



災害時に困らない薬の管理について



地震や豪雨などの災害はいつ起こるか分かりません。豪雨により緊急に避難したり、外出先で被災して帰宅できないことがあるかもしれません。自身の体の情報を管理しておくで安心です。

【薬の備蓄のポイント】

- ・ **7日分以上は備蓄**しておきましょう。
- ・ 先にもらった薬から飲んで、**新しい薬を非常用**に備えましょう。
- ・ **使用期限**が切れていないか確認しましょう。
- ・ 緊急時に備えて、**薬局でもらう薬剤情報提供書**を持参したり、スマホで撮影しておきましょう。
- ・ おくすり手帳を肌身離さず持っておきましょう。



【薬に関する被災チェックリスト】

- ① いつも飲んでいる薬の予備…7日分以上はすぐ持ち出せるようにしておきましょう。
- ② おくすり手帳…避難所や救護所でスムーズに処方を受けることができます。
- ③ 常備薬…かぜ薬、解熱剤、胃腸薬、塗り薬など
- ④ 救急用品、衛生用品…ばんそうこう、消毒液、包帯、マスク、ウェットティッシュなど
- ⑤ 飲料水…長期保存できる水がオススメ
- ⑥ マイナンバーカード・保険証…万が一の受診の際に必要です。



★2025年1月に南海トラフ巨大地震が30年以内にくる確率が80%に引き上げられました。持ち出し用バッグや避難場所などを準備しておくことが大切です。



～ 4月休診日 ～



8日(火)13時30分～15時00分 / 9日(水)午後 / 16日(水)午後

診療所便り5月号はお休みさせていただきます(^^) /

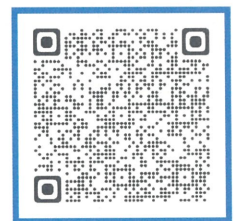


・オンライン診療 (CLINICS) ・
携帯電話やパソコンを使って
予約、診療、支払いまでできます。
下記の方がご利用できます。



【定期受診】【アレルギー性鼻炎 (初めてでもOK)】
【胃カメラ事前相談】【自己検査で感染症陽性】

・WEB問診 (メルプ) ・
問診票を事前に入力できます。
下記の方へご案内します。



【初めて・ひさしぶり】
【発熱外来 (完全予約)】
【感染症陽性 (自己検査) (完全予約)】

診療時間のご案内 住所 : 賀茂郡河津町下佐ヶ野71-1(セブンイレブン下佐ヶ野店隣) 電話 : 0558(36)8606
(受付時間 8:00～11:30 13:00～15:30 診療時間 8:30～12:00 13:30～16:00)

内科・小児科・外科	月	火	水	木	金
午前	伊藤淑子医師	伊藤淑子医師	伊藤淑子医師	伊藤淑子医師	伊藤淑子医師
午後	伊藤淑子医師	伊藤淑子医師	伊藤淑子医師	休診	伊藤淑子医師

