

読む救急箱

サンキュードラッグ・マガジン
Magazine

2020 夏号

39 DRUG

皆様のサポート係になります。

¥0
ご自由にお持ちください。
Take Free

サンキュードラッグマガジン読む救急箱

株式会社サンキュードラッグ7月1日発行

〒800-10825北九州市門司区黒川西3丁目1番13号
電話番号093-341-3111(代)

Take Free

糖尿病から視力を守る!
「糖尿病網膜症」の進行予防

特集 “夏本番前”に徹底駆除!
害虫対策アイテム17選

表紙モデル 北九州市在住 (左) 矢野 倫人(17歳) 2歳 (右) 斗麻(2歳) 2歳 撮影場所:自宅お庭

アンケートに答えて
お買物券をもらっちゃおう!

見本 ¥500

詳しくはウラ面をご覧ください。

お客さま
表紙モデル募集中

ドラポ!!からもご応募できます!

小学生以下の元気なお友だち2~3名さま、1グループでお申し込みください。

掲載希望のお子さま全員のご氏名・年齢と全身写真および、保護者様のご氏名、ご連絡先の住所・電話番号をご記入の上、下記の宛先からご応募ください。

〒801-0825北九州市門司区黒川西3丁目1番13号
株式会社サンキュードラッグ 読む救急箱「表紙モデル募集」係

※郵送いただいた写真などは返却できませんので予めご了承ください。また、結果発表は採用の方へのご連絡のみとさせていただきます。

アンケートに答えてもらっちゃおう!

見本 ¥500

後日抽選で50名様にサンキュードラッグからお買物券500円分をプレゼントいたします。

※お買物券のご利用にあたっては調剤専門店を除きます。

社長コラム

サンキュードラッグのコロナ対策

少しは落ち着いたように思えたコロナ感染、この号をお届けできる時には沈静化して欲しいものですが、まだまだ予断を許しません。弊社では、入店時の消毒やレジ周辺でのソーシャルディスタンスの確保、飛沫防止のためのシールド等に加え、独自の対策を行っていますのでご紹介させていただきます。

弊社のアプリ、ドラポン!では、マスクや体温計、ハンドソープなど、手に入りにくい商品のために並んでいただくことを避けるため、予約販売を実施しております。皆さんに平等に行き渡るよう、抽選の上通知を差し上げ、御都合の良い時間に買っていただけ。ステイホームを少しでも快適にさせていただけるよう、「おうちで工場見学」「ペーパークラフトでお店屋さん体験」「ご自分のワンちゃん、猫ちゃんと『チャオちゅーるCM』作成ができるアプリ」など様々な情報が満載です。皆様に可愛がっていただいている管理栄養士や美容担当者も、自ら出演の動画で、皆さんとの繋がりを大切にさせていただいています。一部、吹き出す危険のあるコンテンツもありますので、ご注意ください。

調剤のお薬を、待たず／お車で受け取れるサービスもp6にご案内しています。必要なものをきちんとお届けすることを当然の務めとしながら、どんな時でも楽しんでいただけるお手伝いを、一生懸命考えて参ります。

(株)サンキュードラッグ 代表取締役社長 兼 CEO 平野 健二

お買物券を50名様にプレゼント!

抽選で50名様に

下記のアンケートをご記入のうえ、サンキュードラッグ各店舗のレジスタッフにお渡しいただくか、左記のQRコードからご応募ください。

9/30(水)まで

※ご応募は一人様1回に限り。また当選者の発表は発送をもってかえさせていただきます。

サンキュードラッグマガジン「読む救急箱」へのご意見をお寄せください。

■ 内容の良かったページを教えてください

ドクターに聞きました おすすめ害虫対策 おすすめ夏グッズ

薬剤師に聞きました 保湿アイテム スマイルクラブ・レシピ

漢方つむぎ堂 ベビー 介護情報 ペット情報局

■ 誌面はいかがでしたか? ■ 次号もご覧になりたいと思いますか?

読みやすい 読みにくい 読みたい どちらでもない

■ 普段ご利用のサンキュードラッグの店舗はどちらですか

店

■ 本誌をご覧になり、実際に購入したい(購入した)商品がありましたら感想をお聞かせください

■ 希望の記事テーマや気になる事、または店頭で気になる商品などありましたらお知らせください

サンキュードラッグポイントカード「マリカ」裏面の会員コードをご記入ください。

9 2 0 1 0 0

〒

ご住所

お名前

年代 19歳以下 20歳代 30歳代 40歳代 50歳代 60歳以上

お客様各位

ホームレス自立支援募金
及び子ども貧困世帯支援募金

NPOボランティア団体と企業の協働部門 表彰状

サンキュードラッグは、NPO法人 抱樞(旧 北九州ホームレス支援機構)の趣旨と活動に賛同し、2006年10月より各店舗に「ホームレス自立支援」の募金箱を設置しております。募金箱に集まった募金と同額の寄付金を合わせて、NPO法人 北九州ホームレス支援機構に寄贈しています。

また、近年社会問題化しております子ども貧困世帯を支援すべく、2018年8月より各店舗に募金箱の設置を開始いたしました。皆様から頂いた浄財はNPO法人フードバンク北九州ライフアゲインへ寄贈させていただいております。

前回までの累計金額

北九州ホームレス自立支援募金
寄付金総額 …… 寄付回数53回 15,462,148円

子ども貧困救済支援募金
寄付金総額 …… 寄付回数8回 1,183,404円

皆様方からの多くのご厚情に對しまして心より感謝申し上げます。弊社では、今後も募金活動を継続して参りますので、皆様方には引き続きお力添え賜れば幸甚に存じます。

5/27(水) 39 サンキュードラッグ 小倉駅前店 NEW OPEN!

ご来店の特権へ!

【ごあいさつ】
サンキュードラッグ 小倉駅前店 社員 佐藤

毎日の笑顔に安心してご来店・ご購入いただけるお気づきの日曜します! 笑顔の接客を心がけ、皆様のご来店を心よりお待ちしております。

営業時間 10:00~20:00

取扱品目 医薬品・健康食品・介護用品 化粧品・日用品・ベビー用品

小倉駅前アイム(地下1階) tel.093-513-2139

ブランドコスメ 各種お取り扱いしています!

ドラポン! 会員様限定 好きな商品 20% OFF

対象期間中 1日1回 1点まで

調剤薬局 39 サンキュードラッグ 小倉駅前店 処方せんの期限は発行日を含めて4日 ※有効期間内にお薬を受け取りましょう

営業時間 平日・土・第1,3日曜…9:30~18:30 Tel.093-513-6039 Fax.093-513-6040

※上記以外の日曜・祝日は休み

漢方専門 馬借(医療センターそば)から移転! 漢方の他にマクロビオティック・自然食品等も取扱っています

5/28(木) 移転OPEN! 39 つむぎ堂 小倉駅前店 「漢方ダイエットキャンペーン」 6/30(火)まで実施中!

営業時間 月・火・木・金・土・第1,3日曜…9:30~18:30 0120-262-039

※水曜・上記以外の日曜・祝日は休み 土曜・日曜(第1,3)も営業

※本誌に掲載しております表示価格は店頭通常価格となります。一部価格が変動する場合もございますので予めご了承下さい。
〈次号の発行は10月上旬の予定です〉



年間4000人から視力を奪う合併症

糖尿病から視力を守る！

「糖尿病網膜症」の進行予防

日本人の失明原因のワースト3に数えられる「糖尿病網膜症」。年間約4000人がこの糖尿病網膜症によって視力を失っています。糖尿病が目の健康に影響を及ぼすことが広く知られている中で、なぜこれほど多くの人が視力を奪われてしまうのでしょうか。今回は糖尿病網膜症について、病気の進行や治療法に詳しい喜多眼科の院長・喜多岳志先生にお話を伺いました。

Q 糖尿病網膜症とはどんな病気ですか？

A 糖尿病網膜症(以下、網膜症)は、糖尿病の合併症です。血糖が高い状態が長く続くことで、目の中の血管に障害が起こり、視力の低下や、最悪の場合は失明を引き起こします。早期の発見・治療が重要ですが、糖尿病と同じように初期の段階では自覚症状がありません。そのため発見が遅れ、視力に違和感が出てから受診すると、すでに症状がかなり進行していることが少なくないのです。

Q どんな人が発症しますか？ 症状が進行しやすい人は？

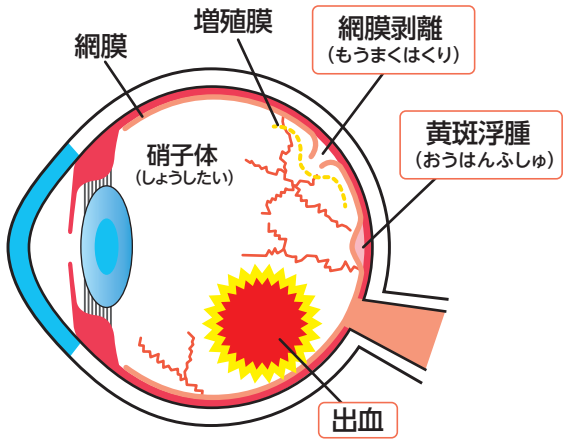
A 糖尿病を患っている方はどなたでも発症の可能性がありますが、糖尿病が目の健康に影響を及ぼし始めるのは、糖尿病の発症から3~5年後とされています。糖尿病と網膜症ではこのように発症のタイミングにズレがあり、さらに自覚症状もないことから、内科で糖尿病治療を受けている人さえ、目の検診をつい忘れてしまうことが多いのです。

Q どのように進行していくのでしょうか？

A 網膜症の進行は、初期・中期・後期の3段階に分かれています。初期を「単純網膜症」といい、この段階では特別な治療は必要ないことが

Q 自覚症状はどの段階で、どのように現れるのでしょうか？

A 網膜症だけでいえば、後期になっても自覚症状が現れないことも多いです。視力低下など、分かりやすい症状が現れるのは、もう一つの合併症である糖尿病黄斑浮腫(以下、黄斑浮腫/おうはんぷしゅ)を合併した場合です。黄斑とは「目の見え方」に深く関係する網膜の真ん中に位置する部位で、黄斑浮腫を発症すると視界がぼやけたり歪んで見えるなど、見え方に明らかな変化を感じます。



Q 治療法について教えてください。

A 初期の網膜症は経過観察が中心です。食事や運動で血糖コントロールを管理し、定期検査で状態を見ながら進行を防ぎます。中期になると、部分的に血管の詰まりが生じます。そこで、後期への進行を防ぐためレーザー光を当てて血流の悪い網膜を焼き潰します。(レーザー光凝固術)。手術の時間は10~15分程度、日帰りの外来治療です。糖尿病の人が視力を維持するには、この増殖前の段階で適切なレーザー治療を行い、進行を食い止めることが肝心です。時期を逃し、増殖網膜症まで進行するとレーザー光凝固術に加え、目の中の出血を取り除いたり、網膜剥離を治療する目的で硝子体手術なども行います。

Q 網膜症の合併症・黄斑浮腫の主な治療法は注射薬です。眼球の中に針を刺し注入する「抗VEGF薬」と、眼球の側面に注入する「ステロイド薬」の2種類がありますが、どちらも効果は時的で、数カ月間隔で繰り返し投与する

Q 網膜症、黄斑浮腫は治療すれば完治できますか？

A 糖尿病と同じように、網膜症も黄斑浮腫も発症すると元通りに完治することはありません。一生生涯定期的な眼科受診が必要ですし、病状が悪化させないために継続的に治療が必要となることも多いです。場合によっては治療費が壁になることもあります。例えば、黄斑浮腫の抗VEGF薬は、健康保険が適用されても1回分の自己負担額は2万円~6万円。金銭的な理由で治療を諦めてしまう人や、病状が深刻で治療が間に合わず、失明に至るケースが少なくないのも現状です。

場合が多いです。

健康セミナーのお知らせ ※延期となっておりました第62回健康セミナーを開催致します。

第62回健康セミナー わかまつクリニック 若松 信一 院長

もしもがんになったら がんに関する不安や悩みにお答えします

日時 2020年9月6日(日)13:00 開演(予定)

場所 KMMビル 4階 第3・第4会議室
北九州市小倉北区浅野二丁目14番1号

定員 40名 定員になり次第、受付終了とさせていただきます。

●お問い合わせは… サンキョードラッグ 健康セミナー事務局
tel.080-9422-7337 (受付時間) 平日(月~金) 9:00~17:00

第63回健康セミナー 喜多眼科 喜多 岳志 院長

糖尿病から視力を守る! 「糖尿病網膜症」の進行予防

日時 2020年9月27日(日)13:00 開演(予定)

場所 KMMビル 4階 第3・第4会議室
北九州市小倉北区浅野二丁目14番1号

定員 40名 定員になり次第、受付終了とさせていただきます。

※新型コロナウイルスの感染拡大状況によっては、健康セミナーを中止または延期する場合がございます。その際はホームページまたは各店舗等にてお知らせ致します。

喜多眼科
喜多 岳志 院長

プロフィール

- 2001年 九州大学医学部卒業 九州大学眼科学教室入室
- 2008年 九州大学大学院医学研究院修了(医学博士)
- 2009年 日本学術振興会海外特別研究員
ハーバード大学ジョスリン糖尿病センター研究員
- 2012年 九州大学病院など基幹病院にて研鑽
- 2016年 国立病院機構 小倉医療センター眼科医長
- 2020年 喜多眼科 開院

喜多眼科
北九州市小倉南区城野1-13-15 フェリスタウン城野1F

おすすめ 用途別の虫除け 害虫対策! 17選!

屋内外対策

気温が高くなって害虫の活動が活発になる7月。大量発生する前に、屋内外をしっかりと対策していきましょう。

植木や軒先にはコレ!

ハチ、アブ、クモなど

ご注意 ※ハチの駆除には十分注意してください。

ハチも巣も一発命中!

必ず皮膚の露出しない防護服、手袋、保護メガネ等(ハチの針が皮膚まで届かないもの)を着用し、日没後に行ってください。

ハチの巣の駆除に適したバズーカ方式駆除剤

反撃させない! ハチ無力化処方です。安心して駆除できます

ハチの巣や飛び回るハチやアブを速効駆除します。巣作り阻止効果は1ヵ月持続します。

ハチアブマグナムジェット 550ml (本体価格)1089円(税込)1197円

ひと吹きで予防と殺虫ダブルの効果!

クモに巣を張らせない! 強力ジェット噴射

撥水成分シリコン配合なので、雨にも強く効きめ長持ち1ヵ月。

クモの巣消滅ジェット 450ml (本体価格)949円(税込)1043円

屋外対策

子供部屋・寝室にはコレ!

ダニ、蚊など



飛んでいる蚊に素早く効く!

ワンプッシュで蚊を駆除。効きめ朝まで

天井、壁、床付近の蚊も逃さず、素早く効く! 噴射後、12時間蚊を駆除します

おすだけノーマットスプレー 200日 (本体価格)799円(税込)878円

1シートで約25万匹! 驚異の捕獲!

ダニを誘って閉じ込める!

シート内にほとんどダニをおびき寄せます。後は捨てるだけ

さよならダニ 4枚 (本体価格)1350円(税込)1484円

リビングに!

ダニ、蚊など

布団やソファにシュッ! 手軽なスプレー

お掃除前にも、ダニ駆除

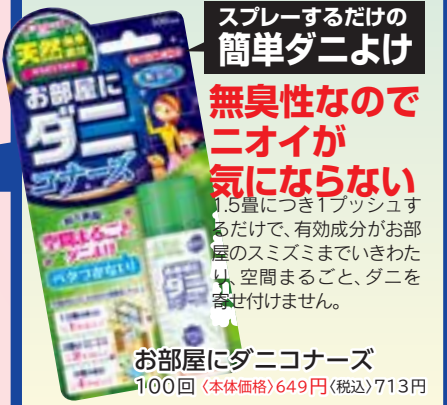
天日干しでは駆除しにくいダニ、ノミを手軽に駆除

ダニアーススプレー 300ml (本体価格)699円(税込)768円



ロングセラーの液体蚊とり 置くだけ簡単で蚊取りの定番! アースノーマット 60日 (本体価格)799円(税込)878円

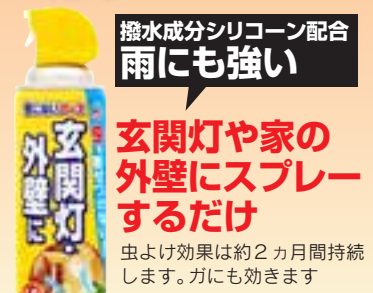
屋内対策



スプレーするだけの簡単ダニよけ 無臭性なのでニオイが気にならない 1.5畳につき1プッシュするだけで、有効成分がお部屋のスミズミまでいきわたる。空間まるごと、ダニを寄せ付けません。 お部屋にダニコナーズ 100回 (本体価格)649円(税込)713円

玄関に!

ガ、羽アリ、カメムシなど



撥水成分シリコン配合 雨にも強い

玄関灯や家の外壁にスプレーするだけ

虫よけ効果は約2ヵ月間持続します。ガにも効きます

虫来ないアース玄関外壁用 450ml (本体価格)599円(税込)658円

庭仕事・屋外作業に!

ムカデ、ヤブ蚊など

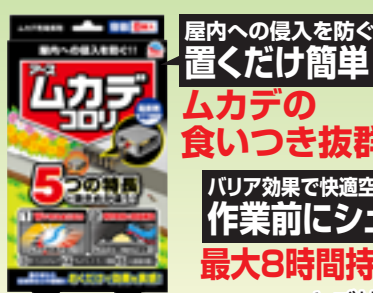


高い致死効果が約1ヵ月間持続

さまざまな害虫をまとめて退治!

雨や湿気に強い撥水性パウダーなので、効きめが持続

虫コロリアース粉剤 550g (本体価格)549円(税込)603円



屋内への侵入を防ぐ置くだけ簡単

ムカデの食いつき抜群!

バリア効果で快適空間 作業前にシュ!

最大8時間持続

ムカデコロリ容器タイプ 480ml (本体価格)699円(税込)768円



ヤブ蚊バリア

最大8時間持続

作業前にシュ!

最大8時間持続

お出かけ時の虫よけ対策!

蚊など



手、腕に たっぶりスプレー!

手のひらで塗り広げる!

足もとに さっとスプレー

足もとなど蚊に刺されやすい場所にも手軽にスプレー!

顔、首筋に

首・首筋は手のひらにスプレーしてお肌に塗ってください

サラテクト 200ml (本体価格)459円(税込)504円

天使のスキンペーパーミスト プレミアム 200ml (本体価格)899円(税込)988円

キッチンにはコレ!

コバエ、ゴキブリなど



ワンプッシュで2週間発生予防

W(ダブル)の薬剤でコバエを速効退治

ゴミ箱や生ゴミなどに使用します。消臭効果もあります

おすだけコバエアーススプレー 60回分 (本体価格)699円(税込)768円

色と香りで誘う! コバエ根こそぎキャッチ

誘導路でゼリーに誘導して逃がさず殺虫します

コバエがホイホイ (本体価格)369円(税込)405円

古くなったらただの餌... 毎年きっちり交換を!

1年間効く! ブラックキャップ

ブラックキャップ12個 (本体価格)499円(税込)548円

スプレーして待ち伏せ殺虫! 医薬品の威力!

ゴキブリ まちぶせ+秒殺W効果

ゴキジェットプロ 秒殺+まちぶせ 450ml (本体価格)899円(税込)988円

サンキュースタッフ
イチ押し!

夏を涼しく過ごしたい!

おすすめ!
Goods!

今年の夏は猛暑の予想が出ています。そんな時に活用したいのが、簡単に涼になれる便利グッズ!サンキュースタッフも愛用する、おすすめグッズをご紹介します!



この夏のおすすめ! 「衣類やカラダをクールに!」

俺の青春 定番大人気!

あせもやニキビ、テカリ、肌荒れなど予防
エフティ資生堂
シーブリーズ
全身薬用ローション
(本体価格)759円 (税込)834円

服にシュッ! それだけ!

さっとひと吹きで消臭・除菌もできる!スタッフも愛用しています
白元アース
アイスノンシャツミスト
エキストラミンの香り
(本体価格)699円(税込)768円

UVもカット! 全身コレ一枚!

水に濡らして絞って降るだけ! 拭いた瞬間から、肌温度マイナス3度! 花王
クールタオルシロクマ
(本体価格)599円(税込)658円

拭いた瞬間から、肌温度マイナス3度! 花王
ビオレ冷シート 無香性
(本体価格)359円(税込)394円

暑さと闘う! 柔軟剤

洗濯時に入れるだけ! 熱気を放出する柔軟剤!
花王
ハミング涼感 テクノロジー
530ml 各(本体価格)379円(税込)416円

超大判 タオル!

超大判!首かけできる 46センチ!
花王
ビオレ冷タオル
(本体価格)499円(税込)548円

この夏のおすすめ! 「熱中症予防に!」

浸透力なら OS-1!

電解質と糖質の配合バランスを考慮した経口補水液
大塚製薬
オーエスワン
ドリンク・ゼリータイプ
500ml 200g
各(本体価格)189円(税込)204円

汗をかいたら 水よりポカリ!

汗をかいて失われた水分とイオン(電解質)をスムーズに補給
大塚製薬
ポカリスエット
500ml 各(本体価格)99円(税込)106円

この夏のおすすめ! 「睡眠の質をUP!」

もう手放せない!

夏の寝苦しい夜の安眠対策や、発熱時にお使いいただける保冷枕です。
白元アース
アイスノンソフト
(本体価格)899円(税込)988円

スッキリ 目覚める!

眠りの深さを促し、すっきりした目覚めの向上
ハウスウェルネスフーズ
ネルノダ
100ml 各(本体価格)229円(税込)247円

この夏のおすすめ! 「お風呂をクールに!」

クナイプで 夏開き!

4種の天然ミント成分とメントールの効果で、夏の不快感から気分をすっきりリフレッシュ。
クナイプ
スーパーミント
50g (本体価格)150円(税込)165円



サンキュードラッグの調剤薬局では、車から降りずに薬を受け取れる「ドライブスルー」、店舗に入らず屋外の窓口で受け取れる「ドライブイン」、また「お薬をマイカーへお届けするサービス」も実施しています。新しい生活様式の「1つとして」ご利用ください。

ドライブスルー・ドライブイン 車でお薬を受け取れます

車から降りずに受け取り ドライブスルー方式

コスバ相生薬局では、車に乗ったまま薬を受け取れる「ドライブスルー」をご利用いただけます。屋外の受付窓口にて車を横付けし、処方せんのお渡しから、薬の受け取り、お支払いまで車から降りずに済ませられます。

「ドライブイン」は車の横付けはできませんが、ドライブスルーと同様に、店舗の中に入らずに薬を受け取れる屋外設置型の窓口です。こちらは7店舗で対応しています。また、待ち時間を短縮するサービスもあります。事前に「お薬手帳アプリ」(またはFAX)で処方せん情報を送っておくと、薬の用意ができてほしいスマートフォンに通知が届きます。待ち時間がほとんどなくスピーディに薬を受け取れます。「お薬手帳アプリ」は全店で利用できます。「スマートフォン」はあるけど、使い方がよく分からないという場合は、薬剤師や店舗スタッフに気軽に声をかけてください。

まずは、アプリをダウンロード!

▼ダウンロードはこちらから



調剤の予約方法

- はじめに かりつけ薬局を設定します
- 調剤予約のボタンを押す
- 平らな明るい場所で処方せん全体を撮影します
- ジェネリック薬品希望の有無、受取り時間を選択して送信

**全店舗で駐車場での
お薬の受け取りを
開始しています**

最寄りの調剤薬局がドライブスルー・ドライブインに対応していないお客さまも、マイカーでお薬を受け取ることができます。

全店で「お薬を車までお届けするサービス」を実施しています。お薬ができたの間、マイカーでお持ちいただき、ご用意ができました薬剤師が車へお薬をお届けします。

薬の説明も、お支払いも、車に乗ったまま。感染症が気になる待合室で過ごしたくない方、お子さまを車で休ませたい方、どなたでもご利用いただけます。受付で処方せんを渡す際に「車で受け取ります」とお申し付けください。

	店名	住所	TEL	FAX	営業時間	休日	営業短縮日時
ドライブスルー	コスバ相生薬局	八幡西区鉄馬1-3-16	093-631-0239	093-631-0266	9:00-18:00	日祝	±13時
ドライブイン	高須薬局	若松区高須南1-8-27	093-742-7839	093-742-7840	9:00-18:00	日祝	±13時
	小倉南調剤センター	小倉南区春ヶ丘10-133	093-932-5539	093-932-5545	8:30-17:30	無休	
	戸ノ上店	門司区大里戸ノ上1-16-7	093-382-5739	093-382-5740	8:30-18:00	日祝	水・±13時
	棧橋通り調剤センター	門司区本町3-11	093-332-5239	093-332-5232	9:00-18:00	日祝	±17時
	上田中町薬局	下関市上田中町2-9-3	083-227-0139	083-227-0138	9:00-19:00	無休	日祝13時
	新棟野薬局	下関市新棟野町3-1-10	083-228-6239	083-228-6240	9:00-18:30	日祝	月・金19時/±13時
	彦島中央薬局	下関市彦島本町7-3-9	083-261-5239	083-261-5240	9:00-18:00	日祝	±13時



サンキュードラッグ薬剤師 安本 雄喜

乾燥バイバイ
もう来ないでね〜

夏の保湿アイテム

夏こそ「保湿」が大切。 美肌キープのアイテム6選

夏を感じる肌トラブル。紫外線の悩みの次によく相談を受けるのが、実は、「乾燥」なんです。それほど夏の肌の乾燥に悩む女性は多いのです。美肌をキープするためにも、しっかりと夏のスキンケアをしましょう。今回は、サンキュースタッフも愛用する、この夏おすすめの美容液やシートマスクをご紹介します。

発泡マスク! /
レバンテ
リッツホワイト
潤白泡マスク



お顔にのせた瞬間に、
たっぷり濃密泡がやさしく発泡
毛穴の奥まで入り込み、残りかちなメイク汚れ
までクレンジングし潤いクリア肌へ。
〈本体価格〉459円〈税込〉504円

手のひらで
作る美容液



レバンテ
うるおい玉

植物幹細胞コスメから新しい
「フリーズドライ」美容液!

美容液9本分の
コラーゲンをギュッと!

手のひらで溶かして塗る!
今までにない新しい美容液

500円玉大ほどの
化粧水を加え、指でまぜながら
うるおい玉を溶かします

6個入 〈本体価格〉2280円〈税込〉2508円

コラーゲンマスク! /
肌あたりやわらか、コットン100%
毎日使って、ぶるぶるのもち肌へ



レバンテ
リッツモイスト
フェイスマスク

32枚入 〈本体価格〉1600円〈税込〉1760円

肌の
記憶を巻き戻す!



アバンタイム
トーンショットクリーム


多くのドクターの協力により、高い安定性と浸透力に加え、刺激を抑えることに成功した安定型ハイドロキノン5%配合。

その黒い影、
狙い撃ち。

肌の気になるポイントを集中ケア。
くもりのない透明感のある素肌へ。

5g 〈本体価格〉3000円〈税込〉3300円

業務用が一般販売! /
皮膚科のシミ治療で使われている
純度99%の高濃度ハイドロキノン
旭研究グレード
ハイドロキノン5%溶液



旭研究グレード
旭研
ASAHI LABO
ハイドロキノン
5%
純度99%

洗顔後気になる所に塗るだけで本格的なケア。
10ml 〈本体価格〉1580円〈税込〉1738円

じゃぶじゃぶ使える! /
オールジャバンドラッグ
ハトムギ化粧水



人気のハトムギ化粧水!ポンプタイプで使いやすい!
とにかく大容量。手に取りやすい価格が魅力。
「もったいないから少しずつ……」と考えずに、
じゃぶじゃぶ使える夏の定番!

500ml 〈本体価格〉399円〈税込〉438円

暑い日は無理せず屋内で
運動不足を解消しましょう!

ストレッチは健やかな体を保つだけでなく、夏バテ
予防にも効果的です。立つ・歩く・座るなど、日常生活の
基本動作の要となる重要な関節と筋肉をチェックしましょう!

股関節をチェック!

床に座って、足裏同士を合わせます。その時、左右の膝の高さをチェックしてみましょう。高さの異なる方は、股関節の柔らかさに差が出てきています。立つ時に片足に重心をかける、足を組むなど、体が左右非対称になる姿勢をなるべく避けるよう生活の癖を見直しましょう。

改善ストレッチ

膝をゆっくり上下に動かし、上体を前に倒します。ストレッチは無理をせず、伸びて気持ちいいと感じる程度で行いましょう。



姿勢をチェック!

次は上半身の姿勢をチェックしましょう! 背中が丸まっていると、血流が滞る原因の一つになります。血液は酸素と栄養を身体中に運んでいます。背筋を伸ばし、肩甲骨を動かして流れの良い身体を目指しましょう。

改善ストレッチ

両手を上げてバンザイの姿勢に。そのまま体の後ろを通るようなイメージでゆっくり腕を上下して、肩甲骨を動かしていきます。この時、両手でタオルを握ると動かしやすいですよ。



99% お客様満足度

お腹スッキリ 体力アップ ストレス解消

スマイルクラブ

やせたい! 筋力アップ! 食と運動をトータルサポート!

実施店舗 門司 社ノ木店 下関 長府店 小倉北 富野店 中井店 黒原店 戸畑 一校店 八幡東 平野店 八幡西 コスノ相生店

豚と野菜のスタミナもろみ酢だれ

ナスを乱切りにしたら、あとは全ての材料を合わせるだけでスタミナたっぷりの1品が完成! 琉球もろみ酢はお好みで量を増やしても。

一食分
238 kcal

- 材料 (4人分)
- 肉入りカット野菜.....2袋
 - ナス.....2本
 - しょうが.....2片
 - にんにく.....2片
 - オリーブオイル.....大さじ2
 - ★調味料
 - 濃口醤油.....大さじ2
 - 琉球もろみ酢.....大さじ2
 - 砂糖.....大さじ2
 - すりごま.....小さじ2

- 作り方
- フライパンにオリーブオイルとみじん切りにしたにんにく・しょうがを入れて、火をつける。
 - ①のフライパンに、カットしたナスと、冷凍されたままの肉入りカット野菜を加えて炒める。
 - すべての具材に火が通ったら、残りの調味料を加えて完成。



夏野菜には水分やカリウムを豊富に含むものが多く、ほったた体を内側から冷やしてくれる働きがあります。また、不足しがちなビタミンなどの栄養素もたっぷり。疲労を回復してくれるクエン酸と免疫力アップを促すアミノ酸が豊富な琉球もろみ酢を使ったタレと合わせれば、夏バテ解消レシピが完成!

枝豆のポタージュ

枝豆は自然解凍または、流水にさらして解凍して鞘から出す(飾り用には一人3粒ほどとっておく)。ポタージュは冷製もオススメ!

一食分
184 kcal

- 材料 (4人分)
- 冷凍枝豆.....1袋
 - 玉ねぎ.....1個
 - 水.....200ml
 - 牛乳.....400ml
 - ★調味料
 - コンソメ顆粒.....小さじ1
 - 塩コショウ.....少々

- 作り方
- スライスした玉ねぎ、枝豆、水、コンソメを鍋に入れ、蓋をして弱~中火で10~15分煮る。
 - ①をミキサーに入れ、なめらかになるまでかく拌する。
 - ②を鍋にうつし、牛乳、塩コショウを加えて焦がさないよう弱火であたためる。器にうつして、とっておい枝豆をのせて盛り付ける。



ひとりで不安を抱えずにみんなで考える 介護の情報広場

介護保険制度

介護の問題は超高齢化社会の日本において、誰にでも起こりえる身近なものになっています。家族や自分自身の介護が必要になった時のために、さまざまな知識を共有してお知らせいたします。

サービスの利用

介護保険サービスを利用する場合は、ケアマネジャーが必要になります。

ご相談の際に、かかりつけの病院の有無や、現在の疾患について簡単に話をうかがわせていただきます。

認定をまだ受けていない場合は、65歳以上であれば介護保険の申請が可能です。65歳未満の方でも疾患によっては介護認定を受けることが可能な場合があります。当事業所（北九州ヘルスケアサービス八幡）でもご相談に対応いたしますのでお気軽にお問い合わせください。

お住まいの市町村の役所に設置されている地域包括支援センター窓口にご相談に行かれる場合が多いですが、前提として、介護認定を受けている必要があります。

介護認定精度は、介護が必要になっても安心して自ら暮らせるよう、介護が必要となった高齢者とその家族を社会全体で支えていく仕組みです。

「介護保険制度」をご存知ですか？

介護保険のケアプラン作成はケアマネジャーの仕事です。ケアプラン作成のため、行政や医療機関と連携を図り、サービス提供者との調整を行います。

在宅で過ごされている場合は、ご自宅を訪問し、ご本人やご家族との面接をおこない、ご希望をうかがって、必要な介護サービスのご提案を行います。

例えば対象の方が入院中であつた場合には、ケアマネジャーが入院されている病院との連携を図り、退院に向けて医療関係者の方から情報を得て、ご本人の状態に適した支援をご提案します。

要になります。

情報提供 北九州ヘルスケアサービス八幡 居宅支援事業所



介護サービスを必要とする方、お一人おひとりが住み慣れた環境でその人らしい暮らしを安心して継続できるよう地域の医療、保健福祉など様々な機関・職種と連携を図り在宅介護の調整、支援に務めて参ります。

介護サービスに関する相談、手続きの代行、ケアプランの作成などどうぞ、お気軽にお問合せください。

日中に、通いで利用できるデイサービス、身体的な介護のお手伝いが必要であればヘルパーの利用、泊まりができるショートステイなどができるサービスを、ケアマネジャーがご紹介いたします。また、「ご本人様の足が悪く、家事がままならぬ」などの場合には、「リハビリサービス、または、ヘルパーによる、家事支援もご利用いただけます。」



居宅支援事業所

- 北九州ヘルスケアサービス八幡 tel. 093-663-2737 八幡東区中央2丁目22-16
- 北九州ヘルスケアサービス中央 tel. 093-982-6813 小倉北区香春口1-13-1
- 北九州ヘルスケアサービス湯川 tel. 093-932-8787 小倉南区湯川5-9-17
- 北九州ヘルスケアサービス曾根 tel. 093-474-0710 小倉南区田原1-3-26
- 北九州ヘルスケアサービス黒崎 tel. 093-622-9071 八幡西区岡田町10-10

訪問看護

- 訪問看護ステーション tel. 093-661-6767 八幡東区中央2-22-16

グループホーム

- グループホーム黒崎 tel. 093-621-2612 八幡西区東王子町7-8

サービス付き高齢者向け住宅

- ヘルスケアホーム湯川 tel. 093-932-8720 小倉南区湯川5-9-17

2020年9月1日OPEN(予定)

住宅型有料老人ホーム あきたけハウス

併設 通所介護(介護保険)
デイサービスもじっこ



法人グループ
訪問看護
ステーション
もじっこ

法人グループ
ケアプラン
センター
もじっこ

法人グループ
ヘルパー
ステーション
もじっこ
(9月オープン予定)

医療が必要な利用者様の受け入れを
“積極的”に行います

《月額費用》合計110,000円～

- 家賃 40,000 円、食費 45,000 円、管理費 16,200 円、水道光熱費 5,500 円、洗濯代行費 3,300 円

※医療、介護保険サービス、利用者の個別的な選択による利用料は含みません。



- 入居時期 / 2020年9月1日オープン予定
- 交通手段 / 高速門司インターより車で約10分、都市高速春日インターより車で8分、門司港駅よりタクシーで10分
- 施設の規模・構造 / 鉄骨造、耐火建築物三階建て(※一階デイサービス、二階・三階住宅型)
- 募集客室数 / ハウス18室、デイサービス定員20名
- 居室の権利形態 / 利用権方式 ●入居条件 / 要介護の者 65歳以上
- 入居金に関すること / 敷金、入居一時金あり ●月額費用 / 月額合計110,000円～(家賃40,000円、食費45,000円、管理費16,200円、水道光熱費5,500円、洗濯代行費3,300円)
- ※医療、介護保険サービス、利用者の個別的な選択による利用料は含みません。

スタッフ募集 (看護師、介護職、ヘルパー、理学療法士、作業療法士)

患者様、利用者様、入居者様への医療、介護、生活支援業務等をお任せします。

◎週1日～勤務OK! ◎勤務日数・時間帯ご相談ください
技術や経験がなくても簡単なお仕事から始めますので未経験でも大丈夫です!
基礎からしっかり業務が学べる丁寧なサポートがありますので安心ください。

ハローワークホームページに求人の詳細を掲載中

入居相談・
お問い合わせ先

医療法人真秋会(あきたけ医院)
介護事業開設準備室(代表番号)

☎093-331-4080



蚊忌避 マダニ駆除 ノミ駆除

夏のペットの虫除け ニオイ・抜け毛対策!



ワンちゃんのお散歩に! 家庭でのペットのニオイ対策に! おすすめグッズ!

液体タイプ **首輪タイプ**

蚊やノミ、ダニから愛犬・愛猫を守る!
虫除け対策!
ゆ、許せん!

蚊・ノミ・ダニはすべて愛犬、愛猫を吸血する虫です!

外を歩くのに気持ちの良いこの季節。ペットの散歩にはノミ・ダニに遭遇する機会が多くあります。予防をしっかりして、お家にノミ・ダニが住み着かないよう、しっかりとケアしてあげましょう!

薬用ノミとり&蚊よけ首輪 (本体価格)1029円(税込)1131円

人にはコレ!

サラテクト 無香料 200ml (本体価格)499円(税込)548円

ペットスイート (本体価格)189円(税込)207円

水分補給もお忘れなく!
お散歩には、ペットの体液に近いイオンバランス飲料で水分補給を!

オシッコ臭の出やすい夏はしっかり予防!

ニオイ対策!

デオトイレ ふんわり香る消臭抗菌サンド 3.8L (本体価格)1199円(税込)1318円

抗菌シート 10枚 (本体価格)899円(税込)988円

ニオイを取る砂 5L (本体価格)459円(税込)504円

消臭元ペット用 400ml (本体価格)259円(税込)284円

掃除・洗濯時に抜け毛、ダニ対策ができる!

抜け毛対策!

な、なんと! 洗濯機に入れるだけで、衣類に付着した毛をとってくれます!

しっかり集毛スポンジ洗濯用 (本体価格)449円(税込)493円

コロコロするだけで、カーペットのダニ予防に! クリソール防ダニ粘着スベアテープカーペット用 (本体価格)349円(税込)383円

マリカカード会員様限定

キャンペーン期間 7/1(水)~9/30(水)

このページの掲載商品をお買い上げの方に!

クーポン対象商品 1品ご購入ごとに

30ポイント進呈!

●お一人さま1回限り有効●他のクーポンとの併用はできません●ご購入時にシリアルコードを、本クーポンとマリカカードをご提示ください●調剤薬局を除くサンキュードラッグ各店舗にてご利用いただけます●店舗により一部取り扱いのない商品もございます●一部クーポン対象外商品がございます

におい・よこれスッキリ
散歩後に!

ワンちゃん用ハンドソープ

ハッピーペット シャンプータオル 猫用・小型犬用 25枚 (本体価格)279円(税込)306円

お散歩あとの手足用 ジャンプー犬用 270ml (本体価格)549円(税込)603円

ハーレー先生の ペットのしあわせ情報局

監修:ハーレー動物病院 獣医師 小田明良先生



新型コロナは「猫」にも感染 動物病院へ 行くときの注意点

みなさんこんにちは。新型コロナウイルスにより、様々な面で影響がでていることと思います。今回はこの新型コロナウイルスの愛玩動物に対する影響についてお伝えしたいと思います。

実は、新型コロナウイルスは、様々な動物への感染が報告されています。有名なところでは動物園のトラに陽性反応がでたことが知られています。中国、ドイツがおこなった感染実験では、豚や鶏は非感受性であり、犬の感受性も低いとみられています。しかし、猫とフェレットへは感受性が高く、呼吸器症状を示さずに消化器症状がみられると報告されています。特に猫においては、接触

感染により容易に感染することが明らかになりました。猫は、症状を表に出さなくても、病気の発見が極めて難しいのが現状です。現在のところ、猫から人へ感染した事例は報告されていません。以上のことから、日本獣医師会などから出ているガイドラインでは、

- 1 猫から猫への感染を予防するために、猫は外に放さず室内飼育することが望まれます。
- 2 人から猫に感染する可能性があることから飼い主がしっかりと感染防御の対応をとることを怠りません。

以上が重要であると言われる

ガイドラインでは、

います。万が一、飼い主がコロナウイルスに感染し、猫にも何らかの症状が認められる場合は、事前に一度お電話でかかりつけの先生にご相談ください。

感染防護用具の不足は人だけではなく現在動物病院業界も同様です。マスクやゴーグル、防護服などが手に入りづらい状態です。隔離室など感染対策を行っている病院は限られているため、事前に確認してどうしておくべきかわかりつけの先生と相談しておいてください。

コロナウイルスに対する動物病院の対策も進んでいます。狂犬病ワクチンの予防は7月以降に受けることも可能とする方向で検討されています。待合室の混雑を避けるため、オンラインでの受付や電話での受付を行っている病院も増えていきます。来院時の手指の消毒、ソーシャルディスタンス、診察室に



意識をよろしくお願いいたします。また、換気のために通常より多くの窓を開けているケースもあります。動物の逃亡の恐れがありますので、キャリーケースの施錠やリード、ハーネスの着用をしっかり行ってください。コロナだからと他の病気がお休みするわけではありません、これからの季節、熱中症なども増えてきます。ペットに異常が見つかったときは早めにかかりつけの先生に相談して重症化させないようにしましょう。



【取材協力】
ハーレー動物病院
ハーレー動物病院は「我が子を守る心」を基本的な診療方針としております。大切な家族に寄り添った治療を提供できるよう努力いたします。

診療時間
月～金曜日
9:00～12:00・16:00～19:00
(※土曜日は18:00まで)
日曜・祝日
9:00～12:00

往診・手術
月～土曜日 13:00～16:00
福岡県中間市通谷1丁目33-20
tel.093-244-5980
Mail.harley2445980@gmail.com
ハーレー動物病院 検索