



ひまわり薬局だより

新春号

2009.No.58



子ども達の未来のために

昨年、私は同居していた91歳の母を見送りました。後期高齢者医療制度が始まる直前でした。母は戦争を潜り抜け、食料もない時代に子ども達を育て、老後は北九州から移り住んで私の家族を支えてくれました。私たち家族は良くなならない病気と知ったときに、告知をすべきかどうか、残りの人生をどのようにしてあげれば良いのか、話し合いました。そして、命の重さ、母の存在の大きさ、いなくなることの寂しさを実感しました。それから、生まれ変わりであるかのように、5ヵ月後に長女に娘が産まれました。東京に居るため、無事に産まれるまで心配でしたが、今は携帯電話のメールで写真を送ってくれるのが、楽しみです。赤ちゃんの笑顔は本当にうれしそうで、眺めていて飽きませんね。この子の成長を願わずにはいられません。

そして、この時に思うのは、イラクの子ども達のことです。1つの病院でも年間5000人以上の子ども達が死亡しているそうです。劣化ウラン弾による奇形児、白血病やクラスター爆弾の不発弾の爆発による事故や、無差別攻撃の犠牲です。

戦争は憎しみが憎しみを生み、解決はしません。誰でも平和に生きる権利を持っているのではないでしょうか。アメリカの戦争に手を貸すことは許されません。日本の5兆円にもなる軍事費を減らして、福祉に回せば毎年2200億円を削る必要は無いし、また財源が無いからと、消費税を上げる必要も無いのではないでしょうか？子ども達の未来のために、大人の責任を果たして行きたいと思います。

代表取締役 重松 公子

Q&Aコーナー

冬はかぜをひきやすいですね。よくネギやショウガがひき始めの風邪に効くと聞きますが他にどのようなものがありますか？

風邪の予防や治りを早めるには、暖かくしてゆっくり休み、十分な栄養をとることがまず大切です。身近な食べ物では、風邪の時、しょうが湯やくず湯などがよく使われます。体を温め発汗をうながし、熱を下げる効果があります。今回は他の身近な食べ物から「シソ」と「ミカンの皮」を紹介します。

シソ 香りのよい咳止め

かぜで寒気や熱がある時に効果のある食べ物です。咳やたんをやわらげる作用もあります。シソの葉は紫蘇葉(しそよう)、種子は紫蘇子(しそし)といって漢方生薬でもあります。

利用法

シソの葉10枚にきざんだショウガ5gを加え、300ccの水で半量になるまで煎じます。一日三回温かいうちに飲みましょう。

ミカンの皮 のどの痛みに

ミカンを食べた後、皮をとっておき乾燥させると、陳皮(ちんぴ)という漢方生薬になります。古いものほど薬効があるといわれています。のどの痛みをやわらげる作用があります。

利用法

新鮮な果皮30gまたは陳皮10gを600ccの水で半量になるまで煎じ、一日三回、ハチミツをスプーン一杯加えて温かいものを飲みます。

※みかんの皮は無農薬でノーワックスのものを使いましょう

あけましておめでとうございます



ひまわり薬局職員一同

今年もよろしく
お願いいたします

ACCESS MAP



薬剤師募集中!

新卒・既卒を問いません。

正職・パート・アルバイトなど相談に応じます。詳しくは、ひまわり薬局へおたずねください。

■開局時間

曜日	時間
月・水・金	午前9時～午後7時30分
火・木	午前9時～午後5時30分
土	午前9時～午後1時00分

さくら薬局の出田聖子は、
昨年11月に結婚して石井聖子になり、ひまわり薬局勤務になりました。
これからもよろしくお願いいたします。