんは、医療機関で発行された処方箋を持って、薬局に来局されることが多いかと思いますが。処方箋にもルールがあるのはご存じでしょうか。



一つ目は、有効期限です。処方箋が発行された日を含め4日以内に
処方箋は薬局へ出さなければなりません。4日の中には、土日祝日も含まれますので、週末や連休前に受診した場合は特に気をつけましょう。4日を過ぎると、
処方箋を発行した医療機関の医師の承認が必要になっ
たり、もしくは再度受診をしなくてはなりません。

また、処方箋は公的な書類です。処方箋にメモや落書きをしてはいけません。そして、処方制限がある薬もあります。向精神薬（睡眠剤等）や麻薬、新薬等は処方日数の制限があります。また、湿布についても、2016年4月から70枚の制限になっています。



何かわからないことや、疑問に思うことがあればお気軽にお問い合わせください。

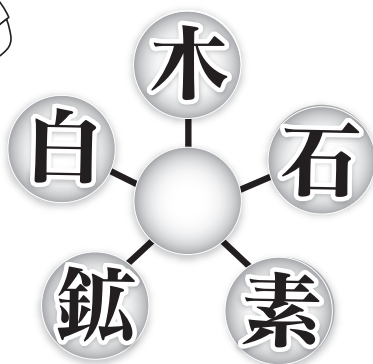
（事務：中井 康平）

はるか薬局お楽しみクイズ

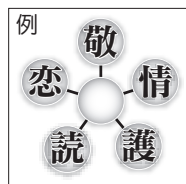
★漢字当てはめクイズ★

問題 中央の○に当てはまる漢字を下の欄から選び回答してください。すると5つの熟語が完成します。

＜正解すると抽選で図書カードがもらえます＞



例) 右下図の中央に当てはまる漢字の答えは「愛」です
【・恋愛・敬愛・愛情・愛護・愛読】



単・炭・淡

答

【クイズ応募のきまり】

クイズの答え、住所、氏名をハガキ、またはEメールでご応募下さい。はるか通信への感想、はるか薬局へのご意見などもお書き下さい。正解者の中から抽選で3名様に図書カードをお送りします。

なお、頂いたご意見ご感想を、後のはるか通信の記事として匿名で掲載させて頂く場合もございますのでご了承下さい。

- 締 切/2020年6月14日
- 発 表/本紙 192号 予定
- あて先/〒085-0055

釧路市治水町6番2号

はるか薬局 クイズ係

(Eメール/ayumichozai@a-haruka.co.jp)



はるか通信 No.188 2020年3月号 はるか薬局【お楽しみクイズ】当選者発表

【正解】は、「然」でした。

【当選者】今野 勝俊さん、脇田 文絵さん、渋谷 明美さん

たくさんのご応募ありがとうございました。

以上の3名様に図書カードをお送りします。

～はるか薬局緊急時電話番号～



0154-31-7811または
090-3775-3026

夜間、日曜日等の閉店時で緊急の対応を要する場合にご利用下さい。



お知り合いの薬剤師・薬学生の方を
ご紹介下さい 奨学金制度もあります

※詳しくは、あゆみ調剤までご連絡下さい。

☎0154-31-7811