



# 歯科だより



## 平成25年度佐井村歯・口の健康づくり研修会を開催！

12月7日(土)にアルサスにて、平成25年度佐井村歯・口の健康づくり研修会が開催されました。受賞者は次の通りです。(敬称は略します。)

### 「3歳児検診よい歯のコンクール受賞者」

佐賀奈美音、田中勇吹、川畑瑞貴、館脇寧々、内田澗奈、福田大海

### 「よい歯の児童・生徒審査会受賞者」

#### 【特別賞】

(小中学校を通して9年間むし歯がなかった生徒)

佐井中学校3年 船越 一輝

佐井中学校3年 中村樹美佳

#### 【最優秀賞】

福浦中学校3年 田中 理沙

佐井小学校6年 樋口こころ

佐井小学校3年 大石 凌空

#### 【優秀賞】34名

#### 【優良賞】3名

#### 【学校推薦賞】12名



左からなみねちゃん、いぶきくん、みずきくん、ねねちゃん、みおなちゃん

また、表彰式に続いて研修会が開かれました。講師にはむつ市体育協会 事務局長 坂本謙二氏をお迎えし、『歯の形と数から学ぶ食のバランス』という演題でお話していただきました。

これからも佐井村の児童・生徒には、自分の歯や口の健康づくりを通して、全身の健康にも役立つ知識や生活習慣を身に付けていって欲しいと考えています。



# 病院だより



大間病院

内科医長 中崎 真也

## 薬の残薬調整について

みなさんこんにちは。気温が低下していますので、風邪や胃腸炎の予防(手洗い・うがいなど)を励行してください。さて、当院へ通院している患者さんの中には、「実は〇〇の薬の飲み忘れが多くて、余っているんだけど。医者には言いにくいから、いつもどおり処方してもらえないか。」と内心思っている方もいらっしゃると思います。確かに、すべてのお薬を飲み忘れなく内服することが大切です。しかし、日常生活のリズムによっては、朝昼夕のうちいずれかの薬の飲み忘れが多いということはあると思います。次の受診時に、前回処方のお薬が余っている場合には、「どのお薬が、何日分余っているか」を数えてきて、教えてください。残薬調整として、すべてのお薬の数が揃うように処方することができます。そうすれば、無駄に薬を処分するということも減りますし、医療費の削減にもつながります。医者には言いにくいと思っている方がいらっしゃるなら、気にせず一度お伝えください。きちんと「何日分」お薬が余っているか数えていただければ、調整して処方いたします。また、お薬の中には2つの薬の成分を1つのお薬に詰め込んだものがあり、合剤(ごうざい)と呼びます。例として、高血圧の薬と高脂血症の薬を1剤にまとめたものや、2種類の高血圧の薬を1剤にまとめたものがあります。ご自身のお薬を合剤にできないか、興味がありましたらご相談ください。

## 大間病院からのお知らせ

◎26年1月24日(金)の整形外科外来は休診となります。

ご迷惑をおかけしますがご理解くださるようお願いいたします。