



元気が一番

保健のお知らせ

【問い合わせ】
町住民保健課
健康推進
グループ
☎ 73-2256



ジェネリック医薬品を ご活用ください

「ジェネリック医薬品とは？」
ジェネリック医薬品（後発医薬品）は、新薬（先発医薬品）と同じ有効成分・品質・効き目・安全性が同等であると国から認められたお薬です。

「ジェネリック医薬品のメリット
“同じ効き目なのに低価格”」
ジェネリック医薬品は、新薬と同じ有効成分、同じ効き目でありながら低価格なので、患者さんの薬剤費の負担が軽くなり、日本全体の医療費の軽減につながることができ、新薬より3割以上、中には5割以上安くなるものもあります。

また、飲みやすさや扱いやすさなど、さまざま工夫を加えた医薬品もあります。



「意思表示が必要で
ジェネリック医薬品の選び方」
病院を受診した際や、薬局で調剤をして貰う際に、ジェネリック医薬品を希望していることをお伝えください。

また「ジェネリック医薬品希望シール」や「ジェネリック医薬品希望カード」もあり、提示していただくと「ジェネリックに変更したい」という意思表示ができますので、活用してみてください。

※ジェネリック医薬品に変更できない場合もあります

ご使用の薬のジェネリック医薬品がまだ開発されていない場合や、医師が治療のためにジェネリック医薬品への変更が好ましくないと判断した場合は、ジェネリック医薬品に変更できません。まずは医師、薬剤師にご相談ください。

「かかりつけ薬局を決めておくことをお勧めします」
使用する薬を1つの薬局でま



「元気が一番！ 保健サービスガイド」
SUWAYAMA TOWN HEALTH SERVICE GUIDE

◆日程
7月13日(火)

◆場所
総合福祉センター「しゃるる」

◆健診機関
北海道対がん協会

◆受診できる項目
特定健診、生活習慣病予防健診、いきいき健診、各種がん検診（胃・肺・大腸・子宮・乳）

※詳細は広報くりやま4月号折り込みの「元気が一番！ 保健サービスガイド」をご覧ください。

充実した学校生活

北海道介護福祉学校 1年
金子 麻夢さん（厚岸翔洋高校卒業）



私は現在、一人暮らしをしています。親元を離れ一人栗山に移り住み、入学当初は不安でいっぱいでしたが、毎日笑顔で挨拶してくれる先輩や優しく指導してくださる先生方の支えがあり、クラスメートとも毎日真剣に授業に取り組む、介護について話し合う中でいつしか不安は消えました。入学から2カ月が経った今、毎日充実した時間を過ごしています。

最近、演習でベッドメーカーキングを習い、技術の習得だけでなく、利用者のことを思いながら心を込めて丁寧な介護を行う大切さを学びました。7月には基礎実習が始まります。不安や緊張もありますが、これまで学習したことを活かして、実際の現場でたくさん学べることを楽しみにしています。

野球部について

栗山高等学校 3年
藤田 裕也さん（栗山中学校卒業）



野球部は守備中心、打撃中心の日を作るなど、目的を持って練習に取り組んでいます。「辛い」「面倒だな」と口に出して、弱い自分に負けてしまう日もありますが、自分たちの可能性を信じて、辛いことにも向き合って頑張るチームになりたいと思っています。

5月の春季大会は1年生の頑張りもあり、1回戦は砂川・月形・夕張連合チームに11対9で勝利。2回戦は滝川高校に1対8で負けてしまいました。公式戦を2試合できたことは、チームにとって大きな経験と財産になりました。

夏の大会ではチームの課題を克服できるように練習しています。応援して下さる方々を忘れず、喜んでもらえるプレーを目指し頑張ります。私自身高校野球最後の大会になるので、悔いの残らないよう全力でプレーします。

新しい力で栗山を元気に！ 地域おこし協力隊です

「勝手にくりやま観光研究所」はじめました！

はじめまして、地域おこし協力隊・観光交流マーケットの長と申します。くりやま駅前通り商店街内の事務所（旧岡嶋商店）で活動しています。日々、町内に住む皆さんから学ばせていただながら、栗山一年生の目線で、栗山町らしい観光ってなんだろう？と考えています。

先日、栗山駅前の花壇づくりに参加しました（背表紙参照）。私が植えたのは「キンギョソウ」というお花で、名前のおと金魚のような可愛らしい色と形をしていて愛着が湧きました。

この取り組みは、8年前から始まりました。元々は草が生い茂っていたところを花壇にし、毎年、町民の皆さんで花を植えてきたそうです。町の玄関である駅前を訪れた人に喜んでもらえる場所にしたい、そんな思いが込められた花壇です。

はじめて栗山町を訪れた時に駅がとてきれいで、降り立った瞬間、心地よい気持ちになったことを覚えています。それは、

町に住む皆さんの活動のおかげだったのだと知りました。私は二十代の頃に日本全国をぶらぶらと旅していた時期があります。日々、知らない土地を訪れ、新しい場所を観光して、いろんな人と出会う毎日を通して、住んでいる人がどんな暮らしをしているのか、それを少し体験させてもらうことで、日本って魅力ある場所がいっぱいあるんだなと思うようになりました。

私が全国で感じてきた体験を栗山町の観光プランにも活かしていきたいと思っています。これからよろしくお願ひします！

No.59

はじめて栗山町を訪れた時に駅がとてきれいで、降り立った瞬間、心地よい気持ちになったことを覚えています。それは、

