



ラッキーバッグ健康教室紹介

ラッキーバッグ各店舗で行った健康教室をご紹介します。



かねざわ薬局 けんこうカフェ

▶ かねざわ薬局では、毎月『けんこうカフェ』と題した地域のみなさまを対象に健康教室を開催しています。シーズンごとに注意してほしい疾患、健康の勉強、つらい症状を乗り越えるための商品の紹介など行っています。

今回ご紹介するのは1月に実施した『お試し100歳体操』です。冬季間の運動不足を解消、運動習慣の意識付けのために社会福祉協議会と協力の上取り行いました。

専門のスタッフ指導のもと、手足に重り

を付けて体操を行います。1時間程度のイスに座りながら誰でもできる動きです。しかしこれが若いスタッフも一緒にしてみたらけっこうキツイ（笑）じんわりと汗がにじむような運動量でした。体操終了後、参加者のみなさまから「またやりたい！ぜひ毎月実施して！」とお声をいただきました。翌月以降、かねざわ薬局では毎月第4月曜日に100歳体操ができる地域の通いの場の薬局として地域住民のみなさまに開放しています。

体操後は、個々に健康相談、一般用医薬品の相談など行っています。

- 日時 毎月第4月曜日
- 場所 かねざわ薬局（新庄市）
- 内容 100歳体操



新庄警察署（山形県警察）からの

おねがい



未納・通告・裁判通知!そのメール、詐欺かも!?
迷わず無視して、すぐ相談!

東北を“もっと”*motto* 健康に



けんこう福袋



2025

6月

第75号

緩和ケアについて

緩和ケアとは、命に関わる病を抱える人々の身体的・精神的な苦痛を和らげ、その人らしい人生を支える医療のことです。がん患者への支援として広く知られていますが、心不全や慢性呼吸器疾患、神経難病などにも対象が広がっています。治療の有無にかかわらず、早期から提供されることが理想とされており、「治すこと」だけでなく「支えること」に重点を置く医療です。痛みや吐き気、不安や孤独感など、さまざまなつらさに寄り添い、患者様のケアを行うのが特徴です。人生の質（QOL）を高めることを目的とした、包括的な医療として注目されています。

緩和ケアは、他職種が連携するチーム医療です。医師、看護師、薬剤師、心理士、ソーシャルワーカーなどが関わり、患者と家族を支援します。例えば、がん患者の痛みや息苦しさを緩和し、安心して日々を過ごせるようサポートしたり、治療の選択に関する意思決定支援を行ったりします。在



宅で最期を迎えたいと願う人には、訪問看護や在宅医療を活用した支援も行われます。医療のゴールを「延命」ではなく「その人らしい最期の時間」に置く緩和ケアは、人生の終末期を穏やかに過ごすための大切な手段です。

緩和ケアで支えるのはもちろん患者さんだけではありません。重い病を抱える患者さんを支えるご家族は、心身ともに大きな負担を抱えがちです。緩和ケアチームは、患者さんの苦痛を和らげるだけでなく、ご家族への心理的サポートや適切な情報提供にも力を入れています。また、最期を迎えた後にはグリーフケアとして、遺族の心に寄り添う支援も行います。病と共にある人生を、誰ひとり孤独にしないことが緩和ケアの大切な役割です。命の終わりを支えるということは、患者さんだけでなく、そのご家族や周囲の方も大切にすることなのです。

最期の時間を、どこで、誰と、どのように過ごしたいか。そして大切な人がその時を迎える時どう寄り添いたい。緩和ケアは患者の最期に寄り添い、患者のご家族も支えるための医療です。



温もりの薬局

ラッキーバッグ株式会社



店舗案内



Instagram



Warm Pharmacy

LUCKY BAG

温もりの薬局 ラッキーバッグ株式会社

〒996-0021 山形県新庄市常葉町1-32 TEL. 0233-29-8177