

ひまわり薬局だより



発行者
一般社団法人ファルマネット山形
代表理事 理事長 菅井祐子
〒998-0044
山形県酒田市中町 3-7-1
☎ 0234-22-2662

LINEで処方せん送信ができます ~つながる薬局~

ひまわり薬局では、処方せん送信やお薬手帳などのサービスをLINE(つながる薬局)ひとつでご利用いただけるサービスを導入しています。

事前に処方せんを送ることで待ち時間の短縮が期待できます。

お友達登録をすると便利な機能が使えます。今回はお薬手帳機能についてご説明します。

「つながる薬局」で、薬局をもっと便利にご利用いただくことができます。

✓ 使い方は簡単、3 Step!

処方箋送信機能 どの処方箋でも受付できます! LINEホームより「つながる薬局」と検索!

Step 1 店舗を選ぶ

Step 2 受け取り希望日時を選ぶ

Step 3 処方せんの写真を送信全体が写るように

※処方箋の有効期限は「発行日を含め4日間」です

お薬の用意ができたならLINEで通知が届きます。

薬局に着いたら、処方せんの原本を渡します。

お薬をお受け取りいただけます。

他にもある、こんな便利な機能!

健康相談・服薬フォロー 薬剤師にLINEで相談!

お薬手帳 お薬履歴をデータで管理!

【お薬手帳のスマホ画面イメージ】

調剤実施日付 07月05日
調剤薬局名 ○○薬局○○店
医療機関名 ○○クリニック
医師名 ○○一郎

内服 シングレア錠10mg
・28日分1錠/日
・1日1回 寝る前に服用

外用 スピリーバ2.5µgレスピマット60吸入 150µg
1キット
・吸入してください

注意事項 ・1日1回、朝、2吸入

LINE(つながる薬局)から「お薬手帳」が参照できます。

いつも持ち歩くスマホで、飲んでいるお薬が確認できますので、とても便利です。(画面上での見え方は左図参照)

最近はジェネリック医薬品(後発品)が増えていますので「薬品名がなかなか覚えられない!!」という声も聞かれますが、そんな時でもスマホでサッと確認ができます。

また、ご家族の登録もできますので、お薬情報を共有することができます。「お祖母ちゃん、何の薬を飲んでたっけ?」など家族のお薬履歴の確認も簡単にできますので、イザという時に安心です。ご利用してみませんか。

※ お薬履歴を使用するためにはお友達登録が必要です。

※ 各店舗で登録可能ですのでスタッフにお声がけください。

電子処方せんの運用が開始されています

電子処方せんとは、これまで紙で発行されていた処方せんを電子化したもので、2023年1月26日から全国でスタートしています。庄内地区では日本海総合病院が主に発行しており、酒田のひまわり薬局も電子処方せんに対応しています。鶴岡ひまわり薬局でも4月から対応が可能となります。

紙の処方せんの代わりに引換番号が記載されている「処方内容(控え)」が発行され、引換券番号を調剤薬局に伝えることで調剤を行うことができます。

また、複数の医療機関・薬局のお薬情報が一元的にオンラインで管理されているため、直近に処方・調剤されたお薬を含め、過去3年分のお薬情報が参照できるようになり、重複投薬や飲み合わせの確認ができるようになります。

「つながる薬局」で引換券番号を送信していただくと事前に調剤することができ、待ち時間の短縮につながります。

ぜひ、ご活用ください。

★★ つながる薬局へのアクセス ★★
最寄りの薬局のQRコードを讀込んでください。

ひまわり薬局
(酒田)



鶴岡
ひまわり薬局



“春の養生について”

春は漢方において五臓の「肝(肝臓など)」に属する季節です。肝には気や血(体内を流れるエネルギーや血液)を巡らせる働きがあり、その働きが落ちると様々な不調を感じやすくなります。今回は、肝の働きを維持できるように、意識したい春の養生についてご紹介します。

春の養生ポイント

日の出とともに起き、日の入りとともに眠りましょう

疲れた身体や、心を癒すため、十分な睡眠をとり、身体を休めるようにしましょう。また、少々の夜更かしはあっても、早起きを心がけ、気持ち良い1日の始まりを迎えましょう。



心身ともにのびやかに過ごしましょう

春は何かと変化の多い時期です。進学、入社、引っ越しなど社会環境の変化も重なり、ストレスを感じやすくなります。ストレスで「気」の流れが悪くなると、肝が疲れて働きが悪くなり、イライラ、やる気が起こらない、不眠などの症状が出やすくなります。自分なりのストレス発散方法をみつけ、心身ともにのびのびと生活するように心がけましょう。

適度な運動をしましょう

春らしい陽気と共に昼の時間が長くなり、外の気温もだんだんと上昇し始めてきます。自然のエネルギーがあふれている春に、散歩などの軽い運動で気持ちよく汗をかきリフレッシュしましょう。

暴飲暴食を避け、食養生しましょう

旬の食べ物(菜の花、筍、セロリ、アスパラガス、小松菜など)を積極的に食べるようにしましょう。春が旬の食べ物には、肝の働きを改善させ、滞りやすい気血をめぐらせる力があります。また、肝の働きを助けるのが「酸味」です。酢や柑橘系の果物、梅干しなども合わせて摂るとより効果的ですが、食べ過ぎ、飲み過ぎは、肝を弱らせてしまうので注意しましょう。



古来の医学書「黄帝内経(こうていだいけい)」によると、春の3カ月間を「発陳(はっちん)」と言います。発は「開くこと」、陳は「伸びること」を意味します。春は自然の全てが生き活きと活発に働き始めてくる季節です。春に合わせた養生で元気に過ごしましょう！

薬剤師：茂木香保里

かかりつけ薬剤師を ご存じですか？

- ✿ 毎回同じ薬剤師が対応します
- ✿ いつでもお薬の相談をすることができます
- ✿ お薬から健康食品まですべて管理できます

希望される方は
ご相談ください



健康講話会を開催します♪

「腎臓のおはなし」

日時：2023年4月22日(土)

9:30~10:30

場所：鶴岡ひまわり薬局 待合室

講師：薬剤師 佐藤蘭



参加費は無料です。

参加希望の方は鶴岡ひまわり薬局
までお電話でお申し込みください。

TEL：0235(28)3500