

塩谷郡市医師会リレーコラム シリーズ「在宅医療」

●ご意見やご質問、取り上げてほしい病気などありましたら
塩谷郡市医師会までお便りをお寄せください。
問い合わせ／〒329-1312 さくら市桜野1319-3
さくら市氏家保健センター内 塩谷郡市医師会

第8回「訪問薬剤師について」

近年、自分で病院を受診できないため在宅医療を受けている方や、自分で薬の管理ができない方などを対象に薬剤師が患者様宅へ訪問する訪問薬剤師の仕事が増えてきました。

訪問薬剤師の主な仕事は、薬を正しく服用・使用することが難しい患者様を支援し、無駄な薬を無くすこと(残薬の調整)です。

埼玉県薬剤師会が2014年に高齢者150人の自宅を訪問した調査では、ほぼ全員に残薬が確認されました。飲み薬以外に糖尿病に使う注射薬が大量に冷蔵庫に残っていたり、10年前の塗り薬や目薬なども残っていました。残薬が生じる理由は「何に効くかわからない」「つい飲み忘れてしまう」「複数の診療科を受診しており、種類が多いので薬の管理ができない」「飲みづらいので飲まない」など様々です。75歳以上の患者様の残薬の薬剤費だけでも全国で年間約475億円と推計されているデータもあります。

ポニー薬局矢板店 福田高雄 (矢板市)

私が担当した一人暮らしの患者様の話です。循環器・内分泌・消化器・皮膚・呼吸器・眼科の6つの診療科を受診していました。それぞれの診療科から1~2カ月分の薬が処方されていましたが、薬の管理ができず、体調を崩されてしまったようでした。担当のケアマネジャーから依頼がきて、患者様宅に訪問してみると段ボール1箱分の残薬がありました。そこでそれぞれの診療科の主治医に連絡し、1回に飲む薬を1包にまとめて調剤する指示をいただき、全ての診療科の薬を1包にまとめました。また薬を飲む必要性を入念に説明したところ、飲み忘れがなくなり、今では元気に過ごされています。結果的に薬の種類も減ることになりました。

以上のように訪問薬剤師は、薬の飲み合わせや量に問題ないかを調べ、飲み方や保管方法などの提案・指導もしています。もしお薬のことでお困りのことがあれば、まずはかかりつけの薬局にお気軽にご相談してみてくださいでしょうか？

国民年金 国民年金保険料 学生納付特例制度のご案内

問い合わせ／大田原年金事務所 ☎(22)6311
矢板市市民課 ☎(43)1117
FAX(43)5962

国民年金は、20歳以上であれば、学生も加入しなければなりません。

しかし、学生の方は一般的に所得が少ないため、ご本人の所得が一定額以下の場合、国民年金保険料の納付が猶予される「学生納付特例制度」があります。

対象となる方は、学校教育法に規定する大学(大学院)、短期大学、高等学校、高等専門学校、専修学校及び各種学校(修業年限1年以上である課程)に在学する学生等で、

ご本人の前年所得が次の計算式で計算した金額以下であることが条件です。

所得のめやす／118万円＋{扶養親族等の数×38万円}
学生納付特例の承認期間は4月から翌年3月までとなりますが、承認を受けた次の年度も在学予定である場合、4月始めに再申請の用紙が届きます。引き続き「学生納付特例制度」をご希望の場合は、必須事項を記入の上、ご返送ください。

マイナンバー制度 転入・転居をされた方へ

問い合わせ／
市民課 ☎(43)1117 FAX(43)5962
マイナンバーコールセンター ☎0120(95)0178

●個人番号に関するカードの住所変更が必要です

マイナンバー自体は引っ越しでも変わることはありませんが、マイナンバーカード・通知カードに新住所を追記する必要があります。転入届・転居届を提出する際に、市民課窓口でマイナンバーカード・通知カードの住所変

更手続きを行ってください。その際、本人確認を行いますので、身分証明書をお持ちください。

※マイナンバーカードの住所変更手続きを行うことなく90日を経過すると、そのカードは失効となります。

●ご家族全員分のお手続きもお忘れなく

同一世帯の住所変更手続きをまとめて行うことも可能です。全員分のマイナンバーカード・通知カードをお持ちください。

※マイナンバーカードは、全員分の暗証番号(4桁)の入力が必要となります。



6月の集団健康診査日程

※市ホームページ(トップページ>組織でさがす>健康増進課>各種健診の日程)に健診日の混雑状況を掲載しています。どうぞご覧ください。
申込・問い合わせ/健康増進課 ☎(43)1118

受診される方は、次のものを必ずお持ちください。

- ①保険証
- ②集団健診のお知らせ(問診票)
- ③受診券(特定健診を受診する社会保険の方)

また、お申し込みをされていない方で受診希望の方や、日程変更を希望する際は、必ず健康増進課へご連絡ください。(※健診予定日に発熱やせきなど、体に異常がある場合は、後日改めて受診してください。)

| | 受付時間 | 場所 | 特定健診 胃・肺・大腸・前立腺がん | 乳・子宮がん 骨粗しょう症 | 備考 |
|--------|------------|-------|----------------------|------------------|----|
| 8日(金) | 8:00~10:30 | 片岡公民館 | ○ | ○ | |
| 9日(土) | | | ○ | ○ | |
| 23日(土) | 8:30~10:30 | 泉公民館 | ○ | | |
| 26日(火) | | | ○ | ○ | |
| 28日(木) | | | ○ | ○ | |

後期高齢者健診・ 歯周疾患検診のお知らせ

申込・問い合わせ/健康増進課 ☎(43)1118

糖尿病や高血圧症などの生活習慣病を早期発見し、いつまでも健康な生活を送っていただくため、後期高齢者

健診と歯周疾患検診を実施します。
受診を希望される方は、お問い合わせください。

| 実施方式 | 後期高齢者健診 | | 歯周疾患検診 | |
|------|---|------------------------------|------------------------------|---------------------------|
| | 集団健診 | 個別健診 | 個別検診 | |
| 対象 | 後期高齢者医療被保険者(原則75歳以上) | | 平成31年3月31日時点で 40・50・60歳の方 | 平成31年3月31日時点で 70・76歳の方 |
| 料金 | 無料 | | 1,000円 | 無料 |
| 実施場所 | 集団健診会場 | 市内の医療機関 | 市内の歯科医院 | |
| 実施期間 | 5~11月 | 5月~平成31年3月 (医療機関により異なります) | 5~10月 | |
| そのほか | ・がん検診は集団健診でのみ実施します。 ・集団健診、または個別健診のどちらかを受診してください。(両方は受診できません) | | - | |

心の健康相談のお知らせ

人間関係やストレスなど、さまざまな悩みや不安をお持ちの方を対象に、精神科の医師による心の健康相談を行います。お気軽にご相談ください。

内容/
・不安、眠れない、対人関係等の悩みの相談
・思春期、認知症、アルコール・薬物に関する相談
・身近な人の問題行動などでお困りの方の相談

相談担当者/
精神科医師、保健師

申込方法/
事前に各センターに電話でお申し込みください。

| 申込・問い合わせ | 日時 |
|----------------------------------|--|
| 【栃木県】 矢板健康福祉センター ☎(44)1297 | 5月31日(木)、7月24日(火) 9月27日(木)、11月27日(火) 平成31年1月24日(木)、 3月26日(火) いずれも13:30~15:30 |
| 【矢板市】 市保健福祉センター ☎(43)1118 | 10月9日(火) 平成31年2月12日(火) いずれも13:30~15:30 |