

# 診療所だより

診療所長：田川 豊秋



## 災害避難時のお薬管理

今年は例年以上に台風が多く発生しています。台風被害には無縁だと思われていた北海道も、昨年9月には十勝地方を中心に大きな被害が出るなど、油断できないようになってきました。台風とまではいかなくとも、「〇〇年に一度」といったゲリラ豪雨は、すでに今年も道内で観測されています。もしも皆さんの住んでいる所が天災に遭い、持病をお持ちの方が避難を余儀なくされたときのお薬の管理についてお話ししたいと思います。

運よく薬箱を持ち出せば良いのですが、慌てたりしてそれができなかったときには避難先で服薬できなくなります。災害の内容にもよりますが、まあ3日以上も何らかの医療サービスが受けられないことはあまりないと思われまので、数日分は非常持ち出し袋などに別に入れておけば(時々入れ替えを忘れずに)良いと思います。また自分の薬の名前や用量を全て覚えている方は良いのですが(多分ほとんどいないはず)、そうでなければ携帯電話でお薬手帳の写真を撮っておくことをお勧めします。もちろん表紙ではなく内容ですよ！



できれば家族の分も一緒に撮って保存しておけばなおのこと役立ちます。経験上、避難のときに皆さんは真っ先に携帯電話を掴んで避難されますから。

もちろん避難を余儀なくされるような災害が無いに越したことはありません。ただ想定外の事が起きるのが災害です。今回はお薬を例にお話ししましたが、日頃からさまざまな準備をしておく大切さを再確認しておいてください。

## 心療内科セミナー『認知症』

幌延町生涯学習センターで、幌延町立診療所心療内科・精神科担当の阿部医師による心療内科セミナーを開催し、「認知症を知ろう」をテーマに講演を行いました。

認知症やうつ病についての予防策や初期症状など、過去に診察してきた患者さんの例を交えながら参加者に説明を行いました。

次回の講演時には告知端末機やポスターでお知らせしますので、セミナーへ参加してみませんか？



## まちあいセミナー『食中毒』

町立診療所で、第4回目の田川所長によるまちあいセミナー(医療漫談)を開催し、「食中毒」をテーマに講演を行いました。

夏になるにつれて増える食中毒ですが、皆さんは予防をしっかりとっていますか？

食品は、消費期限の日付が近いものを買っていませんか？  
調理や食事の際には、こまめに手を洗っていますか？

予防のことや食中毒対策など、スライドを使った説明に会場を訪れた方は、関心を向けていました。

皆さんも田川所長の医療漫談を聞きに、セミナーへ参加してみませんか？



お問い合わせ先：町立診療所 電話・告知端末機：5-1221