

# 虫歯ゼQ

9月7日の幼児歯科健康診査で  
虫歯がなかった子どもたちです。

◆三歳六カ月児



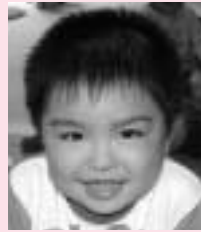
ゆいと  
辰柳唯斗くん  
(栗山)



まなみ  
晝澤真奈美ちゃん  
(小屋瀬)



あすみ  
本宮明純ちゃん  
(中村)



はるき  
折本遥希くん  
(茶屋場)



こうた  
吉澤浩太くん  
(浦子内)

## 薬と健康の週間

10月17日から  
23日まで



## 健康福祉 ネットワーク

～みんなで作ろう健康くずまき～

## 自分の薬をよく知ろう

薬は、それぞれ決められた用法、用量を守らな  
いと効果がなかったり、  
副作用を起こすことがあ  
ります。  
ここでは、薬の使い方  
や飲み方についてお知ら  
せします。自分の薬を知  
り、上手に付き合うため  
の参考にしてください。

### ■使い方

Q 薬の服用にある食  
前、食後、食間の違いは？  
A 【食前】 ご飯を食べる  
三十分前。  
【食後】 ご飯を食べ終  
えてから三十分以内。

【食間】 食事と食事の  
間（食後二時間程度）。

Q どこに保管すればい  
いの？

A 薬は湿気  
や光、熱によ  
って影響を受  
けます。栓や袋を固く閉  
め、直射日光が当たらな



い、暖房器具から離れた場  
所に保管しましょう。

Q 他の容器へ入れ替えて  
も大丈夫？

A 使い方を間違えるなど  
事故のもとになるので、他  
の容器への入れ替えはやめ  
ましょう。

Q 古い薬は使えるの？

A 有効期間  
が表示されて  
いる薬もあり  
ますが、同じ  
ような症状で  
も原因が違うことがあります。  
医師または薬剤師の指  
示に従って使用しましょう。



### ■飲み方

Q 水やぬるま湯はどれく  
らいの量を飲むの？

A たくさん水（コップ  
一杯以上）で飲むとよく吸  
収されます。少量では、薬  
がのどや食道に張り付いて  
炎症や潰瘍（かいよう）を起こすことが  
あります。

Q 飲み忘れたときはどう  
するの？

A 薬に  
よって飲  
み忘れた  
ときの対応が変わります。  
医師や薬剤師への確認が必  
要ですが、基本的には、す  
ぐに飲みましょう。



Q 病院の薬と薬局で買った薬を一緒に飲んでも大丈夫？

A 一緒に飲むのは、とて  
も危険なことです。飲んで  
いる薬について、医師や薬  
剤師に伝えましょう。

Q 症状が治ったら、薬は  
止めてもいいの？

A 自覚症状がなくなった  
としても、病気の原因が取  
り除かれているとは限りま  
せん。医師の判断があるま  
では、指示に従い、薬を飲  
みましょう。

薬と健康について、詳し  
くは健康福祉課（各役場内  
線159）へお問い合わせ  
ください。