

- 08 薬剤師に聞く！適正服薬
- 10 新型コロナウイルス関連情報
- 11 インフルエンザ予防接種
- 25 コスモスフェスタ3年ぶり開催
- 32 朝倉産柚子胡椒を全国へ

今号は9月16日時点で作成しています。
新型コロナウイルスの感染状況により、
掲載している内容は変更・中止もあり
えますので、必ずご確認ください。

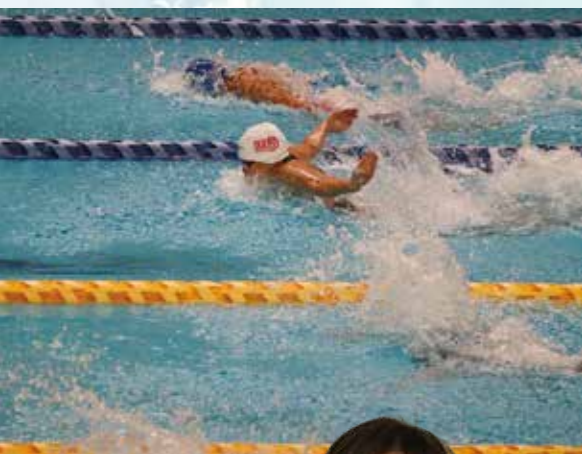
特集

夏のヒーロー、ヒロイン

(2～7P)

この夏、スポーツや文化芸術などで活躍した人を紹介します。
コロナ下でも懸命にそれぞれの舞台で夢や目標に向かって頑
張っているヒーロー、ヒロインたち。その姿に迫ります——。





「ダイナミックな泳ぎが持ち味」と話す金子さん

水泳

金子 芽暖さん (小郡スイミングスクール・甘木小 6年)
Kaneko Meru

- ★ 福岡県民大会 50m バタフライ(小学校 5 ~ 6年生の部) 優勝
- ★ 第 37 回とびうお杯全国少年少女水泳競技大会 50m バタフライ 3 位、100m バタフライ 2 位

全国の決勝で力を出し切れた
次の舞台は春のジュニアオリンピック

4人兄妹の末っ子で、先に水泳を始めていた兄・姉の影響で、気が付けば1歳からプールに。「身体が強くなってほしい」という両親の想いもあったようです。
練習は市外のクラブに通っていますが、学校も年齢もバラバラなクラブのみんなと楽しく泳げるのが水泳の大好きなところ。
標準記録を突破して出場した「とびうお杯」、予選は8位通過で、満足できる泳ぎができませんでした。決勝では力を出し切ろうと考え臨んだところ、ベストタイムを2秒更新する満足のいく泳ぎができました。思ってもみなかった入賞でうれしかったです。
今後の目標は、春のジュニアオリンピックで表彰台に乗ることです。一つひとつの泳ぎで力を出し切っていきたいです。



トライアスロン

福島 稜大さん (北九州自動車大学校 3年・甘木中出身)
Fukushima Ryota

- ★ 天草宝島国際トライアスロン大会 九州ブロック選手権 4 位
- ★ 第 1 回日本 U23 スプリントトライアスロン選手権 12 位
- 第 77 回国民体育大会(いちご一会とちぎ国体) 出場予定

トレーニングを重ね、体も心も強くなった
今年ようやく「国体出場」がかなう

中学 2 年の時、トライアスロン選手だった叔父の勧めで始めました。選手として強くなりたくて、高校から叔父が住んでいる行橋市へ。高校在学中に自動車整備士になる夢ができ、トライアスロンを続けていながら勉強できる専門学校に進みました。
トライアスロンは、スイム・バイク・ランの 3 つがあるので大変そうと言われるますが、種目ごとに気分転換ができるところが魅力です。
天草大会では自分の思いどおりのレースができましたが、日本スプリント選手権では強い選手がいたので、自分はまだまだだなと感じました。
現在の目標は、10 月の国体で上位に入ることです。高校卒業後ずっと目標にしていたが、ここ 2 年はコロナ下で選考会や国体が中止となり、今年ようやく国体出場がかないます。
今ではランが得意になりましたが、小中学生の時は長距離走が苦手でした。トレーニングをすることで、苦手を克服できたとし、心も強くなりました。特に何かを頑張っている子どもたちは、つらいこともあると思いますが、楽しみを見つけて頑張ってください。



「粘り強いランニングが持ち味」と話す福島さん



陸上 [コンバインド B (走幅跳・ジャベリックボール投)]

富山 颯真さん (朝倉陸上・大福小 6年)
Tomiyama Soma

- ★ 2022 福岡県小学生陸上競技交流大会 1 位
- ★ 第 38 回全国小学生陸上競技交流大会 4 位



ジャベリックボール▲

全国の舞台で出し切った自分の力
支えてくれた家族や指導者に感謝

陸上をしていた父の影響もあり、もっと速くなりたいと思い、小学 4 年から陸上を始めました。800m など中長距離を走っていますが、5 年生になって新たに挑戦したのが、コンバインド B。小学生の時だけの 2 種競技で、ジャベリックボール投げと走り幅跳びで競います。
ソフトボールを習っていたこともあり、得意種目はジャベリックです。県大会では、ジャベリックで自己ベストを更新して優勝することができました。その後も全国大会 8 位入賞を目標に、毎日練習を頑張りました。全国大会でもあまり緊張することなく「絶対に勝つぞ!」と意気込み、2 種ともに自己ベストを更新。特にジャベリックは全国 1 位と、自分の力を出し切ることができました。
10 月には次の県大会を控えていて、そこで大会新記録を狙っています。また、家族や指導者、コーチのおかげで、ここまで陸上を続けてこれたと思っています。とても感謝しています。
中学生になっても陸上を続けます。まずは九州大会出場が目標。長距離や 4 種競技などいろいろな競技に挑戦していきたいです。



▲得意のジャベリックボール投で自己ベストとなる 60.46 m を投げ、種目単独では全国 1 位に輝いた富山さん



陸上 (100m 走)

田中 源徳さん (比良松中 3年)
Tanaka Gentoku

- ★ 第 74 回 福岡県中学校総合体育大会 陸上競技 6 位
- ★ 第 49 回 全日本中学校陸上競技選手権大会 出場

「勝っておごらず、負けて腐らず」
父からのこの言葉を胸に走り続ける

野球部に所属していましたが、1 年のときから陸上に選抜されていました。2 年から 100m 走を始め、野球の練習の合間を縫って陸上部の練習に参加し、大会に臨みました。市郡大会では大会記録を 20 年ぶりに更新。県大会でさらに自己ベストを更新。決勝では 11.04 秒を出し、全国大会出場を決めました。目標としていた市郡・地区大会優勝はいずれも達成でき、どんどん速くなる自分にうれしくなりました。
しかし、その後タイムが伸び悩む時期が続き、友人や先生、コーチのアドバイスを聞き、練習に打ち込みました。全国大会では、福岡県、朝倉の代表として結果を残そうと奮起しましたが、今までにない緊張感を感じ、悔しい結果になりました。大きな舞台で走るということは、今後に生かせるいい経験ができたと感じています。
日常生活では、父からの言葉をいつも心掛けています。勝っても謙虚な気持ちを忘れず、負けても落ち込むことなく、次につながるよう日々練習を続けています。中学生での 10 秒台、そして、高校では陸上に専念し 1 年生からインターハイに出場することが今の目標です。父からの言葉を胸にこれからも走り続けます。



「陸上競技は、自分がきついなと思った分だけ記録が伸びて結果に結びつく」と語る田中さん(最奥レーン)



ソフトテニス

山口 航輝さん Yamaguchi Koki (福岡大学 4年・甘木中出身)

- ★ 第7回全九州学生ソフトテニス選手権大会 優勝
- ★ 第42回全日本大学ソフトテニス王座決定戦 準優勝
- ★ 令和4年度西日本学生ソフトテニス選手権大会 準優勝
- ★ 全日本学生ソフトテニス大会 ベスト8



▲「団体戦では自分は盛り上げ役。率先して声を出して周りの雰囲気高めたり、相手の決め球をフォローして会場を沸かせ、ゲームの流れを引き寄せたりするのが得意」と話す山口さん。ダブルスでは前衛を務めます。

自分がどこまでやれるのか挑戦 育ててくれた地域にも恩返ししたい

中学からソフトテニスを始め、より高いレベルでテニスができる環境を求めて東福岡高、福岡大へ。九州で一番強いと評判の大学で、自分がどこまでやれるのか挑戦したかったためです。コロナ下の影響もあり、今年は、大学4年間の思いを懸けた念願の全国大会へ。団体戦準々決勝では優勝候補の早稲田大学に競り負けてしまいましたが、全国大会で戦うことができ、チームで勝ちを重ねられてとても良かったですし、結果にも満足しています。

今後は、チームメイトと切磋琢磨しながら、2～3年の間に国体選手に選ばれて、福岡県を背負う選手として戦いたいです。また、朝倉市から全国大会に出られるような選手を育成するなど、育ててくれた地域にも恩返ししていきたいです。

ソフトテニスは、練習を継続していくことで結果が出るスポーツだと思います。「強い相手にも勝てるチャンスがあって、メンタルの強さと日頃の練習の成果が出る」と思い、頑張り続けた結果、今があります。子どもたちにも、目標に向かってめげずに頑張り続けて欲しいです。



吹奏楽・マーチング

安岡 真帆さん Yasuoka Maho (九産大附属九州産業高校 3年・比良松中出身) ・久保 美緒さん Kubo Mio (同高校 2年・比良松中出身)

- ★ 福岡県マーチングコンテスト 金賞
- ★ 福岡県吹奏楽コンクール 金賞
- ★ 九州吹奏楽コンクール 金賞
- 九州マーチングコンテスト 出場予定

▼「大会当日はずっと楽しんだ」と話すバリトンサックス・安岡さん(左)、「マーチングは1人では表現できないことをみんなの力をあわせて表現するのが好き」と話すスーザフォン・久保さん(右)



みんなでつくり上げる演奏と隊列 吹奏楽では創部46年で初の快挙も

兄や姉の影響で、大人数で華やかな九産高校吹奏楽部の演奏やマーチングを見て、「自分もやりたい」と思ったのが入部のきっかけです。部の目標は「吹奏楽コンクールで九州大会金賞、マーチングコンテストで全国大会出場」。先輩・後輩みんな仲が良く、互いに意見を言い合ったり、動画をチェックし合ったりして、演奏や隊列の完成度を高めていきました。最初は隊列もバラバラで体力的にも大変だけど、徐々に体力や感覚も身に付いて、きれいに整っていく過程が楽しいです。

吹奏楽コンでは、創部46年で初の九州大会金賞。昨年は支部予選で敗退したので、先輩たちの悔しさも晴らせたのではないかと思います。また、マーチング九州大会出場も、代々先輩たちが続けてきた偉業で、私たちもその1回に立ち会えて、貢献できたことがうれしかったです。

10月に控えるマーチング九州大会でも、昨年の先輩たちの悔し涙を無駄にしないように、1年～3年生が一丸となり、金賞を絶対にとって、全国大会に進むために1日1日頑張ります！

日本拳法

研心会 Kenshinkai

- ★ 第14回日本拳法福岡県大会 優勝～3位
- ★ 第13回日本拳法九州総合選手権大会 優勝～3位
- ★ 第36回全日本学生拳法個人選手権大会 準優勝
- 2022日本拳法総合選手権大会 出場

- ・柴田惇平さん(馬田小2年)
- ・堀内結耀さん(立石小6年)
- ・堀内大聖さん(立石小2年)
- ・北原邑志郎さん(甘木小6年)
- ・金海由愛梨さん(立石小3年)
- ・牧野来虎さん(三井高校1年・馬田小出身)
- ・鬼塚桔平さん(立石小5年)
- ・中尾帆志さん(立石小5年)
- ・石田悠さん(立石小6年)
- ・深町雅也さん(大学生)
- ・深町拓海さん(社会人)



(前列・左から)柴田さん、金海さん、堀内(大)さん、中尾さん、鬼塚さん(後列・左から)堀内(結)さん、北原さん、石田さん、牧野さん ※深町(雅)さん、深町(拓)さんは名前のみ紹介

3年ぶりの大会開催に感謝 自分が強くなれるところが好き

【北原邑志郎さん(県大会優勝、九州大会優勝)】
日本拳法をしているお父さんの姿を見てかっこいいと思い、年長から始めました。大会開催は3年ぶり。久しぶりの大会で緊張しましたが、練習の成果が出せました。今は、全国一を目指して、得意のノーモーションパンチなどの技を磨き、カウンター技の弱点を克服できるように頑張っています。全国大会では、出場する道場のメンバー1人ひとりが良い結果を残せるよう頑張りたいです。

【堀内結耀さん(県大会3位、九州大会準優勝)】
お姉ちゃんも日本拳法をしていて、小1から始めました。3年ぶりの大会で少し緊張しましたが、何とか全国大会まで勝ち進むことができました。私にとっては3回目の全国大会。今まで全国大会では一度も勝てなかったため、今年は1～2試合勝つのが目標です。そのために、連撃のスピードをもっと上げられるように頑張っています。中学生に上がったなら、日本拳法で学んだことを他の競技にも生かしていきたいです。

農業クラブ

坂本 琴音さん Sakamoto Kotone (朝倉光陽高校 3年)

- ★ 学校農業クラブ連盟福岡県大会 最優秀賞
- ★ 学校農業クラブ連盟九州大会 出場



将来の夢はパティシエ スイーツでたくさんの人を笑顔にしたい

元々食べるのが好きで、自分でもおいしいものを作りたいと思うようになり、中学3年からスイーツ作りを始めました。作ったスイーツを友人や家族に渡したときに笑顔にできるのが魅力です。進路を考える中で、食品製造についてより深く勉強したいと思い、朝倉光陽高校に進学しました。意見発表は自分の思いをたくさんの人に伝えることができる貴重な機会です。発表内容を暗記するとともに、聞く人にメッセージを伝えるために抑揚をつけて話すなど、練習を重ねました。最優秀賞という結果に最初は信じられませんでした。努力が報われ、とてもうれしかったです。発表内容は「スイーツの魅力を伝えたい」。朝倉はフルーツなどの食材が豊富で、おいしいものばかりです。それを生産する農家の皆さんの休憩時間に、片手つまめるイチゴフィナンシェを考案しました。朝倉の食と人の魅力をたくさんの人に伝えることができたと感じています。将来はパティシエを目指しています。今後は専門学校に進学してもっと勉強し、自分のお店を出して、たくさんの人に喜んでもらえるようになりたいです。



▶口頭発表形式の大会で発表する坂本さん。考案したフィナンシェは、一目で分かるイチゴの形にもこだわりました。



空手 Kochaku Kokomi
高着 心海さん [誠武塾・馬田小4年]

- ★ 第27回グランドチャンピオン全日本大会 小学4年生の部 優勝
- 第16回JKJO全日本ジュニア空手道選手権大会 出場予定

目指すは姉妹で黒帯、そして姉妹で日本一

年長のときに入塾体験に行き、組手が楽しそうやってみたいと思い空手を始めました。普段の練習では得意技の胴回し回転蹴りを練習し、大会に挑みました。周りの選手は大きい人ばかりでしたが、臆することなく立ち向かいました。決勝戦は延長・再延長と接戦でしたが、たくさん練習した得意技も決まって優勝でき、とてもうれしかったです。

次の目標は11月にある全国大会で3回目の日本一。これからも目標に向かって練習を頑張って、将来は世界チャンピオンを目指します。



空手 Kochaku Urumi
高着 麗海さん [誠武塾・馬田小3年]

- ★ 第27回グランドチャンピオン全日本大会 小学3年生の部 3位
- 第16回JKJO全日本ジュニア空手道選手権大会 出場予定

お姉ちゃんの影響もあって、楽しそうだと思い空手を始めました。違う学校の友だちもたくさんできました。お姉ちゃんの胴回し回転蹴りがかっこいいと思って、自分も練習をしていて、それが試合で決まるとうれしいです。

グランドチャンピオン大会では緊張しましたが、3回勝って3位になることができました。次こそは優勝したいです。これからも目標に向かって練習を頑張ります。



▲①胴回し回転蹴りを決める心海さん(左) ②胴回し回転蹴りを決める麗海さん(左)

テコンドー Hara Haruto
原 大征さん (甘木テコンドークラブ・三奈木小2年)

- ★ 第11回福岡県テコンドー選手権大会 小学生組手の部 出場
- ★ 第13回九州テコンドー選手権大会 小学生組手の部 出場

初めての大会 来年はもっと勝ちたい

お兄ちゃんもテコンドーをしていて「格好良い」と思って4歳から始めました。後ろ蹴りが特に好きです。

初めて大会に出場できてうれしかったけど、とても緊張しました。なかなか自分の力が出せませんでしたが、九州大会では先に有効を取れてうれしかったです。それでも、最終的に負けてしまって、悔しかったです。

来年の大会はもっと勝ちたいです。黒帯も目指します。



皆さん、おめでとうございませう。そして、元氣と勇氣をありがたうございませう。
※内容は9月16日現在で、取材・掲載の了解を得た人のみ紹介しています。

夏のヒーロー、ヒロイン 終

テコンドー Hidesaki Yasutaka
秀崎 康隆さん (甘木テコンドークラブ)

- ★ 第11回福岡県テコンドー選手権大会 一部組手無差別級 2位
- 第33回全日本テコンドー選手権大会 出場予定

地元「朝倉市」でテコンドーの普及を

テコンドーの華麗な足技に魅せられ、大学1年から稽古を始め、20年近く続けています。

テコンドーの競技人口を、地元である朝倉市で増やしたくて、令和元年度に「甘木テコンドークラブ」を設立しました。現在は指導を通して後進の育成に励む傍ら、現役選手として大会にも出場しています。子どもたちが試合に勝って喜んでる姿を見ると、とてもやりがいを感じますし、自分が活躍することを通して、テコンドーの魅力をたくさんの人に伝えることができたらと思っています。

ただいま甘木テコンドークラブでは練習生を募集しています。一緒にテコンドーの華麗な足技を極めてみませんか。



空手 Zaitzu Ryoma
在津 凌馬さん [深野道場(筑前町)・朝倉高校1年]

- ★ 第14回統一全日本空手道選手権大会高校生男子 60kg未満の部 準優勝
- ★ 佐賀県全九州空手道選手権大会 JACクラス高校1年男子の部 3位
- 第16回JKJO全日本ジュニア空手道選手権大会 出場予定

空手は個人戦だけど 道場のみんなの力でもっと力が出せる

5歳から空手を始めました。当時、戦隊物か仮面ライダーに憧れていたんだと思います。空手は、考えながら相手の攻撃をさばいたり、攻撃を仕掛けるのが楽しく、何より技が決まった時はとても気持ち良いです。

JKJOへの出場権は獲得できましたが、統一大会では決勝の相手との大きな差を感じました。この大会は、学年が関係ないため「3年生も強い自分も強い！」という気持ちで臨みました。決勝の相手は全日本1位の同級生。敗れた時は余計に悔しかったです。その相手に少しでも近づきたいし、次は勝てるように頑張りたいです。

空手は個人戦だけど、道場のみんながやる気になったときに、実力を出しやすい、ときに実力以上の力が出せます。練習の時からみんなで助け合い、みんなで心も身体も成長し、みんなの力で勝ちたいです。



▲①上段蹴りを決める在津さん(左) ②左ひざ蹴りを決める優愛さん(右) ③上段蹴りを決める晴翔さん(右)

道場は約60人。道場のみんなに自分ができることを教えていきたいと話している在津さん。

空手 Inoue Yua
井上 優愛さん [深野道場(筑前町)・立石小6年]

- ★ ROAD TO adidas KARATE GRAND PRIX 九州地区選抜権利大会 小学6年生重量級 38kg以上の部 優勝
- adidas KARATE GRAND PRIX 2022 出場予定
- ★ 第14回統一全日本空手道選手権大会 小学6年生女子上級 40kg以上 準優勝
- 第16回JKJO全日本ジュニア空手道選手権大会 出場予定

体の大きな相手にも勝てるように全力で

3兄弟の真ん中で、兄の影響で4歳から空手を始めました。空手の練習はきついことや痛いこともたくさんあるけど、試合で勝ったときの達成感がとても好きです。

どちらの大会も、重量ギリギリで、相手は体の大きな選手ばかり。統一大会では、上段を蹴られて準優勝という悔しい結果になってしまいました。今は、攻撃を先に仕掛けて、パンチを連続で打つ練習を頑張っています。

10月のadidas、11月のJKJOに向けて、1回でも多く勝つために、残された期間ですべての練習を頑張りたいです。



空手 Inoue Haruto
井上 晴翔さん [深野道場(筑前町)・立石小4年]

- ★ ROAD TO adidas KARATE GRAND PRIX 九州最終選抜大会 小学4年生重量級 30kg以上の部 準優勝
- adidas KARATE GRAND PRIX 2022 出場予定

得意の上段系蹴り技をいっぱい決めたい

3兄弟の末っ子で、兄、姉の影響で自然と空手を始めました。お姉ちゃんと同様、空手の練習はきついこともたくさんあるけど、試合で勝るととてもうれしくて、続けています。

adidas九州大会では、決勝で負けてしまい悔しかったです。体の大きな相手でした。でも、全国大会へ出場することが決まってくれました。

得意な技は上段前蹴りなど上段系蹴り技。重量級では体が小さい方なので、体の大きい相手に勝つために、得意技を磨いています。勝てるように頑張りたいです。

もし負けたとしても、また挑戦して、次は勝てるように頑張りたいです。

医療費適正化
×
適正服薬

あなたの薬
いくつ飲んでいきますか？

10月17日～23日は
薬と健康の週間

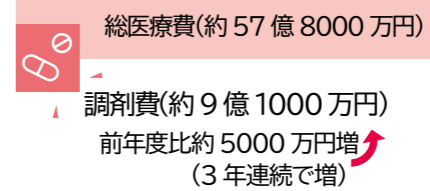


私たち薬剤師は
身近な健康の相談役

おくすり手帳を
1冊に



朝倉薬剤師会 会長
新留 孝一さん



市国民健康保険の令和3年度総医療費は約57億8000万円。うち調剤費は約9億1000万円。薬の使い方を正しく理解し、適正使用を心がけ、自身の健康増進に努めることが医療費適正化にもつながります。

薬の正しい飲み方や注意すべき点、おくすり手帳やかかりつけ薬局の重要性について、朝倉薬剤師会会長の新留孝一さんに伺いました。
問 市保険年金課(☎28-7558)

服薬方法で気を付ける点は？

複数の薬を使用している場合、飲み合わせが悪いと薬が効きすぎてしまったり、反対に薬の効果が得られなかったりすることがあります。薬との飲み合わせが悪い食品やサプリメントもあります。次のことに注意しましょう。
・すべての薬は、「主作用」と「副作用」を併せ持っています。
・薬は、適切な血中濃度(効き目が表れる範囲)になるように、それぞれ用法・用量が決められています。
・自分に合った薬を正しく使うことで副作用の危険性を減らすことができます。
・1つずつでは問題ない薬でも、飲み合わせによっては予想できない副作用が出ることもあります。

ポリファーマシーになるのはなぜ？

複数の医療機関を受診することにより、処方された薬全体の把握や管理が難しくなることから、それぞれで似た成分の薬を処方されることがあります。

多剤服用による副作用は？

高齢者に起こりやすい副作用は、ふらつき・転倒・物忘れ・抑うつ・食欲低下・便秘・排尿障害です。ふらつき・転倒は、薬を5種類以上服用している高齢者の4割以上に起きているという報告もあります。また、高齢者になると骨がもろくなるので、転倒による骨折をきっかけに寝たきりになり、寝たきりが認知症を誘発する可能性があります。

薬が重複しないようにするには？

「おくすり手帳」を上手く活用してください。次のことがポイントです。
・手帳は医療機関ごとに作成するのはなく、一人1冊にまとめましょう。
・薬を服用してからの体調変化や一般用医薬品やサプリメントなども記入しましょう。検査値や残薬、処方変更の理由なども記入しましょう。
・入院時には必ず手帳を持参しましょう。
・診察時に主治医に手帳を見せましょう。在宅でも同じです。

セルフメディケーションとは？

自分自身の健康に責任を持ち、軽度な身体の不調は自分で手当てすることです。頭痛が痛い、お腹が痛い、熱があるなど

「かかりつけ薬局」を選ぶ時のアドバイスをお願いします。

普段から安心して利用できる薬局を、「かかりつけ薬局」として1つ決めておきましょう。あなたが使用するすべての薬を1つの薬局で管理することで、複数の医療機関から似た成分の薬が処方されずに、相互作用を防ぐことができます。ジェネリック医薬品(後発医薬品)についても説明し、同じ効果で薬代を安くできます。また、OTC医薬品やサプリメントについても相談できます。

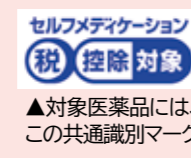
身近な健康の相談役として、かかりつけ薬局を探してみましょう。また、おくすり相談バッグやおくすり手帳を活用して医療費の適正化にご協力ください。

知得 セルフメディケーション税制とは？

薬局やドラッグストアなどでセルフメディケーション税制対象医薬品を購入し、世帯での年間購入額が12,000円を超えた場合は、セルフメディケーション税制(医療費控除の特例)の適用を受けることができます。

2022年からは、さらに5年間の延長(2026年まで)となりました。

領収書は保管しておきましょう。ただし、医療費控除との併用はできません。



知得 OTC 医薬品とは？

OTC 医薬品とは、薬剤師などによる情報提供を踏まえて、薬局などで購入できる市販薬で、大きく2種類あります。

《要指導医薬品》
医療用から OTC 医薬品に変更後、期間が短いものや、劇薬が該当します。購入時には薬剤師の説明が必要です。

《一般用医薬品》
リスクに応じて、第1～3類に分類されます。購入や薬の相談をするときには、薬剤師や登録販売者が対応します。

知得 ポリファーマシーとは？ ≠多剤服用

「poly(多くの)」+「pharmacy(調剤)」の造語です。単に薬剤数が多いことではなく、薬剤が多いことにより、薬物有害事象(副作用など)、誤った服薬方法での服薬(飲み間違い)、飲み忘れ(残薬の発生)につながる状態のことを示します。



知得 サプリメントとは？

サプリメントは、すべて「食品」であり、薬と形は似ていても別のものです。バランスの取れた食事から栄養を適切に摂取し、サプリメントに過剰に頼らない健康な生活を送ることが大切です。



予防接種期間は **10月1日(土)～1月31日(火)**

インフルエンザの 予防対策をしましょう

予防は予防接種・手洗い・うがい



インフルエンザの症状

- ・38℃以上の発熱
- ・頭痛
- ・関節痛
- ・のどの痛み
- ・鼻水 など



インフルエンザは短時間で重症化しやすく、流行が早い

インフルエンザは、重症化すると肺炎、脳炎などの合併症を引き起こすこともあります。特に、乳幼児や高齢者、呼吸器や心臓の病気などがある人は重症化しやすいといわれています。

インフルエンザの予防には、予防接種が有効ですが、「予防接種をしたからインフルエンザには絶対かからない」というわけではありません。予防接種だけに頼らず、毎日の生活の中で手洗い・うがいをし、休養を十分に取るなどの予防も大切です。

流行期に備えて 毎年12月中旬までに予防接種を

インフルエンザは、例年11月～3月ごろに流行します。また、ワクチンの予防効果が期待できるのは、接種した**2週間後～5カ月程度**と考えられ、12月中旬までにワクチン接種を終えることが望ましいです。

新型コロナワクチンとの同時接種は可能

今年も新型コロナウイルスとの同時流行に備えることが重要です。新型コロナワクチンとインフルエンザワクチンは同時に接種できます。ただし、インフルエンザ以外のワクチンは、新型コロナワクチンと同時に接種できません。互いに、片方のワクチンを受けてから2週間後に接種できます。

高齢者への予防接種や
子ども・妊婦への予防接種助成



新型コロナウイルス感染症 関連情報

[ワクチン接種情報・支援情報]

ワクチン接種情報

ワクチン接種期間が延長されました

ワクチン接種の期間が延長され、令和5年3月末まで接種できるようになりました。

※接種券一体型予診票(以下、接種券)再発行申請、キャンセル対応申請の詳細は、市ホームページをご覧ください。



▲市HP

小児(5～11歳)への追加接種(3回目)が始まりました

■接種対象…1～2回目接種が完了し、5カ月以上経過した5～11歳の人

■ワクチンの種類…5～11歳用ワクチン

オミクロン株流行下での新たな知見を踏まえ、9月6日から追加接種が始まりました。対象者には順次接種券を発送します。

小児へのワクチン接種は、現時点で令和4年11月末までです(これ以降は未定)。「努力義務^(※)」が適用されましたが、これまで同様、本人と保護者と一緒にワクチン接種について検討の上、接種を希望する人は早めにご予約ください。1～2回目も引き続き、接種できます。

※努力義務とは「接種を受けるよう努めなければならない」という予防接種法の規定のことで義務とは異なります。感染症の緊急のまん延予防の観点から、ご協力をいただきたいという趣旨がありますが、接種は強制ではありません。

農業分野での労働力確保の取組を助成

新型コロナウイルスの感染拡大に伴う入国制限などで、不足する農業分野での労働力を確保するための取組に対し助成します(農業労働力確保緊急対策事業)。



■補助内容・額

帰国困難となった外国人技能実習生の雇用対策

①在留期間を延長するために必要な手数料を助成

《補助額》1回につき4,000円(定額)

②在留資格変更・更新に伴う掛かり増し賃金^(※)を助成

※増額した賃金と増額前の賃金との差額

《補助額》1時間当たり上限100円

10月1日からオミクロン株対応の接種へ移行します

接種を希望される方は、接種券が届いたら、接種機会を逃さず、お早めにご予約ください。

■接種対象…初回接種が完了し、前回の接種から5カ月以上経過した12歳以上の人

※ただし、ワクチンの供給量に合わせ、以下の順で実施し、対象者には順次接種券を送付します。予約などの詳細は、通知をご覧ください。

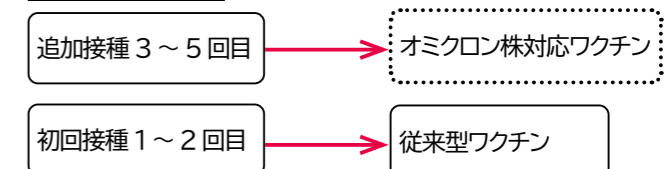
①4回目未接種の60歳以上高齢者、基礎疾患を有する人、医療従事者、高齢者施設従事者など(送付済)

②4回目未接種のエッセンシャルワーカー[保育所(園)、幼稚園、小・中学校などに従事する人](送付済)

③4回目未接種の10代の人から順次

オミクロン株対応の接種は、現時点で1人1回の実施です。初回接種(1回目または2回目)の人は、従来型での接種となります。

10月以降のイメージ



※9月16日時点の情報です。ワクチン接種については変更となることもあります。

問 市新型コロナウイルスワクチン接種対策室コールセンター(☎ 0570-066-070)

代替労働力の確保対策

①感染した集出荷施設の従業員に代わる人材を確保するために必要な掛かり増し賃金を助成

《補助額》1時間当たり上限350円

②農家の集出荷施設の労働力を補うために行う人材募集費を助成

《補助額》農家:上限37,000円(定額)

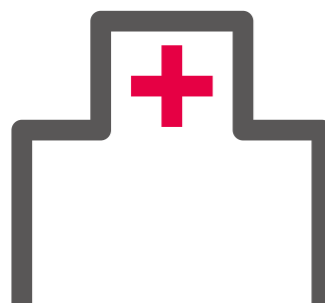
集出荷施設:上限112,000円(定額)

■補助対象者…市内の農業者、農業法人

■補助対象期間…令和4年4月1日～令和5年3月31日

■申請期間…10月3日(月)～7日(金)

問 市農業振興課(☎ 52-1427、朝倉支所1階)



令和4年度

インフルエンザ予防接種 実施・助成登録医療機関



表中、「高齢者」列に「○」のある医療機関は「高齢者インフルエンザ予防接種医療機関」、
「子ども・妊婦」列に「○」のある医療機関は「子ども・妊婦インフルエンザ予防接種助成登録医療機関」です。

朝倉市

医療機関名	所在地	電話番号	高齢者	子ども・妊婦
杉山診療所	千手	25-0010	○	○
星野医院	持丸	21-0132	○	○
朝倉健生病院	甘木	22-5511	○	
甘木大川整形外科	甘木	23-0111	○	
甘木中央病院	甘木	22-5550	○	
池田耳鼻咽喉科医院	甘木	21-1678	○	○
おおしま整形外科	甘木	23-9201	○	○
小川内科・胃腸科医院	甘木	22-2130	○	○
窪山医院	甘木	22-2014	○	
田中内科医院	甘木	22-3715	○	○
富田産婦人科医院(※)	甘木	22-2234		○(※)
富田小児科医院	甘木	22-2036	○	○
富田内科医院	甘木	24-0330	○	○
福嶋外科小児科医院	甘木	22-2565	○	○
やすなが内科胃腸科医院	甘木	22-2050	○	
クリニックコスモ	菩提寺	23-2500	○	
介護老人保健施設ラパス	菩提寺	23-1322	○	
古賀循環器内科クリニック	堤	21-0011	○	○
坂田医院	堤	22-2768	○	○
まつぎきクリニック	堤	22-1066	○	○

※富田産婦人科医院は、当院に受診している妊婦のみ実施

医療機関名	所在地	電話番号	高齢者	子ども・妊婦
たかせ小児科医院	来春	21-1146		○
甘木第一クリニック	頓田	24-5151	○	○
やなぎだ整形外科クリニック	頓田	21-7550	○	
久保山脳神経外科医院	柿原	24-1711	○	
大谷クリニック	一木	21-7830	○	○
実藤医院(※)	一木	22-5555	○	○(※)
武井医院	馬田	22-2300	○	○
香月病院	下浦	22-6121	○	
安岡医院	小田	22-2912	○	○
きたの小児科医院	屋永	23-1177	○	○
くまもと内科医院	三奈木	22-3101	○	○
福嶋医院	三奈木	22-3116	○	
美奈直の杜クリニック	美奈直の杜	22-2223	○	
朝倉診療所	古毛	52-1131	○	○
古賀内科・呼吸器内科クリニック	宮野	52-3011	○	○
重松医院	杷木池田	62-0721	○	○
田辺医院	杷木池田	62-0061	○	○
森山内科	杷木池田	62-0111	○	○
和田外科医院	杷木池田	62-0676	○	○
山鹿医院	杷木志波	62-0501	○	○

※実藤医院は、中学生・妊婦のみ実施

朝倉市外(朝倉郡)

医療機関名	所在地	電話番号	高齢者	子ども・妊婦
やまもと消化器内科	筑前町	22-1711	○	○
稲永病院	筑前町	22-0288	○	
くさば内科クリニック	筑前町	21-3703	○	○
いけだ内科クリニック	筑前町	21-8105	○	○
宮田クリニック	筑前町	22-3331	○	○
しのくま整形外科クリニック	筑前町	42-6021	○	○
ながた内科・循環器クリニック	筑前町	42-8600	○	○

医療機関名	所在地	電話番号	高齢者	子ども・妊婦
たぐち内科クリニック	筑前町	42-2043	○	○
筑前町中央ふくまこどもクリニック	筑前町	42-8055		○
中村クリニック	筑前町	42-1801	○	○
火野坂医院	筑前町	42-2016	○	○
藤井整形外科内科医院	筑前町	092-926-1417	○	○
東峰村立診療所	東峰村	74-2201	○	○



高齢者 インフルエンザ予防接種

自らの意思で接種を希望する人は、医師とよく相談して体調の良いときに受けてください(医療機関へ要予約)。

■対象…接種日に朝倉市に住民票がある①②のいずれかの人の

① 65歳以上

② 満60歳以上65歳未満で、次の障がいがある

・身近な日常生活を極度に制限する程度の心臓、腎臓または呼吸器機能の障がい

・ヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能障がい(日常生活がほとんど不可能な程度)

※②に該当する人は、身体障害者手帳の写しまたは医師の証明書が必要です。かかりつけ医にご相談ください。

■接種回数…1回 ■自己負担金…1500円

※生活保護世帯は、「生活保護受給証明書(注1)」を医療機関の窓口へ提出すれば無料になります。

■接種場所…市のインフルエンザ予防接種委託医療機関(13ページ)

※かかりつけ医が市外の場合、県内の福岡県予防接種広域化実施医療機関であれば予防接種が受けられます。

■必要なもの…住所、氏名、年齢が確認できるもの(保険証・運転免許証など)



子ども・妊婦 インフルエンザ予防接種料金助成

予防接種(任意接種)に対し、接種料金の助成を行います。希望者は医師とよく相談して受けてください。

■対象…接種日に朝倉市に住民票がある①②のいずれかの人の

① 満1歳～中学3年生に相当する年齢

② 妊婦

■助成額…1回につき3000円(予防接種料金が3000円未満の場合は、当該予防接種料金の額)

※生活保護世帯は、「生活保護受給証明書(注1)」を医療機関の窓口へ提出すれば接種料金の全額を助成します。

■助成回数

① 《1歳～小学6年生》2回 《中学生》1回

② 《妊婦》1回

※1回目の接種日に12歳であった中学1年生は、2回接種できます。

■申請期限…令和5年2月28日(火)

■注意事項など…次に該当する人は、予防接種を受けられません。

・接種当日、明らかに発熱がある

・重い急性疾患にかかっている

・鶏卵などインフルエンザ予防接種ワクチンに含まれる成分によって、接種直後にじんましんや呼吸困難などのひどいアレルギー症状(アナフィラキシー)を起こしたことがある

・以前のインフルエンザ予防接種で、接種後2日以内に発熱や発疹などのアレルギー症状が見られた

・その他接種が不適当な状態にある

※心臓、腎臓、肝臓、血液などの疾患がある人などは、担当医と要相談

接種後は副反応の出現に注意

接種直後の30分以内は、健康状態の変化に気を付けてください。また、医療機関とすぐに連絡が取れるようにしておきましょう。また、激しい運動や大量の飲酒は避けてください。

■副反応…注射の跡が赤くなる・腫れる・痛む、微熱や寒気、頭痛など(通常は2～3日で治癒)

※まれに強い副反応[ショック、アナフィラキシー(じんましん、呼吸困難、血管浮腫など)]が現れることがあります。

■申請方法…予防接種を受ける医療機関により異なります。

【登録医療機関(13ページ)】

接種を受けた医療機関で助成申請の手続きをしてください。

●必要なもの…印かん

※妊婦は、現在妊娠中の母子(親子)健康手帳

※生活保護世帯は、生活保護受給証明書

【登録医療機関以外の医療機関】

市健康課(ピーポット甘木1階)または朝倉・杷木支所市民窓口係(1階)で助成申請・請求をしてください。

●必要なもの…医療機関の領収証明がある「インフルエンザ予防接種料金助成申請書兼請求書」、印かん、通帳

※妊婦は、現在妊娠中の母子(親子)健康手帳

※生活保護世帯は、生活保護受給証明書

※「インフルエンザ予防接種料金助成申請書兼請求書」は市健康課で配布。市ホームページからもダウンロードできます。接種日に医療機関へ提示してください。

(注1) 生活保護受給証明書は、市福祉事務所(本庁地階)、朝倉・杷木支所市民窓口係(1階)で交付。