

皆さんが病院や薬局でお薬を受け取ると、その袋には必ず用法・用量・内服するタイミングと量が書かれています。お薬を有効かつ安全に使用するためには、これらをきちんと守ることがとても大切です。

内服するタイミングには大きく分けて食前、食後、食間の3つがあります。ではそれぞれ具体的にいつくらいを指すのでしょうか？

○食後とは？  
食事のあと20〜30分後くらいまでをいいます。お薬は食後で内服するものが多く、食べた物が胃に残っているときに飲んだ方が吸収が良くなり、また胃への負担を和らげるなどの利点があります。便宜上、食後に内服した方がお薬の飲み忘れを防ぐ効果もあります。

○食前とは？  
食事の20〜30分くらい前までのことです。食欲を改善したり、胃の粘膜を守るお薬などがあります。

○食間とは？  
食事のあと2〜3時間後くらいまでをいいます。これは食事の途中と違い、食事を取るまで、食事を取ってから次の食事を取るまでの

お薬のはなし「内服薬」

文／国保多古中央病院・薬剤科

間の事なので注意が必要です。

この他、食直前、食直後、頓服、寝る前、起床時など様々な用法があります。お薬は用法・用量通りに飲むことによって、より良い効果を発揮できるように設計されているので、自己判断で飲み方や飲む量を調節したりすると、お薬が効かないばかりか副作用が出てしまうこともあります。くれぐれも注意しましょう。

もしお薬のことでお困りのことがあれば、医師・薬剤師に遠慮なくご相談ください。

【病院便り】

多古中央病院の受付時間は午前11時30分までとなっています。それ以降は、医師も検査や手術などに対応できないこともあるため、受診前に必ず確認の電話をお願いいたします。



☎(76)2211

体の健康を保つには お口から  
後期高齢者歯科口腔  
実施のお知らせ

いつまでも自分らしく元気な生活を送れるように千葉県後期高齢者医療広域連合では、満76歳(昭和19年4月2日～昭和20年4月1日生まれ)になる被保険者を対象に、お口の健康維持や肺炎等の病気を予防するため、歯科健康診査を実施する予定です。

該当する方には、後日、個別通知で詳細をお知らせします。

※現在コロナウイルス感染防止の観点から、後期高齢者医療広域連合で実施時期を検討中です。



口腔健診を受けた後は、検診結果の説明や指導事項をよく聞き、治療の指示があった場合は、早めに対処しましょう。

お問合せ●住民課国保年金係 ☎ 76-5405

新型コロナウイルス感染症対策

農林水産省 経済産業省 消費者庁

買物をする  
ときの  
お願い



買物をするときには、**感染予防に加え、他の方に感染させない気遣い**も必要です。

お店によっては**買物の仕方などを制限**する場合がありますので、御理解・御協力ください。

買物の際には、**咳エチケット**を守り、前後に**手洗い・消毒**をしましょう。



従業員の方々も頑張っておりますので、**協力して買物**をしましょう。



**混雑を避けて**買物をしましょう。



必要なときに必要な分だけ買うようにしましょう。

人との距離を空けて、密集を避けると、感染の危険性が下がります。

転倒やケガをしないためにも、密集しないことが大事です。

かくれた病気を **早期発見!** **早期治療!**

人間ドックの費用を助成します



対象者

国民健康保険

- 多古町国民健康保険加入者で、受検日当日の年齢が**35歳以上75歳未満**の方
- 国民健康保険税を滞納していない世帯
- 同一年度内において、この助成を受けていない方

後期高齢者医療保険

- 多古町に住所を有する後期高齢者医療保険加入者で、受検日に**75歳以上**の方
- 後期高齢者医療保険料を滞納していない方
- 同一年度内において、この助成を受けていない方

助成の範囲

人間ドックに要した経費の**70%**  
(ただし、最高7万円、千円未満切り捨て)  
※脳ドックも対象です。

申請までの流れ

- ①医療機関に直接、人間ドックの予約をします。(医療機関の指定はありません)
- ②人間ドックを受け、医療機関へ費用を支払います。
- ③人間ドックの結果がお手元に届きましたら、申請に必要なものをそろえて住民課国保年金係の窓口で申請をしてください。

申請に必要なもの

- 領収書 ○印鑑(認印)
- 通帳(振込先口座番号の分かるもの)
- 多古町国民健康保険被保険者証または後期高齢者医療保険被保険者証
- 人間ドック結果成績表

○人間ドックの成績は、特定健康診査・後期高齢者健康診査を受診したものと採用します。  
○特定健康診査・後期高齢者健康診査を受診した方(農協健診や、その他町で実施する健診を受診した場合も含みます)は、人間ドックの助成は受けられません。

お問合せ●住民課国保年金係 ☎ 76-5405