

就職説明会に参加しました

熊本県薬剤師会主催の就職説明会が、12月に薬剤師会館で開催されました。

健康共同ファルマのブースには、5名の学生さんが来て下さり、当社の特徴や研修制度、福利厚生などについてお話ししました。とても熱心に聞いて下さり、私達も楽しい時間を過ごすことが出来ました。足を運んでいただき、ありがとうございました。



薬学生の皆さん、私達と一緒に働いてみませんか？

今後は、**薬学生向けの薬局見学会**なども計画しています。実際に薬局の中の雰囲気を感じて頂ければと思います。日程などの相談にも応じますので、少しでも興味をお持ちの方は、お気軽にご連絡ください。

連絡先:健康共同ファルマ ひまわり薬局 096-387-2101(中村)

ひまわり薬局
〒862-0954 熊本市中央区神水1丁目20-7
TEL:096-387-2101 FAX:096-387-5399

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
日・祝	休業

ひまわり薬局情報

さくら薬局
〒867-0045 水俣市桜井町2-2-19
TEL:0966-63-7100 FAX:0966-63-3960

曜日	時間
月・水・金	午前9時～午後7時
火・木	午前9時～午後6時
土	午前9時～午後1時
日・祝	休業

さくら薬局情報

くすの木薬局
〒861-8006 熊本市北区龍田5丁目1番43号
TEL:096-337-5600 FAX:096-339-9590

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
日・祝	休業

くすの木薬局情報

たんぽぽ薬局
〒869-1102 菊池郡菊陽町原水5587-4
TEL:096-340-2121 FAX:096-340-2123

曜日	時間
月～金	午前9時～午後5時30分
土	午前9時～午後0時30分
日・祝	休業

たんぽぽ薬局情報

すみれ薬局
〒860-0811 熊本市中央区本荘2丁目14-13
TEL:096-375-9100 FAX:096-375-9101

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

すみれ薬局情報

※携帯で簡単登録!
住所や電話番号の情報が載っているQRコードをご利用下さい。

発行者

健康共同ファルマ
〒862-0954 熊本市中央区神水1丁目20-7
TEL:096-387-2101 FAX:096-387-2823
URL <http://www.kk-pharma.jp>

一般社団法人 健康共同ファルマ

薬局だより

2019 1 13号

発行責任者 木原 望

新年あけましておめでとうございます。

理事長 西山 真純



今年の冬は暖冬傾向でインフルエンザも始まりは早かったですが広がりは鈍いようで、これまでに何度となくかかった私もほっとしているところです。しかし世間をにぎわしている妊婦さんへの影響が懸念される“風疹”の警戒地域が徐々にですが広がりつつあるようで、これからの日本を担う子供たちのためにも行政には早急な対応をお願いしたいところです。

さて、医薬分業が進み薬局が乱立するなか、国は地域医療に貢献する薬局を残していきたいと考えています。2年前に「かかりつけ薬剤師」の制度を設けましたがそれもその一つです。私たちの薬局でも積極的に進めており、また在宅訪問など地域に根付いた薬局活動に力を入れております。その中で、昨年ひまわり薬局が“健康サポート薬局”に認定されました。その他の薬局でも認定の準備を進めています。私たちの薬局が地域の健康を守り支えていける存在として認められるよう職員一同取り組んで参ります。

最後に、熊本地震から2年9ヶ月が経過しました。昨年は被災者の健康を守る取り組みとして、「熊本地震における医療費の窓口負担等の免除措置復活を求める署名」に私たちの薬局も取り組んでまいりました。全体では2万を超える署名が集まりましたが、残念ながら県議会に提出した請願は不採択となりました。被災により経済的影響を受けている方は多く、生活のために医療費を削り体調を悪化させることのないよう今後も継続的な取り組みを進めていきたいと思ひます。いつでもどこでも誰もが安心して受けられる「無差別・平等」の医療・介護が実現するよう本年も努力して参りますのでどうぞよろしくお願いいたします。

もくじ

ごあいさつ	P1
特集 乾燥肌とかゆみ	P2-P3
各薬局より	P4-P5
福祉用具貸与事業所ひまわり(最新介護用品の紹介)	P6
ハラスメント研修会を開催して・2018職員旅行in姫路・神戸	P7
トピックス	P8

募 薬 集 剤 師

職員・契約(パート)職員

業務内容

調剤薬局における調剤、監査、服薬指導、訪問服薬指導

勤務時間

(月～金)9:00～17:30 (土)9:00～13:00
※契約職員は別途相談に応じます。短時間勤務も可。

年間休日

116日(日・祝他)

給 与

職員(月額)22.8万円～59万円 ※経験、年齢による(その他各種手当有)
契約職員(時給)2,240円～2,530円 ※経験による

待 遇

昇給(年1回)、賞与(年2回3.95ヵ月)、有給休暇、特別休暇、
交通費支給、家賃補助5万円、就職支度金制度有

ご存知ですか？

乾燥肌と
かゆみ

一口に「かゆみ」と言っても、
伝わる経路によって
末梢性と中枢性があります。

末梢性のかゆみ

皮膚の表面に刺激があるとかゆみや炎症を起こす物質が出て直接かゆみを引き起こします。細胞から放出されたヒスタミンが関与しているので抗ヒスタミン薬の効果がありません。

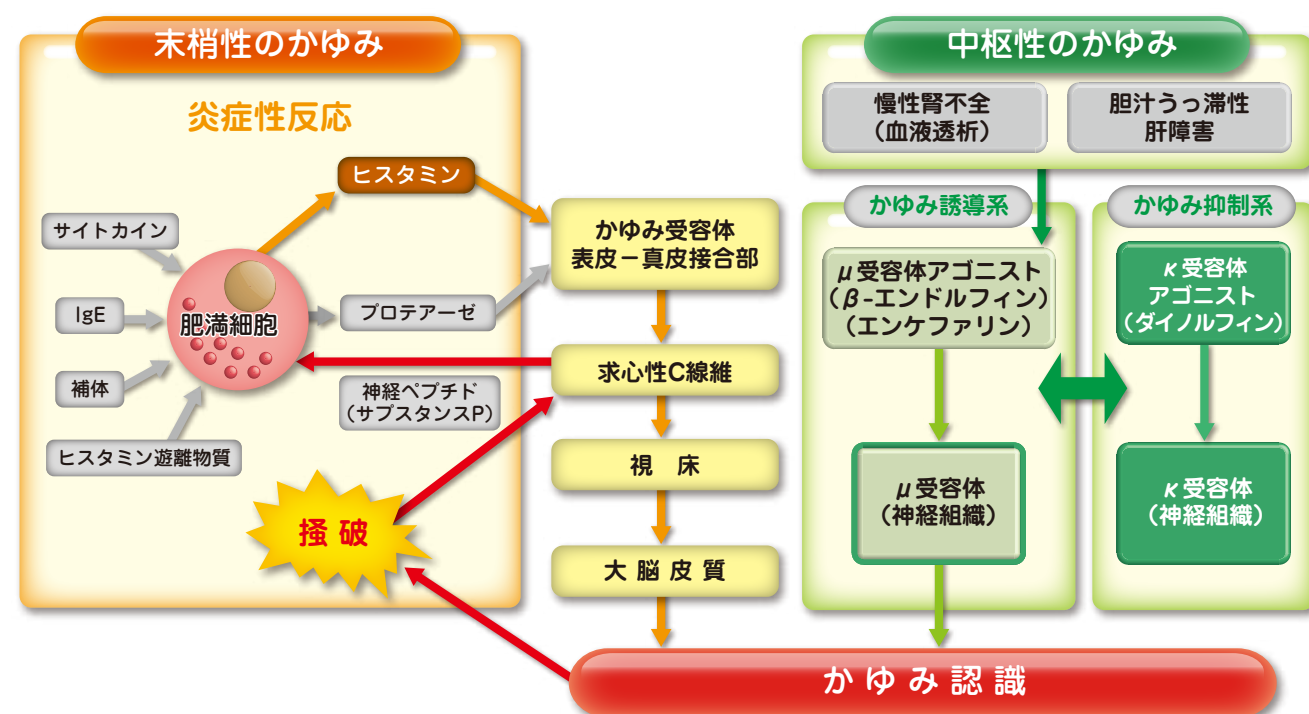
中枢性のかゆみ

モルヒネ構造をもつ物質が刺激を起こし脳がかゆみを感じます。皮膚症状は見られず、抗ヒスタミン薬は効きません。

肝臓や腎臓が悪い人や透析患者さんでもこのタイプの皮膚のかゆみを訴える事が多いのです。



かゆみのメカニズム



監修: 順天堂大学大学院医学研究科皮膚科学 特任教授 高森 健二 先生

皮膚の構造

健康な皮膚は皮脂・角質細胞間脂質・天然保湿因子からなる角質で皮脂のバリア機能が保たれていますが、このバリア機能が低下すると汗や衣類の摩擦など外からの刺激を受けやすくなります。冬は肌が乾燥して皮膚のバリアが壊れ、外界からの刺激によりかゆみが出やすくなります。

バリアを壊さないように入浴

- 熱い湯・長風呂を避ける
- ごしごしこすらない
- 石鹸を泡立てて泡で洗う
- 入浴後はすぐに保湿をする



日中のケア

- 室内の湿度を保ち乾燥しすぎない
- 保湿剤を正しく使う

保湿剤の塗り方

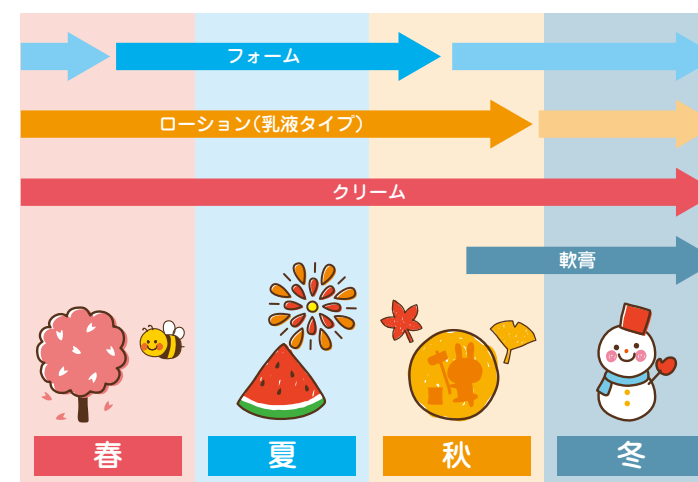
肌全体にたっぷり広げる。
どれくらい？…ティッシュペーパーが張り付く程度です。
※ただし、保湿剤の種類によって異なる場合があります。



保湿剤はいろいろ

軟膏・オイル・クリーム・乳液タイプ、またローションタイプで霧状になるもの、泡(フォーム)で塗るタイプがあります。塗る範囲や季節に合わせて選んでみましょう。

軟膏・オイル: お風呂上がりの水分がたっぷりある肌に塗ると保湿効果がしっかりです。ただしべたつくので夏には不向きなこともあります。
クリーム・ローション: 夏は軟膏やオイルはべたつくのでクリーム・ローションなどがさらっとして快適です。でも保湿効果は少し短めです。乾燥に気が付いたらこまめに塗りましょう。



最後に

かゆみを感じるとすぐ掻いてしまいがちですが、皮膚を傷つけ皮膚症状を悪化させます。また、刺激によりかゆみを引き起こすヒスタミンが分泌されてますますかゆくなります。かゆくても掻いてはいけません！

1 実習生が来ました！



ひまわり薬局

8月初め～10月半ばまで、崇城大学から薬学部5年の学生さんが2名、実習に来ました。薬学部は6年制になり、病院・薬局での実務実習が義務付けられています。

一生懸命に勉強する姿は、私たちにも刺激になりました。

患者さんへのお薬の説明をさせていただいたり皆様にもご協力いただきありがとうございました。

再来年には立派な薬剤師として活躍してくれることでしょう！



3 さくら薬局の取り組みを紹介します。



さくら薬局

さくら薬局は、水俣市のメインの通りである、国道3号線に面した位置にあります。毎週金曜日の午後2時から10分程度、さくら薬局を含む水俣グループの医療機関から、10名前後の職員が国道3号線沿いに集まり、「スタンディング」という活動をしています。

「いのちを守る・9条を守る」、「9条かえずに政治をかえよう」、「選ぼう平和、とめよう戦争」などと書かれたプレート掲げて、道行く人々に平和について訴えかけています。

梶原 龍輝



2 AED・心肺蘇生訓練を実施!!



すみれ薬局

薬局ではこんなこともしています！

健康共同ファルマでは、各薬局に1台ずつAEDを設置しており、年に1回AED・心肺蘇生訓練を実施しています。すみれ薬局でも10/26(金)にアルソックへ依頼し、訓練を実施しました。

【心肺蘇生法の手順】

もし、倒れている人を見つけたら…

- ①反応があるかを確認する
- ②119番通報とAEDの手配
- ③呼吸を確認する
- ④呼吸がなかったら、胸骨圧迫開始。ポイントは、強く、速く、絶え間なく！
- ⑤AEDが到着したら、電源を入れて、音声ガイドに従う
- ⑥電気ショック後は、胸骨圧迫を再開し、救急車が来るのを待つ



実際に心肺蘇生訓練用のマネキンを用いて、訓練しましたが、胸骨圧迫は意外と力が必要で難しかったです。いざという時に、素早く適切な行動ができるよう訓練の大切さを実感しました。

4 たんぽぽ薬局活動報告



たんぽぽ薬局

いつも菊池郡市薬剤師会の医療研修会に参加してがんばっているたんぽぽ薬局。

今回、11月4日に別府で開催された九州山口薬学大会に郡市薬剤師会が演題を出すことになり参加してきました。内容は「薬と健康教室」 そう、以前ここでお伝えした「そうほ君」も参加したイベントです。沢山のご家族に参加していただき、こども薬剤師も調剤体験から投薬体験と進化し、肌年齢、血管年齢、ストレスチェックありと大人も子供も大満足の結果だった事を発表してきました。

開催地が別府で美味しい海鮮料理を期待しましたが、発表準備で忙しく…断念。別府に泊まって温泉にも入らず帰ってくるとは…醤油やみりん、生姜、ゴマであえた大分名物料理「りゅうきゅう」だけはいただきました。

秀徳 優美



5 身近な生薬シリーズ その24



くすの木薬局

生薬とは植物を中心に、動物や鉱物をふくめ、天然のものから作られた薬です。中国薬物研究所などがまとめたところによると、生薬の種類は薬草類が278種、動物類52種、昆虫類18種、鉱物類36種の合計384種です。漢方薬がなぜ効果的か？それは漢方薬の原料であるこの「生薬」に秘密があります。

桂皮(ケイヒ)

クスノキ科ニッケイ属の樹木幹の内樹皮を乾燥したものを桂皮と呼び、生薬として用います。主な産地は中国の南部やベトナム・インドネシア・スリランカなどの亜熱帯地域になります。成分として精油のほかシナムアルデヒド・オイゲノール・サフロール・フェランドレンなどを含み、発汗作用・発散作用・解熱作用・芳香性健胃作用・鎮痛作用・整腸作用などを持つことから頭痛、発熱、のぼせ、感冒、身体疼痛などを目的とした漢方処方に用いられています。主な方剤は 安中散・柴胡桂枝湯、桂枝人参湯・桂枝茯苓丸・五苓散 等です。

【雑学豆知識】

桂皮を粉末状に加工したものはシナモンパウダー。樹皮のまま細長く巻いたものはシナモンスティック。香辛料としてのシナモンは世界最古のスパイスともいわれ、薬味や調味料として料理やお菓子の風味付けによく使われてきました。テレビでも一時期シナモン健康法の特集が組まれ、老化を防ぐと話題になり、毎日小さじ1杯くらい摂取するのを推奨されていました。しかしながらシナモンはクマリンという肝障害を起こしやすい成分を含むため、小さじ1/3くらいまでにした方が安心なようです。またシナモンアレルギーの方は漢方薬の服用時は桂皮が含まれていないか確認するようにしましょう。

ハラスメント研修会を開催して

11月17日(土)全職員対象の「ハラスメント研修会」を開催しました。講師は性暴力被害者のためのサポートセンター(ゆあさいどくまもと)で相談責任者をされている波口恵美子さんをお願いし、「職場におけるハラスメント防止～安心・安全な職場をつくる～」と題して、ハラスメントかどうかを見極める視点を持つことと、ハラスメントに介入できる仕組みと「ひと」をつくることを目的としてお話いただきました。セクハラやパワハラ中心の話でしたが、ハラスメントはどのようなものなのかということ、またどこでも起こる問題であるということ、自分自身も加害者になるかもしれないという認識が必要であると学び合いました。

安心・安全な職場をつくるためには「自分を知り、相手を知り、そしてお互いの違いを受け入れる」ことが大事。そしてひとりひとりの職員が自分自身の持っている力を発揮できる組織になるためには、職員が安心して仕事にのぞめる環境であることが必要とのこと。その通り。そんな職場環境をつくっていくために、今後も学習を継続していきたいと感じました。

専務理事 木原望



福祉用具貸与事業所 ひまわり

お問い合わせ 096-387-5211

熊本市中央区神水1-21-16

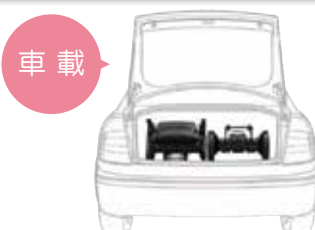
最新介護用品の紹介

一人の車椅子ユーザーのこんな声からWHILLの開発は始まりました。

100mというわずかな距離でも、段差、悪路などの物理的なハードルだけでなく、車椅子に乗るということへの、心理的なバリアで外出をためらう人がある。お気に入りのシャツやこだわりの自転車のように、自分らしくいられるデザインと、どこにでも行ける頼もしさを備えた新しい乗り物があれば、もっと外出が楽しくなるのでは。「すべての人の移動を楽しくスマートにする」それが、WHILLのミッションです。

便利であること、それはいろんな場所に行けるということです。そのために開発したのが、縦だけではなく横に回る特別な前輪、オムニホイール。最新のテクノロジーが搭載されたWHILL Model Cは、日々の買い物などあなたの暮らしを豊かなものにします。オムニホイールは24個の小さなタイヤが集まった1つのタイヤです。小さなタイヤが一つ一つ横に回ることで、76cmの回転半径を実現します。大きな前輪と高出力モーターが最大5cmの段差の乗り越えを可能にします。

家族と一緒に気軽に車でお出かけしたい。それを実現するためにWHILL Model Cは3つに分解してどんな車にも乗せることができます。家の周りだけでなく、もっと遠くに出かけてほしい。週末の買い物、家族との旅行、WHILL Model Cはあなたの世界を広げます。



～2018職員旅行in姫路・神戸～

2018.9.23～24の1泊2日で姫路城、神戸観光へ行ってきました😊

天気にも恵まれ、家族での参加も多かったため賑やかな旅行となりました♪
私は初めての姫路城でしたが白鷺城の名の通り真っ白な外観!!中は木造の荘厳なお城です。熊本城を見ることができなくなってから2年半、久しぶりに立派なお城を見ることができました。

オシャレな街「神戸」で宿泊し、素敵な中華レストランで見たことのない酢豚に感激したりと年に1度の職員旅行で親睦も深まり楽しい時間となりました。

本社 中村美夏

