

あつとほ〜む☆たいむす

ヒロ薬品は、お薬・介護・リハビリ・生活のご相談を総合的にサポートさせて頂いています！

2022年6月号 VOL. 198



〜LINEで送れる処方せん〜 『つながる薬局』はこんなに便利です！

《皆様へのお礼》

今年2月の導入以来、100名以上の患者様にご登録いただき現在1日平均10枚程度の処方せんをLINEでご送付いただいております。

当初はLINEの登録に抵抗を感じる方もいらっしゃいましたが、登録は非常に簡単で、ご利用いただいた患者さまからは「**すごく便利になった**」とのお声をいただいております。

★長くお待ちいただくことがないように、これからも薬剤師、スタッフ一同努力して参ります。ご友人ご家族様へのご紹介、ご利用も是非宜しくお願いいたします。☆彡

ヒロ薬局 薬局長 高橋 寛

《患者さまからの嬉しいお声》

- ①わざわざアプリを登録しなくてもLINEが使えるので簡単です。
- ②家族の分のお薬手帳もまとめて入っているので助かっています。
- ③お薬の在庫がなくて取り寄せになる時も知らせてくれるので1回の来店で済みました。
- ④とにかく便利で待ち時間も少なくなりました。

✿患者様、ご家族様の貴重なお時間を有効に使って頂くために、是非『つながる薬局』のLINEの機能を多くの方にご利用頂きたいと思っております✿

ヒロ薬局さくらべーる 薬局長 鈴木 久子

薬局紹介

「かかりつけ薬局」として経験豊富な薬剤師が『笑顔・安心・スピード』をお届けします



ヒロ薬局

江東区千田22-1 ベルウッドイースト
Tel 03-3649-0170



医薬品備蓄数は
ジェネリックを含め
1900品目以上

お薬や健康に
関するご相談を
いつでも承って
います

ジェネリック
医薬品への取組み
を薬の専門家なら
ではのご提案をして
おります

在宅医療に
対応しております
(居宅療養管理指導)



ヒロ薬局さくらべーる

江東区扇橋2-1-3 ET21ビル101
Tel 03-6458-6408



昨年9月に新店舗に移転し、調剤・監査機器を一新し、より速く正確に調剤が行えるようになりました。
処方せんのLINE送付により、待ち時間の短縮・待合室での『密』の回避など取り組めることを行い好評を頂いています。
従来から行っている在宅患者様宅への訪問の他、新型コロナに感染した自宅療養の患者様には、医師の指示のもとにお薬をお届けする対応をしています。
今後も皆さまから安心・信頼される「**かかりつけ薬局**」として地域の皆さまに貢献してまいります。

ヒロ薬局さくらべーるでは小さなお子様でも安心してお待ち頂けるように、明るい雰囲気のお店で患者さまをやさしくお迎えし、お待ちいただく時間も快適に過ごしていただけるようさまざまな工夫しております。
また、各医療機関と連携がとれていますので、薬に関するご心配ごとでも安心して薬剤師にご相談ください。
サプリメントや健康食品との飲み合わせもチェックしています。
今後も、何でもご相談いただける「**かかりつけ薬局**」として地域の皆さまに貢献してまいります。



笑顔増産計画-5

2022 有限会社ヒロ薬品 代表 古谷良子

誰もが小さな事に喜びを感じ、一日一日が幸せの積み重ねであります様に♪

新型コロナによる世界的な感染拡大が始まり、マスクと消毒の生活が始まり早くも2年半・・・。

その頃に生まれたお子さん達は家族以外の『人の顔』を良く知りません。

保育園や学校でも、保育さんや先生たちの素顔を知らずにコミュニケーションを取らざるを得ない毎日です。思い切り笑う楽しさを体験する事も、顔全体の表情で相手の心情をくみ取る事も難しい為に、人と人との関係性作りに支障がでないかと心配です。ところが、文字通り邪気も先入観も無い子供たちは至って元気です♪



マスク越しでもアイコンタクトによる挨拶や微笑みに対して大人以上におおように反応してくれると嬉しくなります♪時々エレベーターで一緒にいる双子の幼児は必ず私の顔を（眼）を覗き込むようにして、笑いかけてくれます。また空手のお稽古に行く途中の道着姿の小学生に『今何級？』と聞くと『3級...』と教えてくれて『数字が少ないと強いのか？』と聞くと

『段は多い方が強くて、級は小さい方が強い』と真っすぐこちらと目を合わせて教えてくれます。低学年の少年が丁寧に話せるんだなと感心しながら、エレベーターを降りる際に『頑張ってるね』と励ましてお別れをした後、たった少しの会話なのに『イイ子だわ〜』と目頭が熱くなり幸せな気持ちになりました。

笑顔で励まされているのは大人の方・・・。大人ももっといい顔にならないと・・・と思います。コロナに関わらず、何かの出来事をきっかけに出来ていたはずの事を手放したり、無関心になるのは大人の方で、子供たちは、単純に色々な事に興味津々で嬉しい事探しが得意です。

共同住宅や公のスペースで大声を上げて泣き止まない子供がいたら、一瞬だけ不愉快になる事もあります。小さな身体でエネルギーの限り精一杯自己表現をしているのだと思うと『今のうちだけ・・・精一杯叫びなさい！』と心の中で応援するように努めています。そうすると少し優しい気分になります。実際の親御さんは毎日の事になると、そんな気持ちにはなれないと思いますが周囲の人達は『袖振り合うも多少の縁』です。いずれ子供は育ちます。大人が余裕を忘れてはなりませんね(^_^)



知ろう栄養 延ばそう！健康寿命

～ 口の渇き気になりませんか？～

ヒロ薬局介護サービス
管理栄養士 大西 由夏

6月4日～10日は『歯と口の健康週間』

皆さんは唾液が出にくい、口の中がネバつく、口が渇くなどの症状はありませんか。

口腔乾燥は、唾液の分泌量が少なくなり、口の中が乾いた状態で、悪化すると、味覚異常や虫歯の原因、嚥んだり飲み込みにくくなり、食事が摂りづらくなります。加齢、薬の副作用も他に、軟らかい物ばかり食べ続けると、お口周りの筋力が弱って唾液の分泌機能が低下します。

【予防の為にできる簡単ポイント！】

- ① ゆっくりよく嚥んで食べること
- ② 酸味のある食べ物で唾液の分泌を促す
- ③ アメやガムを嚥むのも効果的です。

又、水やお茶などをこまめに飲む習慣をつけましょう。



目標
1口30回

栄養UP 簡単 噛む噛むレシピ

～ 切り干し大根のヨーグルトサラダ ～

材料(2人前)

切り干し大根 20g
プレーンヨーグルト(無糖) 60g
ツナ缶(ノンオイル) 1缶
きゅうり 1/2本
ミニトマト 4個
マヨネーズ 大さじ1
塩・胡椒 適量



【1人前】エネルギー119kcal 塩分0.5g

1. 切り干し大根とプレーンヨーグルトを保存容器に入れてよく混ぜ、蓋をして冷蔵庫で約8時間もどす。
2. きゅうりは千切りにして塩を加えて塩もみし、水気を絞る。ミニトマトは半分に切る。
3. 戻した切り干し大根、きゅうり、ツナ、マヨネーズ、塩・胡椒をボールに入れよく混ぜ、ミニトマトを加え和える。
4. 器に盛って、出来上がり。

ツナ缶をハムやサラダチキンに代えることも出来ます。

デイサービス
すまーと＊川柳



「園児たち急ぐ長靴水たまり」
買ってもらった長靴が嬉しくて、嬉々として水遊びしている様子が微笑ましい。
すまーとご利用者 齋藤 昇様

編集後記: 少しずついろいろな活動再開の動きが出てきました。所属する趣味の音楽グループが中断していた練習を始め、久しぶりに仲間と会いました。80代の方が「この2年は辛かったですが人生100年、先は長いのでまだまだ頑張ります！」とご挨拶され、すっかり出不精になり面倒だと思っていた自分に活を入れられました。 あっとおむ 事務 広瀬 幸子

有限会社 ヒロ薬品

江東区千田22-4 TEL 3645-5101

<http://www.hiroyaku.co.jp>

★ホームページに過去分が掲載されています