

くらしのカレンダー

日	月	火	水	木	金	土
1 元旦 内 えんどうクリニック ☎26-3888 外 大泉記念病院 ☎22-2111	2 振替休日 内 佐藤医院 ☎32-2002 外 刈田病院 ☎25-2145	3 内 内方医院 ☎32-2101 外 こまつクリニック ☎22-2115 関診療所休診	4 水曜日 もやせるごみ	5 木曜日 関診療所代診 午後4時～休診 缶	6 金曜日	7 土曜日
8 日曜日	9 成人の日 内 堤医院 ☎25-1181 外 刈田病院 ☎25-2145	10 月曜日 午前：湯原出張診療	11 水曜日 もやせるごみ	12 木曜日 関診療所代診 午後4時～休診 ビン・紙類	13 金曜日 容器包装プラ	14 土曜日
15 日曜日	16 月曜日	17 火曜日 午前：湯原出張診療 午後3時30分～ 関診療所休診	18 水曜日 もやせるごみ	19 木曜日 関診療所代診 午後4時～休診 その他プラ	20 金曜日	21 土曜日
22 日曜日	23 月曜日	24 火曜日 午前：湯原出張診療	25 水曜日 もやせるごみ	26 木曜日 関診療所代診 午後4時～休診 もやせないごみ・紙類	27 金曜日 容器包装プラ	28 土曜日
29 日曜日	30 月曜日	31 火曜日 午前：湯原出張診療	2/1 水曜日 午後3時～ 関診療所休診 もやせるごみ	2/2 木曜日 関診療所代診 午後4時～休診 缶	2/3 金曜日	2/4 土曜日

※生ごみを出す場合は、水気を十分に切ってください。また、全てのごみは袋の口をしっかりと結んで出すようにしてください。
 ※休日歯科診療は、白石市健康センター2階で9時から17時までです。
 ※医師の出張や健診などにより、診察時間が変更になることがありますので予約外で受診される場合は、事前に診療所に電話でご確認
 頂くことをお勧めします。
 ※休日当番医は、都合により変更になる場合があります。

健康一ロメモ

「かかりつけ薬局」
「かかりつけ薬剤師」
ご存知ですか？

皆さんは、お薬のことで何か気になる時に相談をする「かかりつけ薬局」を決めていますか？
 複数の病院を受診すると、それぞれの病院から薬が処方されるため何種類もの薬を服用することがよくあります。その中には同じ成分の薬や飲み合わせの悪い薬が処方されていて、副作用の原因となってしまうおそれもあります。
 「かかりつけ薬局」を決め、お薬を受け取る薬局を1カ所にするだけで、各病院から処方された薬の記録などの情報が1つの薬局に集約され、重複や飲み合わせの管理だけでなく副作用歴やアレルギー歴などの情報も細かくチェックできるようになります。
 また、平成28年4月から、かかりつけ薬局の中でも自分の相談しやすい

えんめい薬局 管理薬剤師

Teshirogi Takaya
手代木 貴也



薬剤師を「かかりつけ薬剤師」として指名できるようにになりました。指名された薬剤師は処方されている薬のほか、必要に応じて患者さんの自宅を訪問して残薬の整理をしたり、薬局の営業時間外でも電話などで相談にのりたりします。信頼のおける薬剤師をかかりつけ薬剤師に指名することで、より安心・安全に薬を服用することが出来ます。ただし、かかりつけ薬剤師になるためには、勤務経験や研修認定などの要件があります。詳しくはお近くの薬局でご確認ください。
 健康づくりのパートナーとして、かかりつけ薬局・かかりつけ薬剤師を活用し、上手にお薬と付き合いたしましょう。

いさひ診療所

所長 白井 雄

明けましておめでとうございます。今年も町民の皆さんの健康を祈りつつ、診療をがんばっていきたくと思います。

この冬は胃腸炎が流行しています。すでに年末から診療所にも数名の胃腸炎と思われる方が受診しました。多くはウイルス性でノロウイルスなど有名なもので聞いたことがあるでしょう。ほとんどが生ものや十分加熱のされない食物、飲料水などから感染しますが、人からうつされることも非常に注意が必要です。1～2日の潜伏期間をおき、下痢、嘔吐、腹痛といったいわゆる消化器症状が出ます。強い症状は2日ほど続きその後快方に向かいますが1週間ほど遷延することもあります。注意しなければならぬのは、脱水症と感染力です。脱水症は嘔吐や下痢によって水分が失われることによる起ります。こまめにスポーツドリンクなどを摂ることが治療になります。どうしても難しい場合やすでに脱水症状を起こしている場合は点滴治療が必要になることもあります。感染力は、症状が落ち着いても1週間程度残ります。治つた!と思っても、周りにうつさないよう手洗いやうがい、タオルやハンカチを共有しないなど引き続き注意しなければなりません。
 さて、皆さんは今年どんなことを目標にしたいですか？僕はそろそろ専門医試験を受けようかなと思っているのと、マラソンのさらなる自己ベスト更新を目指しています。それぞれが目標に向かってトリのように羽ばたける、そんな一年になるといいですね。

使用済み乾電池の出し方について



◆筒型のアルカリ・マンガン電池は
 ・もやせるごみの日(毎週水曜日)
 ・その他プラスチックの日(第三木曜日)に、ごみ集積所にある乾電池回収容器に出してください。

◆充電式電池・ボタン型電池は取扱店(電気店・時計店・カメラ店など)で回収を行っていますので、お問い合わせのうえ回収にご協力ください。出し方が不安な場合や分からない場合は、お問い合わせください。

●お問い合わせ
 町民税務課(担当 奈良)
 ☎ 37-2114

今月の納税

町県民税 第4期
 国民健康保険税 第7期
 後期高齢者保険料 第7期

この社会
 あなたの税が
 生きている

納期及び口座振替は1月31日(火)です。納期内納入にご協力をお願いします。事前に預貯金の残高を確認しましょう。

戸籍の窓

平成28年12月19日現在

◆出生おめでとうございます
 高橋 椿 陸・祐希(湯原)

◆結婚おめでとうございます
 伊藤 和宏 (滑津)
 柳本 えみ

◆お悔やみ申し上げます
 吉野 誠 93歳(滑津)
 佐藤 徳一 92歳(滑津)

町の人口

平成28年11月30日現在

男 754人(-1)
 女 759人(-1)
 計 1,513人(-2)
 世帯数 665戸(+1)
 ()先月比