

前回の交流会の報告

5月24日(木)今年度第1回目の会員研修会&交流会「教えて!薬のキホン!&お茶会」を開催し22名の会員さんにご参加いただきました。

研修会では薬剤師さんから薬の注意点やお薬手帳の活用法、在宅訪問など日頃の生活でも役立つ知識を教えてくださいました。交流会では、H29年度の会員アンケートのふりかえりをテーマにグループごとに話し合いました。

♪薬の服用法や使用法について

- ・コップ1杯の水かぬるま湯で!
→水が少ないと薬が喉にくっついて溶け出し、痛みの原因になることも…
水を飲むのがツライ時は服薬用ゼリーの使用もおすすめ!
- ・指示された時に正しく飲む(食前、食後、食間、寝る前、頓服など)
→血液中の薬の量が丁度良い範囲(血中濃度)を保つために飲むタイミングがある。
用法・用量を守らないと効果が出なかったり、逆に効きすぎて副作用が出ることも…
- ・前と同じ症状でも余っている薬は使わない
→原因が違ったり、飲み合わせにも注意が必要。使用期限が切れている場合も…



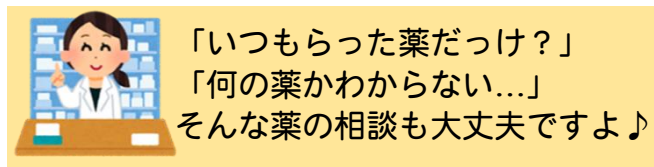
♪薬剤師さんからアドバイス

- ・何でも相談してほしい!
→薬の一包化や剤系の変更や粉砕が可能
(一包化:1回に服用する錠剤を1袋にすること)
- ・かかりつけ薬局を作してほしい
→飲み忘れや薬の相互作用に気づきやすい
- ・在宅訪問も行っている
→服薬指導や残薬状況の改善が目的
医療保険や介護保険の利用も可能
※詳しくはかかりつけ医か薬局まで※



♪お薬手帳のいいこと

- ① 医療機関にかかる時は必ず持っていく
- ② 言いたいことや伝えたい事を書いておく
- ③ 一般用医薬品・健康食品も記録して
- ④ いつも携帯・いつも同じ場所に保管して
- ⑤ 一冊にまとめる



●会員アンケートをもとにグループで出た意見(一部抜粋)

- ・高齢の方の登録が多いことがわかった
- ・活動した人の満足度と依頼した人の満足度が違うのでは?
- ・活動会員と依頼会員を分けて載せてほしい
- ・活動日時、活動内容を増やしたほうがよいと思う等…

1つのグループでは
鶴見区役所の職員さんとも
意見交換を行いました!



貴重なご意見ありがとうございました!



活動のレポート

今回は、お2人で活動していただいた衣替えの活動に同行しました。整理整頓が得意な活動会員さんが提案や相談しながら、依頼会員さんが困らずパツと見て分かるように整理して見事な主婦の技に、依頼会員さんも喜んでおられました。普段のちょっとした工夫や得意なことで喜んでもらえる機会が「あいまち」にあるかもしれません。空いた時間で活動してみませんか? お問い合わせお待ちしております。



応援会員 募集中

あいまちの活動には参加できなくても、取り組みに賛同し、住みよい地域づくりへの協力のひとつとして参画したいと思われる方や団体などに「応援会員」として支えていただく仕組みです。お力添えくださいますよう、よろしくお願い申し上げます。

◎年会費…1口 1,000円

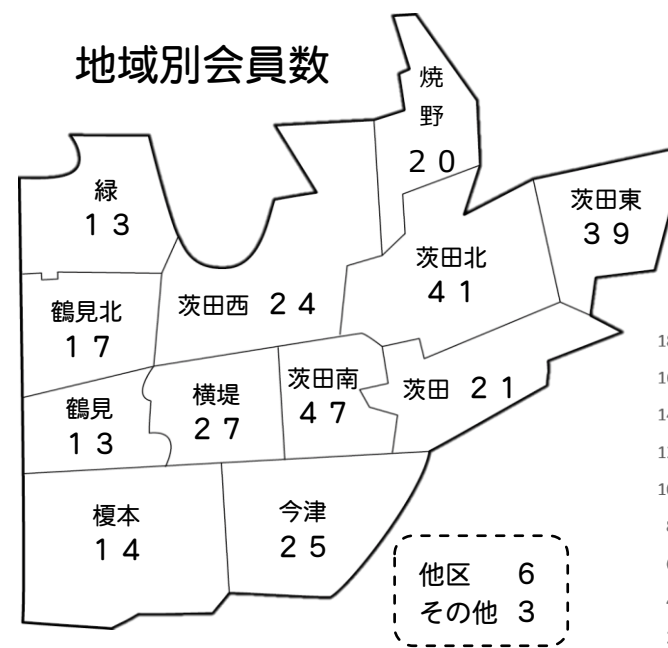
◎問合せ…あいまち事務局 06-6913-7066

※平成27年10月1日より賛助会員→応援会員に名称を変更しました。
年会費1口3,000円→1,000円に改定しました。



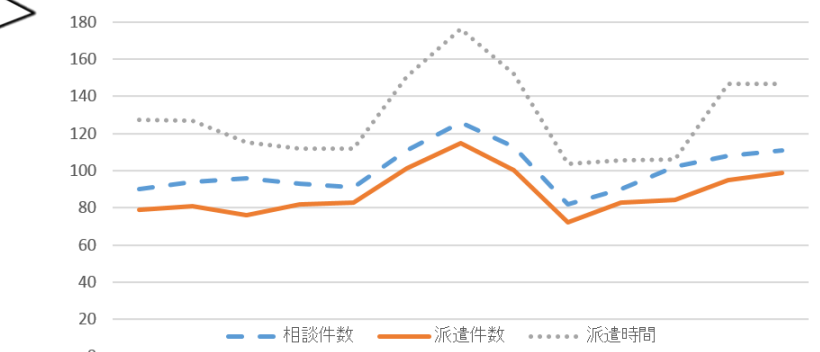
運営状況

平成30年5月31日 時点



会員数	349人
※退会、取消は除く	

相談・派遣件数 (H29.5月~H30.5月)



	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	4月	5月
相談件数	90	94	96	93	91	111	126	113	82	90	102	108	111
派遣件数	79	81	76	82	83	101	115	100	72	83	84	95	99
派遣時間	127.5	127	115	112	112	150.5	176.5	152	103.5	105.5	106	146.5	146.5

※情報提供に同意していない会員は除く