

薬局ニュース 夏号

上手に紫外線対策していますか？

太陽光＝可視光線(目に見える)＋赤外線(長波長)＋紫外線UV(短波長)

UVA 約9割→肌の老化誘発＋メラニン色素酸化＝ハリや弾力低下

UVB 約1割→短時間で日焼け＋数日後色素沈着＝炎症やしみの原因

対策1

1日のうち紫外線が強いのは、午前10時から午後2時
外出時は帽子やサングラスや洋服などで肌を守る工夫をしましょう

対策2

夕方でも、室内でも、曇り空でも紫外線は到達！常に日焼け止めが必要！
大人も子供も、日焼け止めを効果的に使うことがポイント！



油断しないで、熱中症！

いつでもどこでもだれでも条件次第で危険性があります

初夏・梅雨明け・夏休み明けなど、体が暑さに慣れていないのに気温が急上昇するときは特に危険！

対策1

外出中も、適度な水分と塩分補給を。汗で水分と塩分が失われます。塩飴の携行も良いです。

対策2

気温と湿度、熱中症指数を気にかけて、日ざしを避け、無理をしない、衣服や冷却グッズで体温調節

対策3

シーズンを通して暑さに負けない体づくりを。熱中症になってしまった時の備えも必要



薬局薬剤師のオススメ商品がいろいろございます。お気軽にお尋ねください



日焼け止め

UVカットスプレー『スリフト』
(ナヴィス)

200gの大容量で1シーズン家族で使える！
ノンアルコール・メイクの上から使える・無香料



UVカットスティック『パーフェクトUVスティック』
(ロート製薬)

顔・肌・べたつかず手を汚さず
塗り直し・ウォータープルーフ



『OS-1』500ml・280ml・ゼリー200g
(大塚)

下痢発熱時にも・熱中症予防・水分塩分補給



『塩レモンキャンディ』アサヒ81G
栄養機能食品 ひんやり感 沖縄県産塩使用



『麦茶』ミガト製薬 5g

スポーツ用 塩分補給あり
水500mlに溶かして飲用

吸収しやすい 飲み物



『スカイウォーター』クラシエフーズ

粉末20g イオン飲料1L用2袋
甘味が少なくポカリ・アクエリアスより飲みやすい

粗
引
換
券

みなさんの健康をサポートします
こんなお悩みあれば私たちにご相談下さい

いくつも病院にかかるからまとめてほしい

薬が飲みにくい数が多い

かかりつけ薬剤師

お薬相談

サプリメント興味があるけどよくわからない

診察後の時間を有効に使いたいわ

健康サポート薬局 (共同・すこやか)

事前FAX受付

高齢の父母は薬を取りに来るのが大変、代わりに来るのも大変

薬剤師訪問

共同薬局

千葉市花見川区幕張町5-399-2
TEL:043-274-2800 FAX:043-275-1900

てんだい薬局

千葉市稲毛区天台1-20-8
TEL:043-251-1102 FAX:043-251-1516

すこやか薬局

船橋市二和東5-1-6
TEL:047-448-2220 FAX:047-449-1689

ふれあい薬局

千葉市中央区白旗2-14-3
TEL:043-266-0081 FAX:043-266-0083

すこやか薬局2号店

船橋市二和東5-1-13
TEL:047-404-5551 FAX:047-404-5656

はなぞの薬局

千葉市花見川区花園2-8-20
TEL:043-274-8411 FAX:043-273-7366

のぞみ薬局

船橋市二和東5-42-27
TEL:047-440-5115 FAX:047-440-5117

いなげ共同薬局

千葉市美浜区稲毛海岸4-11-4-A
TEL:043-301-0070 FAX:043-301-0071

みなみ薬局

船橋市南本町6-2
TEL:047-495-5881 FAX:047-495-5882

こすもす薬局

市原市君塚2-17-14
TEL:0436-63-7071 FAX:0436-63-7072

あすなろ薬局

鎌ヶ谷市東中沢1-15-55
TEL:047-441-7701 FAX:047-441-7702