

大津島ふれあいツアー♡

かねてより開催に向けて準備が進められております、大津島ふれあいツアーの第一回目は、いよいよ4月26日(水)大津島ふれあいセンターを会場に行われます。参加者の募集状況も順調で定員70名に対して302名(4月5日現在)の方から申し込みがありました。農業・漁業部会では参加者に購入してもらう販売品のとりまとめなどの準備を始めています。出荷される方のご協力をお願いします。

日 程

☆ふれあいツアー参加者→馬島港着→ふれあいセンターで買い物→昼食の後解散
 (徳山港発9:50) (10:32) (10:50~12:00) (13:00)
 ※出品物に余裕がある場合は、地元の方への販売(12:00以降)も行います。

◎尚、ふれあいツアーは開催場所を変えながら今年度6回実施する予定です。

平成7年度自治会長紹介(敬称略)

よろしくをお願いします。

自治会	会 長 名	自治会	会 長 名
近 江	石 田 義 一	馬島2	石 丸 適
瀬戸浜	中 濱 末 喜	馬島3	石 丸 日 榮
刈 尾	屋 野 廣 志	馬島4	佐 藤 賢 治
本浦東	渡 辺 一 心	馬島5	松 本 厚
本浦中	安 達 守 夫	柳 浦	坪 井 昭 生
本浦西	佐々木 實	開拓地	友 弘 メグミ
天 浦	安 達 辰 幸	黒髪島	国 貞 剛
馬島1	古 城 久 槌		

犬の登録と狂犬病予防注射

4月20日(木)島内各所で行われます。飼い主の方は、もれなく最寄りの会場で受けましょう。今年度から法が改正され、犬の登録は生涯一度になり、一度登録するとその後は登録の必要はありません。…詳しくは環境保全課☎22-8322へ

日 程

市支所(10:30~10:40)、瀬戸浜波止場(10:50~11:00)、本浦波止場(11:10~11:20)、天ヶ浦波止場(11:30~11:40)、馬島公民館(11:50~12:00)

薬と上手につきあう方法♡

大津島担当保健婦 原田彰子

数々の病気を治してくれる・ありがたい薬!

でも、薬はいいかげんなのみ方、つきあい方をしていると危ないものです。「過ぎたるは猶及ばざるが如し」といいますが、一見からだによい作用しかないようにみえても、薬には必ず「副作用」があるからです。

薬とのつきあい方(原則)

〈医師に処方してもらった薬の場合〉

- ①指示どおりの回数・量でのむこと。
- ②自分の判断でのむのをやめないこと。

〈市販薬の場合〉

- ①症状が消えたら、あるいはのんでも効果がなかったら、すぐやめること。
- ②妊娠中や授乳中、又は医師に処方された薬をのんでいるときは、のむ前に医師や薬剤師に相談すること。

薬と上手につきあうには、まず医師の指示にしたがうことが大切です。

薬でも治療でも医師との信頼関係が基盤です。何か分からないことがあれば尋ね不安を解消しましょう。

上記以外のポイントとしては〃

- ①薬が処方された時は、薬の名前や効能をしっかり聞く。
- ②薬をのむのを忘れた時は、どうすればいいか聞いておく。
- ③薬をのんでいる時に、別の病気になり違う医師に診てもらう時は、必ずのんでいる薬をもって受診すること。

④薬にも有効期間があります。原則的には、指示された期間内に、薬はのむようにしましょう。