



# 甲府市 薬剤師会 だより

2016年3月

公益社団法人 甲府市薬剤師会  
〒400-0857 甲府市幸町14-6  
電話番号055-236-5200  
FAX番号055-236-5201

皆様の健やかな暮らしを願って

第2号

## 平成27年度 「市民くすいと健康の講演会」 開催報告

(公社) 甲府市薬剤師会 生涯学習委員会 田原 計子

甲府市薬剤師会主催の「市民くすいと健康の講演会」は平成27年11月15日山梨県立図書館多目的ホールで開催された。参加者は約190名、会場は満席で市民の健康に対する関心の高さが伺われた。



演題の1つ目は、東京理科大学薬学部の鹿村恵明先生の「薬局の上手な活用法」～薬剤師がで

きること～と題した講演だった。参加者に質問を投げかけながら、調剤薬局、処方箋、薬歴管理、ジェネリック医薬品、お薬手帳などについて解説し、薬剤師の関わりと業務について報告された。処方箋監査の重要性を説明し、相互作用などの疑義照会・残薬管理は医療経済にとって有用性があることを示した。処方箋は自分の好きな薬局



で調剤してもらう、そのためには「信頼できる薬局、薬剤師を見つけましょう」と結んでいた。

2つ目は、県立中央病院脳神経外科の中野真先生による「脳卒中の診断、治療とその予防」と題した講演だった。脳卒中は脳血管障害であり、くも膜下出血や脳内出血などの出血性脳血管障害と脳梗塞に代表される閉塞性脳血管障害に分類されると説明し、個々の病態について図を用いてわかりやすく紹介した。さらに山梨県の救急体制について述べ、脳卒中の症状とそのときの具体的対応を示した。

「脳卒中は1分1秒をあらそう病気ではない」、「慌てなくても良い」と説明する和やかな話しぶりが安心感を与えていた。治療について解説した後、何より重要なことは予防であり、高血圧、高コレステロール血症、糖尿病、肥満、喫煙、不整脈等の危険因子を早期にしっかり治療することが最も大切と話された。



参加者からは、どちらの講演もわかりやすく、日々の生活習慣の見直しをする良いきっかけとなったとの感想が聞かれた。次回の講演開催を希望する声も多かった。

## 中高生公開講座開催報告

(公社)甲府市薬剤師会

生涯学習委員会 小沢 慎一郎



ワークショップ

「薬について一緒に考えてみませんか？」

平成 28 年 3 月 6 日、山梨県立図書館イベントスペースにおい

て中高生を対象とした公開講座を開催しました。平成 24 年の第一回開催から数えて今回で 5 回目となります。

当日は中学生 6 名、高校生 41 名の計 47 名の中高生が参加しての公開講座開催となりました。今回はテーマを「薬害」として、医療従事者の視点だけでなく、様々な立場からこの問題について考えてもらいました。講師として、これまでの公開講座でもご協力頂いている慶応大学薬学部教授の望月眞弓先生に引き続きご参加頂きました。



今回の公開講座では、薬害にはどのようなことがあったのか、どうして起きたのか、防ぐためにはどうしていけば良いか、KJ法を用いてのスマールグループディスカッション(SGD)方式で参加された中高生には議論してもらいました。参加者の中には同じ学校の生徒だけでなく、当日初めて会う他校の生徒も多くいます。

KJ法では考えたこと、疑問に思ったことを付箋に書き出し、おいて意見を出し合っていきますが、初対面の相手にも気後れすることなく、より積極的に自分の意見を出していく手助けとして機能していたと思います。私たちはタスクとして参加しましたが、議論を特定の答え

に誘導するのではなく、あくまで生徒の皆様が積極的に議論出来るよう手助けすることを心がけました。公開講座を開催する前は、中高生の皆様が積極的に意見を出し合い、議論が進んでいくか不安な面もありましたが、いざ始めてみると、こちらが考えている以上に熱心にテーマについて考え、議論を進めてくれていました。参加された中高生にとって、今後の目標に向かって進んで行く上での良い経験の場とすることが出来たのではないかと考えております。



5 回目の開催となり、過去の公開講座に参加された方が、薬科大学に進学し、お手伝いとして参加されるなど新たな広がりも出てきております。他の委員会や会員の先生方、事務局の皆様のご協力のおかげで公開講座は大変有意義なものとなっております。

次回もより良い公開講座を開催していきたいと思っておりますので、今後とも皆様のご協力をよろしくお願い致します。



## 環境省モデル事業 平成 27 年度 水銀添加廃製品(水銀体温計・水銀 血圧計・水銀温度計)回収事業に協力 しました。

環境省による水銀が含まれる体温計、血圧計、温度計の効果的な回収方法を調査するため、全国 15 自治体の 1 つとして甲府市が選ばれ、平成 28 年 2 月に、体温計等に関する施設としての薬局を窓口とした本事業が行われました。

平成 25 年 10 月に、環境への水銀の人為的な排出を削減し、地球規模の水銀汚染の防止を

でお住まいの地域の収集日に透明のビニール袋に入れて「体温計」や「血圧計」と表示して集積所の隅に置いて下さい。

### 参加薬局 52 店にて

水銀体温計 971 本  
水銀血圧計 87 台  
水銀温度計 68 本  
が回収されました。

ご協力ありがとうございました。

### 地域高齢者学級への 講師派遣事業のご紹介

#### 平成 27 年度実績

- 泉いきいきサロン  
4月12日(日)午前9時～  
内藤貴夫先生
- 徳2家具いきいきサロン  
4月21日(火)午前10時～  
薬袋貴美先生
- 上積ふれあいきいきサロン  
5月20日(水)午後1時半～  
保坂達也先生
- 向町いきいきサロン  
6月17日(水)午前10時半  
薬袋貴美先生
- 千塚西町いきいきサロン  
6月19日(金)午後1時半～  
飯野智先生
- 小松いきいきサロン  
8月23日(日)午後1時半～  
百瀬美紀先生
- 玉諸高齢者学級  
9月30日(水)午後1時半～  
久保田賢治先生
- 山梨県退職公務員連盟研修会  
10月10日(土)午後1時半  
薬袋貴美先生
- 城南いきいきサロン  
10月15日(木)午後1時～  
浅川由実子先生

- 北東いきいきサロン  
10月25日(日)午後1時～  
数野庸先生
- 千塚高齢者学級  
12月11日(木)午後1時半  
青山達夫先生

#### 今後の予定(平成 28 年度)

- 大津いきいきサロン  
4月16日(土)午後2時～  
木曾川真吾先生
- 宮下いきいきサロン  
5月16日(月)午後1時半～  
倉賀野美樹先生
- 下積いきいきサロン  
5月17日(火)午後1時半～  
浅川由実子先生
- 和楽いきいきサロン  
6月9日(木)午後2時～  
田原計子先生
- 西田いきいきサロン  
H29年1月26日(木)午後1時半  
中村由喜先生

### 花粉症について

体が花粉などのアレルゲン(アレルギーの原因)と接触すると、鼻や目の粘膜・皮膚などにある肥満細胞からヒスタミンなどの化学伝達物質といわれるものが放出されます。それらが原因となりくしゃみや鼻水・涙や充血・かゆみなどのアレルギー一症状が引き起こされます。



指す「水銀に関する水俣条約」が国連環境計画で採択されました。

条約における取り組みのひとつとして、各家庭で使われなくなった水銀含有製品の正しい回収を進めていくことが必要となります。

今回のモデル事業はすでに終了していますが、水銀含有製品は、甲府市で資源物・有価物の回収日に回収を行っていますの

今回は一般的な花粉症薬についてお話したいと思います。

## 内服薬

**第一世代抗ヒスタミン薬**：鼻水やくしゃみな等の症状に対して即効性が期待できますが、眠気が強かったり口が渇いたり便秘したりといった副作用はありますが、多くの市販の鼻炎薬等に配合されています。緑内障や前立腺肥大症の方は使えません。

**第二世代抗ヒスタミン薬**：抗アレルギー薬とも呼ばれ、ヒスタミンをブロックする作用のほかにケミカルメディエーター（炎症を起こす化学伝達物質）遊離抑制作用があります。第一世代に比較して副作用の眠気や口の渇きが軽減されています。花粉の飛散シーズン前から服用することで花粉症の予防的効果が期待できます。作用持続時間が長いものもあり現在の花粉症治療薬の主流です。医療用医薬品から処方せんなしで購入可能な市販薬に転用されているものもあります。



**抗ロイコトリエン薬**：鼻の粘膜に浮腫みをおこす化学伝達物質の作用を抑えることで鼻づまり等の症状を改善します。即効性

はないので効果がでるまで時間を要します。現在は処方せんがないと服用できません。

**副腎皮質ホルモン剤**：ステロイド剤と呼ばれ、ヒスタミンによって引き起こされた炎症を鎮めたり、アレルギー反応を抑える効果があります。効果は非常に強力ですが、即効性はなく、また副作用のために長期化に渡って服用することはできません。



## 外用薬

**点鼻薬**：抗ヒスタミン薬・抗アレルギー薬・血管収縮薬・副腎皮質ホルモン薬等があります。鼻水・くしゃみ・鼻づまり等の症状や程度により使い分けます。市販の点鼻薬にも副腎皮質ホルモン剤（ステロイド剤）が含まれるものもありますが治療中の疾患によっては使用できないこともあるため購入に際しては薬剤師にご相談ください。また血管収縮薬が含まれるものは長期使用により効き目が悪くなることがあったり、中止する時に症状が悪化したりすることがあるので注意が必要です。

**点眼薬**：点鼻薬と同様の成分で構成されています。医療用では軽い症状には抗アレルギー薬が、重い症状の場合には副腎皮質ホルモン剤（ステロイド剤）が使用されます。緑内障・白内障・感染症等の副作用の観点か

ら長期に使用する薬ではないために、市販の目薬には副腎皮質ホルモン剤（ステロイド剤）が配合されたものではありません。



## 舌下免疫療法

アレルギーの原因物質を舌の下から少しずつ体内に取り入れることによりアレルギー反応を弱めていく治療法のことです。

従来は注射による皮下免疫療法が中心でしたが、舌下免疫療法では注射による痛みがないことや通院回数の軽減、全身性の副作用が低いなどの安全面から注目されています。

治療には最低2年間程度を要し、毎日1回継続する必要があります。治療開始のタイミングも大切で、花粉が飛散するおよそ3カ月前からの治療が必要になります。

日本では12歳以上から高齢者の方まで治療を受けることができます。専門医の指示のもと治療を行う必要があります。

第2号 2016年3月29日

発行/（公社）甲府市薬剤師会  
編集担当/会報編集委員会