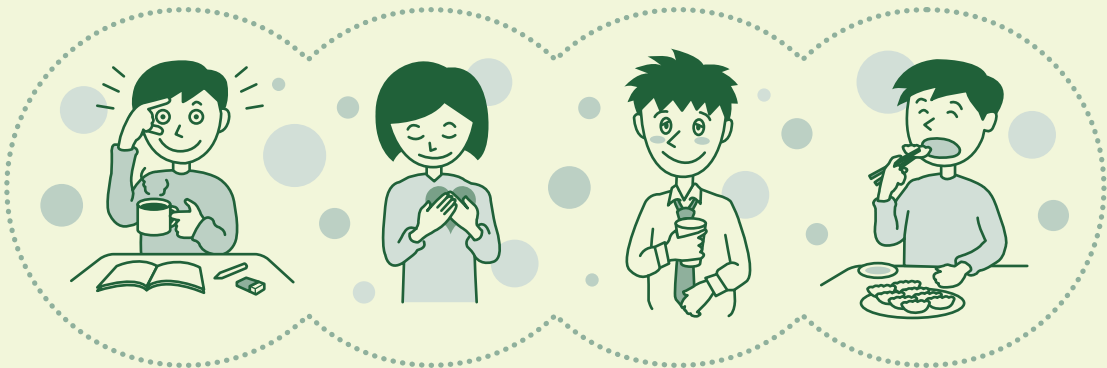


身近な栄養素シリーズその⑭ カフェインのはなし

適度なカフェインは身体を活性化してくれます。

カフェインは世界中で約60種類以上の植物に含まれている成分で、その中で代表的なものが、茶葉やコーヒー豆です。

また、カフェインは医薬品として風邪薬やドリンク剤をはじめ、いろいろな薬に配合されたりもしています。このカフェインの適応症状としてあげられるのは、眠気、倦怠感、腎性浮腫、偏頭痛、高血圧性頭痛などです。よく眠気覚ましにコーヒーを飲む、というのは、これがコーヒーに含まれるカフェインの作用を期待してのことです。



飲みすぎに 注意 しましょう

カフェインは体内に蓄積されることはなく、尿とともに排泄されます。しかし、過剰に摂取すると有害な作用を生じることがあります。吐き気、めまい、悪心、動悸、不穏といった症状が起こるので飲み過ぎに気をつけましょう。また、妊娠中の人や、胃の調子の良くない人、眠れない人はカフェインが刺激になることもあるので注意しましょう。

❖ 職員の異動 ❖

4月1日付け

谷口由美子は、くすの木薬局からすみれ薬局の管理薬剤師へ、野村周子は、すみれ薬局からひまわり薬局の薬剤師へ、江藤忍は、ひまわり薬局からくすの木薬局薬剤師へ異動になりました。

❖ 新入社員紹介 ❖



事務の岡本修(福祉用具貸与事業所)、薬剤師の西山ひかる(ひまわり薬局)、緒方美里(ひまわり薬局、5月からさくら薬局)、長崎由佳(ひまわり薬局)です。よろしくお祈りします!!

ACCESS MAP



■発行所/有限会社 健康共同ファルマ くすの木薬局
〒861-8006 熊本市龍田5丁目1番43号
TEL096(337)5600 FAX096(339)9590
■発行責任者/山田 泰弘

有限会社 健康共同ファルマ

くすの木薬局だより

初夏号

2009.No.32



明日の天気は変えられないが明日の政治は変えられる

さくら薬局の国道3号線に向けた外壁には、つねに横断幕が掲げられています。水俣病や環境問題、反核・平和の課題など、そのときどきのテーマで、信号待ちのドライバーさんから「見ました」と反響の電話がかかってくることもあります。

現在は、「あっていい戦争なんかひとつもない。なくていい平和なんてひとつもない。憲法九条を世界へ輸出しよう!」。小学校の通学路にもあたりますので、なるべくわかりやすいスローガンを心がけるようにしています。

「戦争の悲惨さを知らぬ“政治的稚児”のままの世代が、権力者として、いまや日米の政界を牛耳っている」「戦争より論争を選択すべきである」。保守派の論客といわれる明治大学元学長の故岡野加穂留氏の言葉です。著書のタイトルは『明日の天気は変えられないが明日の政治は変えられる』。

自分なりの言葉を選びながら、おおいにアピールしましょう。薬局でそこまでやるの?いいえ、人の命を大切にす薬局だからこそ、こういうことまでやりぬくのです。

(水俣さくら薬局/事務長・山近 茂)

2009 福祉用具貸与事業所ひまわりが 4月 オープン!!! 福祉用具貸与・販売・住宅改修

健康共同ファルマに福祉用具貸与事業所ひまわりがオープンしました。介護保険についてのいろいろな相談も受け付けています。ぜひご利用ください。

ご用命の点がありましたら岡本までお気軽にお尋ねください。

熊本県指定 福祉貸与事業所

(有)健康共同ファルマ 福祉用具貸与事業所 ひまわり
熊本市神水1丁目21-16(旧ひまわり薬局2階)
電話(096-387-5211) FAX(096-387-5323)

■開局時間

曜日	時間
月～金	午前9時～午後6時00分
水	午前9時～午後7時30分
土	午前9時～午後1時00分