

『もしものために薬の準備もお忘れなく』

皆さんは、自然災害に備えてどのような準備をしていますか？ここ数年、巨大台風や大地震、局地的な集中豪雨などが日本各地に甚大な被害をもたらしています。

災害によって電気・水道・ガスなどのライフラインが停止すると、復旧するまでに最低3日はかかるといわれており、医療機関においても、大きな被害を受けて機能が停止することが考えられます。定期的に受診していて、高血圧・心臓病・糖尿病・喘息などの薬を飲んでいる患者さんにおいては、手持ちの薬がなくなってしまう、病状が悪化して危険な状態に陥ってしまう恐れがあります。

そのような場合に備え、最低3日から1週間分くらい、の薬が手元に残るように、掛かり付けの医療機関に相談してみるとよいでしょう。そして薬は、災害時に家族の誰もがすぐに持ち出せる場所に保管しておきましょう。

また、薬と一緒に『おくすり手帳』を持っていると、より安心です。『おくすり手帳』とは、保険薬局などでもらえる手帳のことで、処方された薬の名前、飲む量や期間、アレルギーや副作用の経験の有無などが記載されています。薬局で薬を受け取る際に申し出れば簡単に手に入れることができ、手帳



自体には費用はかかりませんが、薬局で情報を記載する際、情報提供料として自己負担が数十円ほど掛かります。災害によって患者さん本人が、けがなどの理由で自分の病状を説明できなくなったり、医療機関が大きな被害を受けて個人のカルテを閲覧できない場合などは、この手帳を見れば服用の経過がよく分かり、医師が患者さんの病状を把握する手立てになるのです。

阪神・淡路大震災では、日本各地からボランティアの医師や看護師をはじめ、多くの医療スタッフが被災地に駆け付けましたが、災害で混乱している現場で被災者の救護に当たった際に、その人が常用している薬の名前が分からず「備えあれば憂いなし」。突然発生する自然災害に備えて、薬と『おくすり手帳』の準備をしておきましょう。



文／国保多古中央病院 薬剤科

追跡レポート! ———— この職業・この人たちの24時間



心を込めておいしいものを 食堂の一日

紹介者：鈴木隆弘さん（本町）

わたして四代目となるこの食堂では、そばやうどん、中華めんや丼ものなどを提供しています。朝は両親と手分けをして仕込み作業を行います。薬味を刻んだり、つゆやカレーのルーを作ったり。そして、午前10時ごろにお店を開け、出前も承ります。昼時を過ぎると、夕方に向けての準備を行います。宴会がある場合を除き、午後7時ごろには閉店となります。

以前から中華めんは自家製でしたが、知人の言葉に一念発起し、4～5年前から手打ちのそばとうどんも出しています。仲間と食べる時は打っていましたが、商品として出すために、何度も試行錯誤を繰り返しました。

季節や天気によって微妙に配合を変えていますが、そばはいわゆる“二八そば”。小麦粉2対そば粉8の割合で混ぜて水を加え、手に粉がつかなくなるまでこねて生地をまとめます。続いて、打ち粉をして生地の厚さを均一に伸ばし、折り畳んで切ります。うどんは小麦粉に塩と水を加え、生地をまとめたらビニール袋に入れ“こし”を出すために足で踏みます。そして生地を寝かせ熟成させたら再度踏み、そば同様伸ばして切ります。ゆで時間は太さにもよりますが、そばが30～35秒、うどんが7～8分。ゆでたら氷水でしめると、一層おいしくなります。

わざわざ町外から来てくださる方もいて「おいしい」の言葉をいただくとうれいですね。これからも心を込めて、皆さんに喜んでもらえるよう、手間を惜しまず作っていきたいと思います。



取材協力：浪花屋

国民健康保険税と後期高齢者医療保険料の納付方法

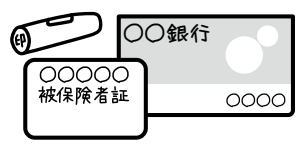
「年金からの天引き」と「口座振替」の選択が可能に

今年4月から、国民健康保険税と後期高齢者医療保険料を年金からの特別徴収（天引き）により納付される方については、納付方法が「年金からの天引き」と「口座振替」の選択制になります。

対象となる方には、1月中にダイレクトメールにより通知してありますので、口座振替を希望される場合は、各担当課の窓口にて手続きをお願いします。

【手続きの際に必要なもの】

- 口座振替をする通帳
- 通帳の届出印
- 保険証



【注意事項】

- 手続きの時期により、口座振替の開始時期が変わります。
- これまでの納付状況等により、口座振替への変更が認められない場合があります。
- 年金からの特別徴収（天引き）以外の方で、口座振替を希望される場合は、各担当課窓口にて同様の手続きをお願いします。

お問い合わせ・手続き先

- 国民健康保険税については……………税 務 課 課 税 係 ☎ 76-5402
- 後期高齢者医療保険料については……………住民課国保年金係 ☎ 76-5405

国保の出産育児一時金が 38万円に引き上げられました

今年1月1日から、国民健康保険に加入している方が出産した場合に支給される出産育児一時金の額が、これまでの35万円から38万円に引き上げられました。



お問い合わせ ● 住民課国保年金係 ☎ 76-5405

～お気軽にご相談を～

奨学資金貸付制度のお知らせ

高校生から大学生までが借入申請できる町の奨学資金貸付制度。詳細は次のとおりです。お気軽にご相談ください。



貸付対象者

高等学校・高等専門学校・短期大学・大学に在学中または入学が決定した方（専門学校は対象外）で、次の要件をすべて満たす方

- 経済的な理由により修学が困難な方
- 在籍学校長または出身学校長が推薦した方
- 貸付対象者本人または監護する方が、町内に引き続き1年以上住所を有する方
- 学業に優れ、性行正しく健康な方

貸付金額

- 高等学校・高等専門学校・・・月額 20,000円以内
- 短期大学・大学・・・月額 30,000円以内

貸付条件

- 貸付利息・・・免除
- 貸付期間・・・決定のあった月から、その学校における正規の修学期間を終了するまで
- 返済方法・・・貸し付けが終了した月の翌月から、在学中に貸し付けを受けた年月の2倍に相当する期間内に、月賦または半年賦で返済

お問い合わせ ● 総務課庶務係 ☎ 76-2611