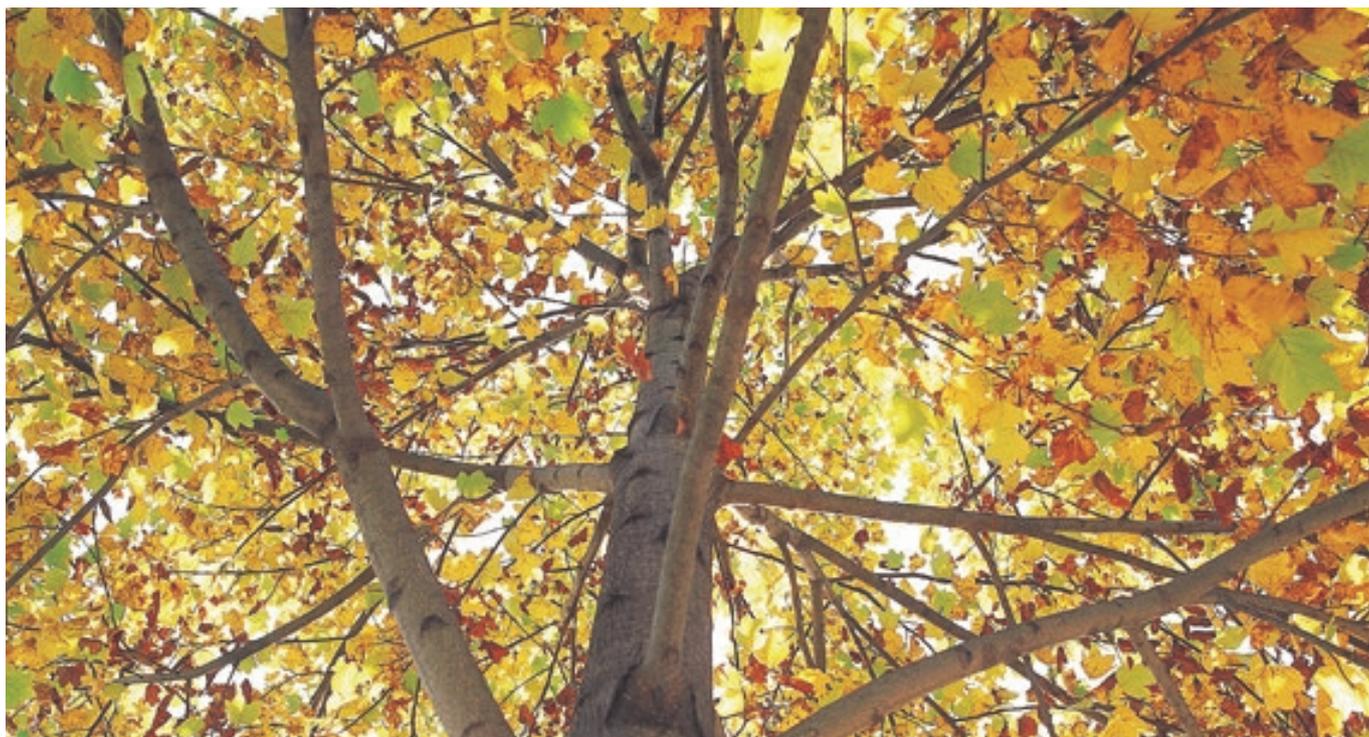


健康応援
新聞

スマイル



◆ 健康サポート薬局のお知らせ

《対象店舗》・アイケイ薬局(中居町)
・アイケイ薬局矢中店

◆ 健康サポート薬局とは?

厚生労働大臣が定める基準をクリアし、知事に届出を行った薬局だけが「健康サポート薬局」として表示できます。

薬に関するあらゆる相談に応じる事はもとより、薬以外の健康に関する相談に専門知識を習得した薬剤師が対応します。

調剤部門より

失明にもつながる
高齢者の目の病気

一般販売部門より

これから旬のサツマイモは
何が体にいいの?

アイケイ福祉用具
レンタルサービス

浴槽台[ユクリア Air]

アイケイおむつ
給付サービス

～紙パンツ専用パッド～

BEAUTY
CORNER

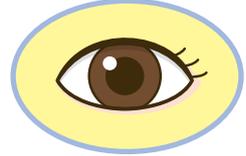
トワニー 角質ケア

SDGs GUNMA
BUSINESS
PRACTICE

SDGsぐんま ビジネスプラクティス



失明にもつながる 高齢者の目の病気



高齢者に多い代表的な目の病気は「白内障」「緑内障」「加齢黄斑変性」の3つがあります。これらは失明の恐れがある病気です。片方の目が見えにくくなっても、もう一方の目が見えにくさを補う「両眼視機能」や脳が見えた情報を補う「補填機能」を働かせるので気が付かずに通常の生活を過ごせている場合があります。その為に、**自覚症状が現れた時には失明を免れない状況になっている**こともあるので注意が必要です。今回は、その中から白内障を取り上げさせていただきます。

症状

目の水晶体は凸レンズの形をしており、外からの光を集めてピント調節をする働きがあります。白内障で水晶体が濁ると光が通過できなくなったり、乱反射して網膜に鮮明な像が結ばなくなる事で視力が低下します。水晶体の濁り方は個人差がある為に症状は様々で、「目がかすむ」「視界が暗く感じる」「ぼやけて見えにくい」「視力が落ちる」「二重三重にだぶって見える」「光がまぶしい」等といった症状があれば白内障の疑いがあります。尚、白内障だけでは痛みや充血はありません。



原因

白内障の主な原因は加齢によるもので、眼内に老廃物が蓄積したり水晶体の内部が酸化・糖化することで起こると言われています。加齢を原因とする場合には、ゆっくりと進行します。その他、アトピー性皮膚炎や糖尿病などに併発するものや先天的なもの、薬の副作用、外傷性のものなどがあります。

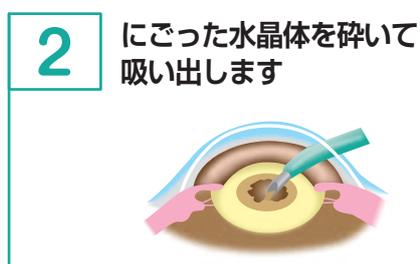
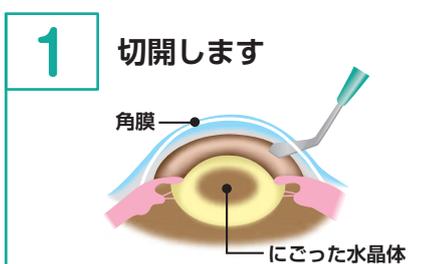
治療

症状が軽度の場合

日常生活に支障のない初期の段階では、点眼治療や内服薬による治療が行われます。ただ、薬を使用しても水晶体が元に戻るわけではなく、病気の進行を抑えることが目的となります。

症状が進行した場合

仕事や日常生活に支障がみられる場合には、外科的手術が行われます。この手術では、濁った水晶体を取り除き人工水晶体である眼内レンズを挿入します。現在では、日帰り手術を行う施設が多く高齢者でも安心して受けることができる手術の1つです。ただし、眼内レンズにはピント調節機能はないために、手術後も眼鏡などが必要な場合があります。



※眼内レンズは種類がありますので、詳しくは眼科にてご相談ください。

これから旬の「サツマイモ」は 何が体にいいの?



～サツマイモが持つ成分～

1 便秘解消に役立つ 「食物繊維」

- 食物繊維は、便の量を増やして便秘を防ぎ、糖尿病や肥満などの生活習慣病予防にも役立つ栄養

2 抗酸化作用をもつ 「ビタミンE」

- 油に溶ける脂溶性食物繊維のひとつ
- 脂質の酸化を防ぐ作用(抗酸化作用)を持つ

3 美肌作りに欠かせない 「ビタミンC」

- 抗酸化作用をもち、コラーゲンの合成に必要な栄養
- ストレス解消にも欠かせない栄養

4 妊婦さんには特に重要な「葉酸」

- 葉酸はビタミンB群の仲間
- 体の細胞合成に必要なDNAや核酸と呼ばれる細胞内の物質を作る

5 高血圧予防に役立つ「カリウム」

- 細胞内のナトリウムとバランスをとりながら、細胞内の水分を調整、血圧のコントロールも行う

サツマイモの栄養素

カロテン

- 皮膚・粘膜を守る
- 免疫機能を強化

食物繊維

- 便秘予防

ビタミンB1

- 糖質の分解を助ける
- 神経の正常を保つ

でんぷん

- エネルギーの元

ビタミンE

- 老化予防
- 血行促進

カルシウム

- 丈夫な骨をつくる
- 精神を安定

カリウム

- 塩分排出を促す
- 筋肉収縮を円滑にする

ビタミンC

- 肌を守る
- 抗酸化作用

サツマイモの選び方

皮 : 色が鮮やかでハリがあり色むらや傷がなく、やわらかいひげ根のもの

体格 : 中央がふっくら太く、ずっしり重いもの
(切り口に蜜が出ているものは糖度が高い)

ひげ根 : 根元が目立たなく凹凸が少ないもの

- ◆ひげ根の多いもの……食物繊維たっぷり
- ◆ひげ根の少ないもの……口当たりがなめらか

おすすめの調理方法

〈揚げ物・煮物・焼き物・蒸し物〉

- ◆ゆっくり加熱すると酵素の働きにより甘みが増すため、皮ごとじっくりと蒸す(蒸し物)かオープン加熱(焼き物)が特におすすめ。
- ◆酵素の働きは80℃以下でゆっくり加熱すると活発になり、急速に加熱する電子レンジでは甘みが引き出されないうま味は柔らかくなる。

段々と涼しくなってバテぎみの体にも食欲が戻ってきます。秋の味覚、サツマイモを有効活用して体調管理を行ってみるのはいかがでしょうか?

そして、アイケイ薬局各店にはこちらのお薬も置いてありますので、無理のない規則正しい食生活をおくるお手伝いをいたします。お気軽にお声がけください。



アイケイ福祉用具 レンタルサービス

浴槽内での立ち座りや
跨ぎ動作のサポートに。



今回のテーマは？

浴槽台〔ユクリアAir〕

ユクリア Air



商品特徴

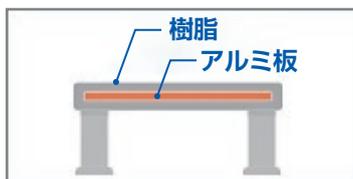
① 軽くて持ち運びがラク

- レギュラー1.7kg、コンパクト1.5kgで片手でも軽がる
- 樹脂とアルミ板のハイブリッド構造で軽量ながらも強度しっかり

従来品より
約**30%**
軽量化^{※2}

自沈式
業界最軽量
クラス^{※2}

※2021年9月末時点



軽量化 + 水抜穴で片手でかるがる



4辺どこからでも持ちやすい形状



② 防かび・防汚加工でお手入れ簡単

- 汚れが付きにくくお掃除時間削減
- 防かびバリアでかびが発生しづらい



防汚剤が
撥水の膜で
コーティング

皮脂・垢など汚れが
取れやすい

※お掃除時間約30%削減/※パナソニック調べ

防汚バリア

防汚剤
加工箇所



防かび剤が
防かびバリアを作る

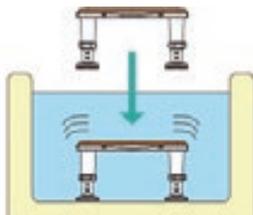
かび菌の内部への
増殖をブロック

防かびバリア

防かび剤
クッション・脚ゴム

③ 使いやすさを追求した思いやり設計

- 天板は滑りにくく安心
- 幅広い高さ調整で身体にあった高さに変更可能
- 自重で沈み、設置がラクラク



浴槽台〔ユクリア Air〕

カラー：オレンジ、モカブラウン、ブルー

- コンパクト 1220/1826
サイズ：横30cm×縦24cm

税込 **20,350円**

- レギュラー 1220/1826
サイズ：横37.5cm×縦30cm

税込 **21,450円**

| タイプ | 座面の高さ (単位) cm | | | | | | |
|---------|---------------|----|----|----|----|----|-------|
| 1220タイプ | 12 | 14 | 16 | 18 | 20 | | |
| 1826タイプ | | | | 18 | 20 | 22 | 24 26 |



福祉用具の販売はもちろん、
介護保険適用のレンタルも
受付けております。
お気軽にご相談ください。
担当：熊澤・水出

商品に関するお問い合わせは
下記連絡先までご連絡下さい。
TEL 027-384-2950

おむつ給付サービス



アイケイ薬局は高崎市の委託業者です。



～ 紙パンツ専用パッド ～

ズレにくい・簡単に交換できるパッド

ライフリー
ズレずに安心
紙パンツ専用尿とりパッド



吸収目安：約6回分
18cm×57cm
20枚入

アテント
紙パンツ用さらさらパッド
通気性プラス



吸収目安：約4回分
15.5cm×52cm
28枚入

ライフリー
リハビリパンツ用
かんたん装着パッドレギュラー



吸収目安：約2回分
16cm×45.5cm
44枚入

サルバ
紙パンツ用やわ楽パッド



吸収目安：約2回分
15cm×46cm
36枚入

詳しくは「アイケイ薬局 おむつ給付サービス」まで。
おむつの無料サンプル等お気軽にご相談下さい。

TEL 027-384-2950

担当：有川





角質ケア

夏の強い紫外線による影響などで角層が乱れ、乾燥状態に。不要な角質を取り除き、うるおいを与え、柔軟な肌に整えましょう。

うるおい チャージしませんか？

乾燥による肌あれやゴワつきを感じやすい秋口には肌うるおいをチャージして満ち、しっとりやわらげる集中ケア美容液を。

限定発売

数に限りがございます。

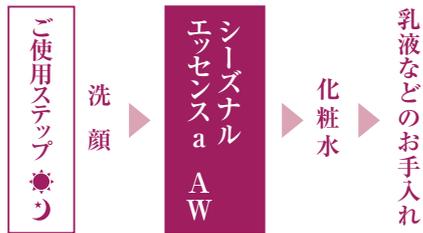


SEASONAL ESSENCE

シーズナルエッセンスa AW

25mL 6,600円(税込)

微賦香(フレッシュフローラルの香り)・無着色



使い始めは10秒以上を目安によく振ってください。

シェイクフルカスタマイズ処方

振って混ぜる回数を変えるとふんわり感が変わり、自分好みの感触でお手入れが楽しめます。



(イメージ)



古い角質、 ふき取りませんか？

くすみ^{*1}やザラつきが気になる肌にはコットンに含ませてさっとふき取る柔軟化粧水を。

ソフニングコンディショナーt

180mL 5,500円(税込)

(レフィル)180mL 5,170円(税込)

フローラルフレッシュの香り

*1 古い角質による

使い方

くすみ^{*1}やザラつきが気になる部分をクルクルとやさしくふき取ります。



洗顔

ソフニング
コンディショナーt

誘導美容液[®]

化粧水

乳液などのお手入れ

フェイスエステ実施中!

化粧品の購入金額が10,000円になった方へプレゼント!



毎週木曜日と
毎月10、20、30日は
化粧品デー
ポイント2倍



測定器によるお肌相談も
無料実施中!!

※詳しくは店頭スタッフまで!!

9/1は防災の日

災害時に備えた食品の家庭備蓄について



備蓄食料は何をどのくらい準備したらよい？

過去の経験によれば、災害発生からライフライン復旧まで1週間以上を要するケースが多くみられます。また、災害支援物資が3日以上到着しないことや、物流機能の停止によって、1週間はスーパーマーケットやコンビニなどで食品が手に入らないことが想定されるため、備蓄食料は家族の人数×最低3日～1週間分を備えましょう。水は1人あたり1日3リットルが目安です。乳幼児、高齢者、アレルギーがある人は症状に配慮した備蓄食料を準備しましょう。

備蓄食料はローリングストックがおすすめ

ローリングストックとは循環させながら（ローリング）、備蓄（ストック）するという意味です。いつも使う食材を多めに購入し、賞味期限が近づいたら消費して、また新しいものを追加するといった備蓄法です。備蓄したくても保管場所がない、保存期間が長い食品に安心していつの間にか賞味期限が切れそうになるといった備蓄食料への不安を解消できます。

ローリングストックに向いている食材・種類は？

缶詰、レトルト食品、味噌汁・スープ、乾物、カップ麺、乾麺、好みの菓子類、飲み物などがあげられます。これらの食材で自分や家族が好きでよく食べるものをストックしておきましょう。



ローリングストックのポイント

収納場所は、キッチンの引き出しなどに専用の場所を作ると、管理しやすくなります。物置やクローゼットにしまい込まずに、目につくところに保存します。賞味期限が1年ほどの食材を準備し、順番が前後しないように古いものから使いましょう。缶詰、レトルト食品、乾麺などの種類ごとに仕切りを作ってまとめると、管理が簡単です。

店舗のご案内



アイケイ薬局

高崎市中居町4-17-12

TEL.027-352-4400

FAX.027-353-2727

☎0120-054400

🌐 <http://ikph.jp/>

定休日 1月1・2・3日

営業時間 月～土曜日…8:30～20:00
日曜日・祝日…8:30～19:00

アイケイ福祉用具レンタルサービス
アイケイ薬局おむつ給付サービス

高崎市中居町4-17-12

TEL.027-384-2950

FAX.027-353-2729

☎0120-054400

🌐 <http://ikph.jp/>

定休日 日曜日、祝日、1月1・2・3日

営業時間 8:30～20:00

アイケイ薬局 矢中店

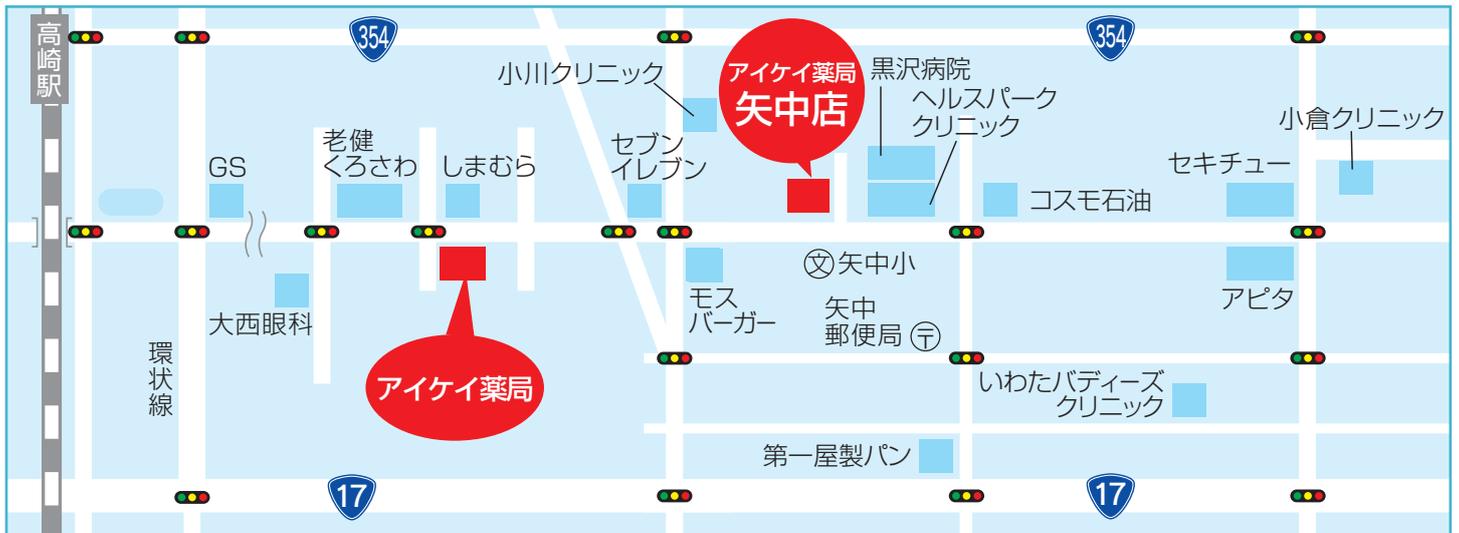
高崎市矢中町192-11

TEL.027-353-6633

FAX.027-353-6634

定休日 日曜日、祝日、6月第2土曜日
12月31日・1月1・2・3日

営業時間 9:00～19:00



アイケイ薬局 倉賀野店

高崎市倉賀野町836-6

TEL.027-347-4499

FAX.027-347-4474

定休日 木曜日、日曜日、祝日
12月31日・1月1・2・3日

営業時間 9:00～19:00



休日・夜間緊急時対応

📞 027-352-4400

■夜間緊急時の対応のお知らせ

当薬局では、緊急時などに備えるため、夜間に対応できる体制を整えております。

※なお、夜間の調剤につきましては時間外のため、負担金が増加しますので、ご了承ください。

■連絡方法

左記の電話番号にご連絡下さい。音声ガイダンスで夜間の連絡先を案内いたします。電話番号はお薬の袋にも記入されています。