

# 医療機関などの適正受診を心がけましょう

問い合わせ ほけん福祉課保険班 ☎78-3115 (内121)

現在、休日や夜間に受診される人が増え、緊急性の高い重症の患者の治療に支障をきたしています。必要な人が安心して医療が受けられるように、医療機関の受診や薬局でお薬をもらうときは、下記のことにご注意しましょう。

## 平日の昼間の診療時間内に受診しておきましょう

体調がすぐれない場合や、軽い症状のときでも昼間の診療時間内に受診しておきましょう。休日や夜間に救急外来を受診することで、重症患者への対応が遅れたり、支払う医療費も高くなったりします。

## かかりつけの医師を持ちましょう

信頼できるかかりつけ医を身近に見つけ、健康管理の心強い味方になってもらい、気になることがあったら、早めに相談し日頃から体調管理に注意してください。かかりつけ薬局があれば、市販の薬との飲み合わせのチェックなど気軽に相談できます。

## 同じ病気で複数の医療機関を受診することは避けましょう

同じ病気で複数の医療機関を受診すると、同じ検査や投薬で医療費が高くなるだけでなく、かえって体に悪影響をあたえてしまう心配があります。

## 後発医薬品（ジェネリック医薬品）を利用しましょう

ジェネリック医薬品は、先発医薬品と同じ効能・効果を持ち、費用も安くすみます。ジェネリック医薬品を希望する場合は「ジェネリック医薬品希望カード」をお持ちになり、医療機関や薬局の窓口でお尋ねください。

## お薬手帳を活用しましょう

複数の薬を使用する場合は、飲み合わせによって副作用が強くなることもあります。お薬手帳を活用し、すでに処方されている薬を医師や薬剤師に伝えることが大切です。薬が残っている場合は、医師や薬剤師に相談するようにしましょう。

## ジェネリック医薬品で医療費節約

医師から処方される薬には、新薬（先発医薬品）とジェネリック医薬品（後発医薬品）の2種類があります。ジェネリック医薬品は、基本的に新薬と同じ成分を使って製造され、新薬の特許期間の終了後に製造されるため、新薬に比べて一般的に安価となっています。そのため、患者の薬代の負担が減り、家庭での医療費の節約に役立ちます。

ジェネリック医薬品を使うには医師の処方が必要ですので、まずはかかりつけ医師か薬剤師に相談してください。



町の動画を  
YouTubeで公開!



## 被災地の住民と知事が意見交換 仮設住宅入居者・県知事意見交換

7月25日(日)、男島仮設団地で蒲島知事と仮設団地入居者9人が復旧状況について意見を交換しました。知事が住まいの再建支援策を示し、県の担当者が豪雨からの復旧状況を説明。住民からは仮設団地の入居期限や被災した神社の再建支援などの意見が挙がり、知事は「被災者の安心と課題解決のためにも今後も意見交換を続けたい」と述べました。



↑豪雨災害の被災者と意見交換する蒲島郁夫知事(右端)

## 心を癒やす神秘の灯火 赤崎千灯籠の夕べ

8月13日(金)～15日(日)、赤崎建設委員会の主催で、千灯籠の夕べが行われました。お盆の「迎え火」と「送り火」の思いが込められており、今回で10回目を迎えます。ことしは天候不良のため、赤崎漁港の波止場ではなく、赤崎漁村センターに並べて点火。ろうそくのほのかな明かりで会場内が幻想的な雰囲気になりました。



↑会場内を幻想的に照らし出す灯籠



↓広々としたランチルームで参加者同士で楽しく交流できます



## 誰でも利用しやすい施設に 農業就業改善センター改修

6月30日(水)、2月から始まった農業就業改善センターの改修工事が終わりました。調理室はIHクッキングヒーターなど最新の調理器具を整備し、参加者同士でコミュニケーションがとりやすいランチルームを増設しました。さらに和室や機能訓練室なども改築。今後も町のイベントや食を通じた町民の健康意識向上が期待されます。

↓尾崎さん(左から2番目)指導で生地をまぜる参加者



## 郷土料理、作って学んで スローフード料理講習会

7月30日(金)、農業就業改善センターでスローフード料理講習会が行われ、おやきなどを作りました。おやきは小麦粉の皮で野菜などの具を包んだものです。参加者9人は(有)職彩工房たくみの尾崎正利さん指導のもと調理。具材は参加者が持ち寄ったきんぴらごぼう、高菜など6種。お焦げが香ばしく、具材のうまみが口内に広がり、素朴で懐かしい味に仕上がりました。

各行事などを撮影した写真や掲載した写真が欲しい人は、お気軽にお尋ねください。政策企画課 ☎78-3114 (内223) まで