



健康長寿ポイント【脳卒中ワンプoint③〇】

もし、薬を飲み忘れてしまったら？

2回分を1度に服用することは、絶対にしてはいけません。

効果が強くあらわれて、危険な場合もあります。

どうしたらいいか分からない時は、かかりつけの医師や薬剤師にすぐ相談しましょう。

おもな高血圧の治療薬

- ・カルシウム拮抗薬
- ・アンギオテンシンⅡ受容体拮抗薬
- ・アンギオテンシン変換酵素阻害薬
- ・利尿剤
- ・α遮断薬
- ・β遮断薬

おもな脂質異常症の治療薬

- ・スタチン
- ・フィbrate系
- ・陰イオン交換樹脂
- ・ニコチン酸誘導体
- ・プロブコール
- ・イコサペント酸エチル(EPA)
- ・小腸コレステロールトランスポーター阻害剤

おもな糖尿病の治療薬

- ・スルホニル尿素(SU)薬
- ・ビグアナイド薬
- ・α-グルコシダーゼ阻害薬
- ・ピオグリタゾン
- ・速効型インスリン分泌促進剤
- ・Dpp-4阻害薬
- ・GLP-1受容体作動薬

薬は、あなたの症状にあわせて処方されています。勝手に止めない。減らさない。飲み忘れない。医師の指導に必ず従ってください。(自分の判断で止めないこと。)

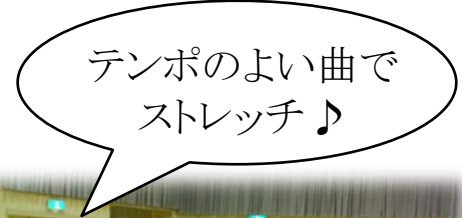
6/12・19 絵手紙教室・リフレッシュ教室 開催

参加者 6/12：11名
 6/19：9名
 講師 秋山 清人先生



綺麗な花の
絵手紙ができました😊

参加者 6/12：12名
 6/19：15名
 講師 狩野 恵先生



テンポのよい曲で
ストレッチ♪



🍷 女性部・交通安全母の会 合同移動研修 🍷

6/20、岩手県紫波郡にある紫波フルーツパークに行ってきました。

初めにワイン工場を見学。

その後、ピザ作り体験を行いました😊

ピザは生地から作り石窯で焼く本格的なピザづくり(〜♪
 アツアツピザとワインで乾杯🍷
 紫波で育てた葡萄のジュースも美味しかったです😊



■ 浅水地区ふるさとスポーツ祭



6月16日 参加者 約130名

①第47回 ソフトボール大会 雨天中止

町大会参加チーム *巻区

*新田区

※体育部委員での協議により

②第55回 家庭バレーボール大会 (B&G)

優勝 長谷区

準優勝 小島区

第3位 新田区 巻区



これからの主な事業・行事

7月

- 1日(月) おくのほそ道ツアー2回目
- 2日(火) 夏まつり実行委員会
- 3日(水) 集う・環境整備部会
- 4日(木) 女性講座 3B体操
- 10日(水) 男の料理教室

7月

- 17日(水) 絵手紙教室 リフレッシュ教室
- 18日(木) 六十寿会移動研修
- 21日(日) 奉仕作業 浅水区
- 31日(水) 料理教室

8月

- 4日(日) 浅水ふれあい夏まつり
- 7日(水) 男の料理教室 絵手紙教室
リフレッシュ教室