

薬局通信

はあもにい

No.32

2003年

1月号

(有)静岡健康企画	ことぶき薬局	TEL 0559(77)6024	FAX 0559(77)0890
	たまち薬局	054(251)1678	054(251)1685
	ひまわり薬局	053(463)4312	053(460)4612
	みかん薬局	053(584)2230	053(584)2240

新年、あけまして おめでとうございます



～医療・福祉を後退させない年に！～

新年を迎えますと、改めて今年こそは良い年にしたいと思うのですが、昨年は小泉構造改革のもと、国民に「痛み」を押しつける政策が破壊を伴いながらすすみ、昨年10月からは高齢者の1割負担が始まってしまいました。医療費負担ははるか20年以上のも前の水準に立ち戻ったとも言われています。

昨年、秋からの社会保障を守る取り組みでは、各薬局で浜岡原子力発電所の廃炉を求める運動も合わせて行い、共同組織の皆様や地域の方々、患者様と一体となった大きな流れとなり、署名活動を活発に行うことができました。本年4月には新たに国民に負担を強いる改悪が予定されていますが、皆様と共に平和と医療・社会保障を守り抜くよう闘っていきたいと思います。

また、当健康企画では昨年4月に4番目の薬局として、浜北市に「みかん薬局」を開設することができました。地域に根ざした薬局をめざし、皆様と共に「安心して住みつけられる町づくり」運動をすすめていきたいと思います。

いつでも、なんでも困ったことがあれば私たちにご相談してください。親切丁寧に対応いたします。

今年も、医療、社会保障を後退させないよういっしょにがんばりましょう。

2003年 元旦

有限会社 静岡健康企画

代表取締役社長 松木 繁代

「社会保障の改悪に反対し、充実を求める請願署名」にご協力を！！

本年4月よりサラリーマン本人の医療費3割負担が実施されようとしています。この不況の時期に、これ以上国民に負担を強いるのをやめるよう求める請願署名です。是非、御協力をお願いします！！



インフルエンザは普通のかぜではありません

インフルエンザと”かぜ”(普通感冒)のちがい

”かぜ”(普通感冒)の症状・・・のどが痛む、鼻汁、くしゃみ、咳が出る。発熱はインフルエンザほど高くなく、全身症状もあまり見られない。






インフルエンザの症状・・・38度以上の高熱、激しい全身倦怠、筋肉痛、関節痛などの全身症状を伴う。呼吸器症状はやや遅れて出現する。激しい症状は5日間ほど続き、気管支炎、肺炎などを併発しやすい。脳炎や心不全を起こす事もある。



予防方法いろいろ

日常生活での予防方法

日常生活ではまず、体調を整えて抵抗力をつけ、ウイルスに接触しないことが大切です。また、インフルエンザウイルスは湿度に非常に弱いので、室内を加湿し、適度な湿度を保つことが大切です。

<p>1 栄養と休養を十分取る ・・・体力をつけ、抵抗力を高めることで感染しにくくなります。</p> 	<p>2 人ごみを避ける ・・・病原体であるウイルスを寄せ付けないようにしましょう。</p> 
<p>3 適度な温度、湿度を保つ ・・・ウイルスは低温、低湿を好み、乾燥しているとウイルスが長時間空中を漂っています。加湿器などで室内の適度な温度を保ちましょう。</p> 	<p>4 外出後の手洗いとうがいの励行 ・・・手洗いは接触による感染を、うがいはのどの乾燥を防ぎます。</p> 
<p>5 マスクを着用する ・・・ハイリスク群などどうしても予防が必要な方は厚手のマスクを着用しましょう。咳やくしゃみの飛沫から他人に感染するのを防ぐ効果もあります。</p> 	

ワクチンによる予防も効果的です。友の会の方は安くなりますので、ご相談ください。また、高齢者の方は、市町村の補助もございますのでご確認ください。

編集後記

お鍋のおいしい季節です。日本人で良かったなあと思いつつながら家族で食卓を囲む日々です。寒い季節もこれで楽しく過ごせますね。(山本)