

報道関係者各位

2021 年 4 月 14 日

-RAD-AR 10,000 Series, Vol.6-

日本宝くじ協会助成事業、3 年連続採択 協議会オリジナルお薬手帳を 100 薬局に計 10,000 冊無料配布スタート

一般社団法人 くすりの適正使用協議会（東京都・中央区、以下協議会）は、オリジナルお薬手帳を 10,000 冊作成し、**100 薬局に 100 冊ずつ、計 10,000 冊**を無料配布します。

患者さん・家族からの「くすりのしおり[®]」の閲覧が増加しており、一層多くの患者さん・家族に医薬品情報を届けることを目指しています。

4 月 16 日（金）より配布を希望する薬局の募集を開始し、6 月から薬局店頭での配布を開始していただく予定です。

この事業は、一般社団法人日本宝くじ協会（東京都・千代田区、以下宝くじ協会）の助成事業として採択されました。

なお、宝くじ協会は、毎年、公益法人等約 100 団体が行う公益事業に助成を行っており、当協議会は 2019 年度、2020 年度にくすり教育用の小冊子配布事業への助成を受けた実績があり、今回で 3 年連続の採択です。

■ 協議会オリジナルお薬手帳、ここがポイント

- ✓ 二次元コードで信頼できる医薬品情報「くすりのしおり[®]」にすぐにアクセス
- ✓ 患者さんに役立つ薬の適正使用情報を多数案内
- ✓ 新型コロナやインフルエンザ対応のために体温記載欄や、かかりつけ薬剤師欄を作成

■ 当協議会について

くすりの適正使用協議会は、くすりの適正使用を普及・啓発するために、1989 年に創立されました。「誰もが健康な生活を実現するため、信頼できる情報をもとに判断し、行動できる社会を目指す」ことを VISION に掲げ、様々な会員が活動に参加しています。医薬品の本質を評価する「薬剤疫学」の普及促進、医療用医薬品の情報を患者さん向けに分かり易く記載した「くすりのしおり[®]」の公開、くすり教育の支援などに取り組んでいます。



以上

■ 募集要項（詳細・応募方法は URL でご確認ください）

[募集期間] 2021 年 4 月 16 日（金）10 時～5 月 31 日（月）13 時

[募集対象] 2022 年 2 月 までにオリジナルお薬手帳 100 冊を配布可能な薬局

[募集要領]

- ・インターネットからの応募のみとなります。
- ・配布開始後に簡単なアンケートの協力をお願い致します。
- ・応募多数の場合は抽選になる場合がございます。
当選者の発表は、お薬手帳の発送をもって代えさせていただきます。
- ・電話やメールでの当選結果のご質問にはお答えできませんので、ご了承ください。
- ・お薬手帳の発送は 2021 年 6 月初旬より順次行います。（本体・配送料無料）

詳細・応募はコチラ

<https://rad-ar.or.jp/blog/2021/04/5061/>





図書館や動物園、学校や公園の整備をはじめ、少子高齢化対策や災害に強い街づくりまで、さまざまなかたちでみなさまの豊かな暮らしに役立っています。



一般財団法人日本宝くじ協会は、宝くじに関する調査研究や公益法人等が行う社会に貢献する事業への助成を行っています。 <https://jla-takarakuji.or.jp/>



おくすり

様

発行日

No. 年 月 日

一般社団法人 くすりの適正使用協議会
<https://www.rad-ar.or.jp/>

このおくすり手帳は、宝くじの社会貢献広報事業として助成を受け作成されたものです。



お薬手帳を活用しましょう

- あなたに処方された薬の名前や使用量、回数、のみ方、使い方、注意することなどを記入しましょう。
- 医療機関や薬局でお薬をもらうときに、医師・歯科医師や薬剤師に見せてください。あなたのお薬の服用歴がわかり、医師・歯科医師や薬剤師にとって重要な情報源になり、使用している薬とののみあわせをチェックしてもらえたり、同じような薬の重複も避けられます。
- 使用している OTC 医薬品（一般用医薬品）や健康食品も自分で記入しておくことで、それらの影響もチェックできます。
- 診療科・医院・病院・薬局ごとではなく、「お薬手帳」は 1 人 1 冊にして、情報をまとめておきましょう。
- かかりつけ薬局・かかりつけ薬剤師を持つと一層効果的です。

かかりつけ薬局 (かかりつけ薬剤師)



あなたの情報

記載日 年 月 日


ふりがな			
名 前			
生年月日(西暦)	年	月	日
連絡先	TEL		
緊急連絡先	TEL		
血液型	A B O AB	RH (+ -)	
身長 体重	cm		kg
飲 酒	無 有 ()	
喫 煙	無 有 やめた (いつ頃)	
排 便	快便 便秘気味 下痢気味 その他 ()	
睡 眠	快眠 不眠 (睡眠薬 無 有 ())	

[illegible]

[illegible]

残ったり、飲み忘れたお薬があればご記入ください

薬剤名	形状	色	残った数

調べてみよう！自分の薬 

くすりのしおり




で検索

[illegible]

残ったり、飲み忘れたお薬があればご記入ください

薬剤名	形状	色	残った数

調べてみよう！自分の薬 

くすりのしおり



で検索



【ポリファーマシーって聞いたことがありますか】

- 多くのくすりを服用しているために、副作用を起こしたり、きちんとくすりが飲めなくなったりしている状態をいいます。単に服用するくすりの数が多いことではありません。



- 特に高齢になると薬の数が増えて、副作用が起こりやすくなるので注意が必要です。



高齢者・介護者向け

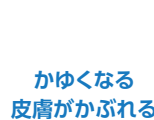
あなたのくすりいくつのんでいますか

高齢になると、複数の病気を持つ人が増えてきます。その為、75 歳以上では 4 割の方が 5 種類以上のくすりを服用しているといわれています。



「なにか変だな・いつもと違う」
と感じたら？

- 下のような症状など、「何か変だな」「いつもと違う」と感じたら、医師や薬剤師に相談しましょう。
- 気になる症状があっても、勝手にくすりをやめたり、減らしたりするのはよくありません。くすりによっては、急にやめると病状が悪化したり、思わぬ副作用が出ることがあります。必ず、医師や薬剤師に相談しましょう。

めまい、
ふらつき

かゆくなる
皮膚がかぶれる



頭痛、冷汗、
目がかすむ



体にぶつぶつ
皮膚の粘膜が
赤くなる



胸が苦しい



眠氣



息切れ、
歩行困難、
口が渇く

くすりは正しく使いましょう



くすりを正しく安全に
服用するために
必要な知識をご紹介します！

2次元コードより、
各サイトを
ご覧ください。



一般向け

くすりの知識 10カ条

最低限知っておくべき内容をまとめています。



妊娠を希望する方・妊産婦向け

妊娠・授乳とくすり

妊娠中や授乳中のくすりの使用にあたり
知っておきたいくすりの知識をまとめて
います。



保護者向け

子どもにくすりをのませるコツ

くすりの形状ごとの飲ませ方や環境づく
り、困ったときに誰に何をどう聞か細
かいアドバイスも盛り込まれています。



小学生向け

「くすり」をきちんと使っていますか？

くすりは決められた時間や量・回数を守る
など最も基本的なことをまとめています。



中高生向け

くすりは正しく使ってこそくすり！

イラストと漫画を用い、一般の方にも楽
しくくすりの基礎を学んで頂けます。



高齢者・介護者向け

高齢者の方と介護なさる方へ

医療機関にかかる際のチェックリスト
や、高齢者の服薬 3 か条、介護者の
服薬 3 か条を紹介しています。



一般向け

バイオ医薬品ってどんなもの？

バイオ医薬品を概説し、特徴や注意点に
ついて Q&A 形式でわかりやすくまとめ
ています。



調べてみよう！ 自分の薬



<https://www.rad-ar.or.jp/siori/>

くすりのしおり



で検索



くすりの適正使用協議会
ホームページから
ダウンロードできます。



お医者さんから
処方される
薬の説明です！



分かりやすい
表現で
コンパクト！



製薬企業が
作っています

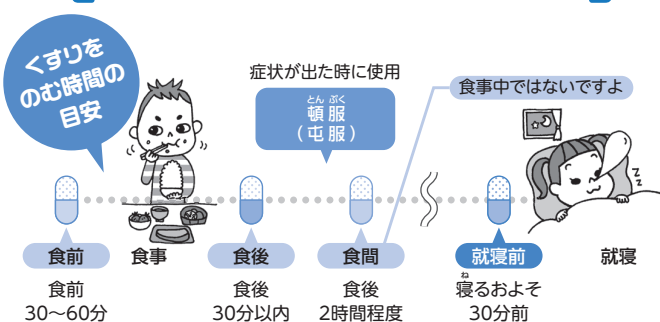


英語版も
あります！



わからないことや疑問に思ったことは、必ず薬剤師さんにお尋ねください。

【 主なお薬をのむタイミング 】



- 朝食をとらないなど、食事の回数を減らしている方や食事制限がある方は、医師・薬剤師にご相談ください。
- のみ忘れた場合は絶対に2回分をのまないでください。