

お薬を使用する際は次のようなことに注意し、より安全に効果的に使用してください。

**使用する前に薬の添付文書(能書)をよく読みましょう**

添付文書には用法・用量、効能・効果のほか、使用上の注意、副作用などについて書いてあります。必ずよく読んでから使用し、読んだ後も大切に保管しておきましょう。

**用法・用量を守りましょう**

薬の作用は、使用量と深い関係がありますので、自分の判断で使用量や回数を増減してはいけません。決められた量以上に用いると体に好ましくない反応(副作用)が出る場合があります。また、決められた薬の服用時間を守りましょう。

**【薬の服用時間】**

- ▼食前 食事の約30分前
- ▼食後 食事の約30分後
- ▼食間 食事と食事の間(食事の約2時間後)
- ▼頓服 痛み、熱など、症状がある時

**薬は正しく保管しましょう**

子どもの誤飲事故を防ぐために、子どもの手の届かないところに保管しましょう。また、薬は湿気、光、熱などに弱いので、直射日光のあたらない涼しい場所で保管しましょう。容器の

詰替えは、内容や使い方が分からなくなり誤用や事故のもとになるのでやめましょう。

**問い合わせ**

役場 保健福祉課  
保健係  
内線3115  
愛媛県保健福祉部  
健康衛生局薬務衛生課薬事係  
☎089-912-2391  
(社)愛媛県薬剤師会  
☎089-941-4165

**「ねんきんネット」サービス登録についてのお知らせ**

「ねんきんネット」とは、いつでもご自身の年金加入記録をインターネットで確認することができるサービスです。

**▼いつでも最新の年金記録が確認できます。**

パソコンで、24時間いつでも毎月更新された年金記録を確認できます。

**▼ご自身の人生設計に合わせて年金額の試算ができます。**

「年金を受け取りながら働き続けた場合の年金額は」など、ご自身の人生設計に合わせた条件に基づいて、年金額の試算ができます。  
※平成23年10月末開始予定  
**▼各種通知書がご自宅のパソコンで確認できます。**  
「年金振込通知」等、各

種通知書がご自宅のパソコンで確認できます。  
※平成24年3月末開始予定

**▼記録の「もれ」や「誤り」の発見が容易になります。**

年金に加入されていない期間、標準報酬額の大きな変動など、確認したい記録がわかりやすく表示されています。

ねんきんネットサービスは次のURLから登録できます。  
<http://www.nenkin.go.jp/n-net/>

**お問い合わせ**

ねんきんネット専用ダイヤル  
☎0570-058-555

**あなたを待っている人がいます  
骨髄バンクに登録を**

10月は、「骨髄バンク推進月間」です。  
毎年6,000人の人が、突然、白血病などの血液難病にかかっています。

「骨髄液の提供(骨髄移植)」というあなたの善意が、骨髄移植以外に治療法のない、白血病や重症再生不良性貧血などの血液難病患者さんの命を救います。

全国で骨髄バンクのドナー登録者は、30万人に到達しました。しかし、骨髄移植を受けられた国内の患者さんは約6割にとどまっています。一人でも多くの患者

**ご寄付お礼**

◎乳児院へ

井上 勢津子さん(八幡浜市)  
つぶづロイDEかぁんまあ〜ん  
(川上り駅伝参加チーム)

◎愛児園へ

小野 明裕さん(国遠)  
光明寺  
井上 勢津子さん(八幡浜市)  
愛媛県養鶏協会  
愛媛県民球団株式会社  
永昌寺  
かぁんまあ〜ん  
(川上り駅伝参加チーム)  
米川 幸秀さん(近永)

◎広楽荘へ

小野 明裕さん(国遠)

◎勝山荘へ

田中 好子さん(宇和島市)  
藤田 静子さん(父野川)  
宗楽寺  
田中 タカエさん(下鍵山)  
宮本 鈴子さん(上大野)  
白川 花子さん(下鍵山)

◎ひろみ奈良の里へ

久保田 ユズルさん(生田)  
鬼北町精神保健ボランティア  
グループつっじ  
南予郵便局長会北宇和部会

◎鬼北町社会福祉協議会へ

清家 志郎さん(生田)  
行定 信子さん(興野々)  
中野 正男さん(吉波)  
川田 治さん(奈良)  
山本 安義さん(上大野)  
白木 武夫さん(中野川)  
小原 勝さん(生田)  
大塚 友一さん(東仲)  
竹田 幸男さん(奈良)  
宇都宮 徳雄さん(吉波)  
谷口 浩晃さん(下鍵山)