



J A茨城県厚生連
県北医療センター
高萩協同病院
薬剤師

せきの とみひさ
関野 富久

皆さん、明けましておめでとうございます。県北医療センター高萩協同病院、薬剤部の関野と申します。新年早々ではありますが、インフルエンザに罹ってはいないでしょうか？

去年、「ゾフルーザ」という新たな仲間を加え、現在5種類のインフルエンザの治療薬が存在します。

世界初のインフルエンザの治療薬である「リレンザ」、小さい子供でも安心して飲める「タミフル」、唯一の注射薬である「ラピアクタ」、1回の吸入で効

き目のある吸入薬の「イナビル」、そして1回服用すれば効き目のある飲み薬の「ゾフルーザ」。

簡単に紹介しましたが、これだけ聞くと人によっては「イナビル」や「ゾフルーザ」を使えばすぐ効くのかな？と思われる方もいらっしゃるかもしれません。ですが、どの薬も使えばすぐにインフルエンザが治る、というわけではありません。

インフルエンザの治療薬に限らず、お医者さんは患者さんを診たうえで適切な薬を処方します。ですので、インフルエンザに罹ってしまったからといって、必ずしも希望通りの薬を出してもらえとは限りません。例えば、吸入薬を扱えない子供や高齢者であれば「イナビル」は難しいですし、体重10kg未満の乳児や小児であれば「ゾフルーザ」は飲めないで「タミフル」が選択されることがあります。大切な事は、薬が処方されたら用法用量をしっかり守って正しく服用することです。もし薬の飲み方が分からない時は薬剤師に気軽に相談してください。



第9回
市民生活部市民課
ぬまた ちひろ
沼田 千宙

私は、市役所の中でも市民のみなさんが訪れる機会の多い市民課で働いています。

市民課は市民グループ、管理グループの2つからなり、主に住所異動、住民票・戸籍証明の発行、戸籍届書の受付や国民年金手続きの業務を行っています。

私は、住民票の発行や戸籍届書の受付などの窓口業

務を2年担当し、今年度からは国民年金を担当しています。

国民年金の業務内容は、20歳に到達した方や会社を退職された方の国民年金加入の手続きや、保険料の支払いが困難な方の免除申請の受付を行っています。

窓口対応では、丁寧かつ無駄のない対応を心がけ、手続きの負担を少なくできるように努めています。

また内部の仕事としては、お預かりした届書や申請書を日本年金機構に進達し、戻ってきた処理結果を入力する業務を行います。処理結果の入力に誤りがない様、必ず2人以上のチェックを行うようにしています。

市民課職員として、3年目と未熟ですが、市民のみなさまのお役にたてるように努力してまいりますので、よろしくお願いいたします。

生涯現役 いきいき元気

“二人三脚で楽しむことが生きがいです！”

『夫婦で共通の趣味を持ってから、吹矢の話でいっぱいだよ』と仲良く話してくれたのは、(一社)日本スポーツ吹矢協会公認指導員の榎村豊さんと実由貴さんご夫婦。

スポーツ吹矢は元々病気のリハビリ目的が発祥で、豊さんも15年前にご自身のリハビリで始めたのがきっかけでした。吹矢を始めると家に手作り練習場を作るほど熱中し、それを見ていた実由貴さんも一緒に始めたそうです。

「吹矢は筋力がついて肺活量もアップする。前よりも声も出るし歌が大好きになりました」と実由貴さん。今では豊さんより上回るほどの腕前で、茨城県スポーツ吹矢大会でも優勝するほどに。年に2回ある全国大会は、旅行も兼ねて楽しんでるそうです。

「お互い励ましあい、時には競い合い、前向きに一歩ずつやっけていきたいですね。今後は高萩市に教室を増やして大会を開きたい」と目標も語ってくれました。

【スポーツ吹矢クラブ高萩】
毎週水曜日 午前9時～正午
高萩市民体育館又は高浜スポーツ
広場体育館で活動中



かむら みゆき ゆたか
榎村 実由貴さん・豊さん
(島名・66歳・72歳)