



今回は「お薬なんでも講座」と題して、「ジェネリック医薬品ってどういう薬？」をメインテーマに、2月6日に松本薬剤師会より講師の青木薬剤師さんを招き、約50名の皆さんが受講されました。

「ふれ健」の受講は初めての経験、開講時間より早めにお知らせの会場へ。5、6名のお知り合いの方もすでに教室におられ心強く受講できました。

続いて薬についてスライド等を使い講師のお話を受けました。薬には高額な研究開発費と長年の時間をかけ作られた先発医薬品と、今回のテーマである後発医薬品「特許切れ」の薬「ジェネリック」品とがあります。有効成分、効能等は先発医薬品と同等、厚生労働省からも認められていて安心安全だそうです。なぜ

ふれあい健康教室 「お薬なんでも講座」



松原かわら版

世帯数 1,209 戸
人口 3,009 人
高齢化率(65歳以上) 27.4%
(令和 2 年 3 月 1 日現在)

た。定刻になり、本日の本題が始まると思いきや、さにあらず福祉ひろばのスタッフさんによる、お口の体操、詩集の朗読、歌集を手に全員での合唱。「早春賦」、「リンゴの歌」等何曲かを大きな声で元気に歌い、会場からあたたかい笑い声も聞こえ、二人一組のストレッチ体操では節々の体の痛みを悲鳴と共に吹き飛ばし、教室は大いに盛り上がりしました。

「ジェネリック医薬品」を勧めるのか。薬代が安価、そして国が負担する医療費減にも繋がり、高齢化による国民医療費を大いに節約できるとのことです。薬によつては薬価が5分の1も安くなる例もあるそうです。薬を服用している方、これから処方してもらう方は「ジェネリック医薬品」を考えてみてはどうでしょうか。

最後に「ふれあい健康教室」のスタッフさんのご苦労に感謝し終わりとします。

(編集委員)

●一口メモ

「ジェネリック」とは？
ブランド品にとらわれないという意味だそうです。

●お薬クイズ

次のうち、漢方薬に使われていないものは？

- ①動物の化石 ②カキの殻
③石こう ④カニの甲羅
答えは裏面をご覧ください。

公民館の今...

新型コロナウイルスの感染拡大を受けて、松原地区公民館や福祉ひろばが主催する各種公民館講座やふれあい健康教室といった多くの事業が中止や延期となりました。

今回の非常事態を受けて、常日頃からの手洗いやうがいの励行、具合の悪いときは外出しないといった身近でできる感染症対策を見直すきっかけとなりました。

一刻も早い事態の収束を祈って…

(公民館主事)



(編集委員)

公民館講座 ハーバリウムづくり

1月16日、講師の酒井紀子さんに説明を受け、数種類の瓶の中から好みの瓶を選び、用意された色とりどりのドライフラワーを出来上がりイメージして、見栄え良くピンセットで瓶に入れ、最後にオイルを流し込みます。時間を忘れて夢中になり、世界に一つだけの素敵な、インテリアを作り上げました。

レッツ手づくり バレンタインスイーツ を作ろう



2月11日の祝日を利用して明善学区の小学生を対象にバレンタインスイーツ作りの講座が行われました。

9人の参加者が集まり「トリュフチョコ」と「ココアスノーボールクッキー」をみんなで協力して作りました。公民館職員が手順を教えながら、自分たちで材料の計量をしたり、混ぜたり、形を整えたり、デコレーションをしたり。終わった後の片付けまでしっかりできました。完成後は思い思いのラッピングを施して満足げに帰っていききました。

「レッツ手づくり」の講座は、家ではなかなか作ることのできないものづくり体験をするシリーズとして今後も開催していく予定です。

男女問わず多くの皆さんにご参加いただければ幸いです。
(公民館主事)



【2月14日】 男性ストレッチ教室



【2月21日】 明善小学校「昔の遊び」



お薬クイズの答え ④ カニの甲羅

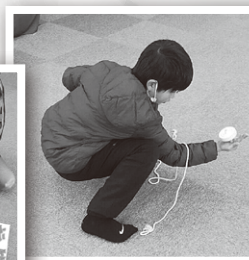


こんなイベントもありました。
来年度も楽しいイベントで
いっぱいしていきたいです。
【6月15・16日】
触れる地球儀



【12月4日】
食生活改善推進委員協議会
ちよつと豪華な季節の料理

第4町会の小池さんが羽子板
を作ってくれました。



【1月7日】
青少年新春大もちつき大会
〜お正月遊び〜

コラム 北の旅人

「デジタル時代」

正月に孫が毎年来にやってくる。そこで、ポチ袋にお年玉を入れ手渡す、ありがと
うの返事の後に、なんと「お
じいちゃん、今度の小遣いは
僕の口座に振り込んでおいて
ね！」キャッシュレスの時代
がそこまで来たのかと、複雑
である。スマートフォンを基
盤とした金の決済が総ての面
でデジタル化し、ここ数年で
一気に進んでいる。日本より
発展途上国の方が広がり
早い。通信インフラは一般社
会インフラと違って、基地局

編集後記

本年度も「松原かわら版」
をご愛読いただきありがと
うございました。より良い紙
面を作ろうと編集委員全員で

取材や記事作成に取り組ん
できましたが、いかがでした
でしょうか？今月号で全委員
が交代となります。これまで
編集にご協力いただいた皆様
に厚く御礼申し上げます。



編集委員長 5町会 勝山英郎
副委員長 6町会 佐藤悦夫
編集委員 1町会 牧野内清司
2町会 清水茂男
3町会 森田栄子
4町会 二木 徹
7町会 百瀬 毅
松原地区公民館長 下村 純
松原地区公民館 主事 横林朋実

(編集委員)