



「砕いてはいけない薬」の代表として、特別な加工がされた錠剤を紹介します。

**腸溶錠** 胃では溶けず、腸で溶けるように設計されています。胃を傷つける成分や胃酸によって効果がなくなる成分を腸まで届けることができます。

**徐放錠** 薬の成分がゆっくり溶け出し、効果が長く続くように設計されています。薬を飲む回数が少なくて済み、作用が安定します。

**糖衣錠とフィルムコーティング錠** 薬の表面を覆う加工がされています。苦みや刺激が強い成分でも飲みやすくなり、湿気や光に弱い成分でも品質が守られます。

これらの錠剤を砕いて飲むと、効果がなくなったり、ひどい苦みが出たり、作用が急激に現れて危険なことがあります。薬を飲みづらいと感じたら、自分の判断だけで割ったり砕いたりせず、医師や薬剤師に相談してください。

日々の生活を大切にしながら、正しい服薬を続けられるように、より良い薬物療法を提案したいと思っています。



### 砕いてはいけない薬の話

薬剤師 藤村智映子

大きい薬や数の多い薬は、飲みづらいものです。「のどにつかえるし、薬を砕いて飲んでもええかな。体の中に入ったら一緒じゃろう」と考えたことはありませんか。

実は、薬には砕いて飲んでも問題ないものと、砕いてはいけないものがあります。同じような錠剤に見えても、最先端の技術で作られた薬の形には、それぞれ意味や目的があります。

### 9月13日 弥高山公園(川上町高山) 大きなカボチャが勢ぞろい



農家などが育てたカボチャの重量を競う、「第2回日本一どでカボチャ岡山県大会」(高山市ジャンボカボチャグループ主催)が開催されました。当日は市内外の20人が色鮮やかな大きなカボチャを出品。来場者は大きさや形に驚いていました。なお、優勝は宮崎正弘さん(川上町上大竹)で、重さは250.2kgでした。

### 9月12日 備中高梁駅 「WEST EXPRESS 銀河」をおもてなし



JR西日本が運行する新たな長距離列車「WEST EXPRESS 銀河」が備中高梁駅での停車を開始しました。初日のこの日は、約35分間の停車時間中に、備中神楽の披露や特産品の販売を行い乗客をおもてなし。乗客の皆さんは、高梁市のPRや地元住民、鉄道ファンらの出迎えに驚きと喜びの表情を見せていました。

### 「ジャパンレッド」発祥の地ー弁柄と銅の町・備中吹屋ー②

#### 日本遺産フェスティバル in 今治にて高梁市の日本遺産をPR

10月10日(土)・11日(日)の2日間、テスクポート今治(愛媛県今治市)において開催された、「日本遺産フェスティバル in 今治」に出展し、本市の日本遺産ストーリーの魅力を紹介しました。

会場には、全国の日本遺産認定団体のうち約70の団体が集まり、「日本遺産検定」クイズや公開講座などが行われ、約6,500人の来場者で賑わいました。

当団体は、江戸時代から昭和にかけて、銅と弁柄の製造で栄えた吹屋や坂本地区について紹介し、来場者は興味深く耳を傾けていました。

高梁市日本遺産推進協議会は、今後もさまざまな形で日本遺産のPRを実施していきます。



公開講座



オープニングセレモニー



吹屋PRコーナー

高梁市日本遺産推進協議会事務局(日本遺産・歴まち推進室) ☎(21)0257

### 10月4日 高倉地域市民センターほか プチクライムを開催しました



中止となった「ヒルクライムチャレンジシリーズ2020 高梁吹屋ふるさと村大会」の開催予定日に、同コースを走る自転車イベント「プチクライム大会」(市主催)を開催しました。35人の出場者は、自分のペースで楽しく走行。また、高倉地域、吹屋地域の皆さんによる応援や豚汁などの振る舞いがあり、選手を歓迎しました。

### 10月1日 巨瀬地域福祉センター もくもく・DAY 開所、通所付添サポート事業開始



市内で初となる住民主体で運営する新しい通いの場「もくもく・DAY」が開所しました。筋力アップ体操やおしゃべりなどを通じて、交流の促進と介護予防を図ります。また、通いの場への移動が困難な高齢者を対象として、2人1組で外出をお手伝いする「通所付添サポート」事業も開始しました。