

### 今月のトピックス

『病院から処方された薬が残っていませんか?』

けがや病気になったときに処方される薬について、すべて飲み切っていますか? 「薬は決められたとおりに飲むべき」と分かっているにもかかわらず、飲み忘れてしまったり、体調が良くなって途中で飲むことをやめてしまうことはありませんか? この処方された薬を飲み切れずに手元に残ったままになる『残薬』は社会的な問題になっています。過去のデータでは在宅の75歳以上の人の残薬は年間およそ475億円分だと言われています。そして医療費だけでなく、薬を飲み切らないことにより完治が遅れ、症状が悪くなったり、体に対する負担も大きくなる、病院に通う時間も長くなる、など悪循環につながる恐れがあります。

「どうしても薬を飲み忘れてしまう…」 「いつ飲んだかわからない」 ために対策をしていきましょう。

#### ●飲み忘れ防止カレンダー

日付にポケットがついた壁掛けカレンダーで、そこに1日分の薬を入れることができるようになります。

カレンダーみたいに大きくないほうが良い、細かく分かれていたほうが分かりやすい人には1週間×朝・昼・夜・寝る前が合体したお薬ケースも販売されています。



担当医師の指示が必要ではありますが、服用するタイミングが同じ薬は1袋ずつまとめることができます。ご自分で1回分・1日分にまとめるのが大変な場合、担当医や薬剤師に相談をしてみましょう。体調が良くなってきたときや外出が重なるときなど、どうしても薬を飲むことを忘れてしまうこともあります。ただ「ま、いっか」の自己判断が回復力を遅らせてしまっているかもしれません。最近は『かかりつけ医とともに、かかりつけ薬局・薬剤師を持ちましょう。』とされています。活き活きと生活を送るために、相談窓口は多く持ちましょう。

### 今後の行事・イベント情報

#### 6月の行事

#### 季節の創作活動とレクリエーション



雨の日が多くなる季節ですので、てるてる坊主を作りましょう! また、ジメジメ憂鬱な気持ちを吹き飛ばす楽しいレクリエーションを企画しています☆お楽しみに!

### デイサービス空き状況

| 月曜 | 火曜 | 水曜 | 木曜 | 金曜 | 土曜 |
|----|----|----|----|----|----|
| △  | ×  | ○  | △  | △  | △  |

○: 空き有り △: 若干名のみ

いちご狩り

5/14~5/24

活動報告

常総市の空中いちご園  
GRANBERRY大地  
へお連れしました☆

