



上田薬剤師会 発

薬剤師の

ちょっと薬に立つお話

YAKUNI
TATSU
OHANASHI
VOL.104

Vol.104

地域の皆さんの健康のために
さまざまな活動をしている
上田薬剤師会から、
健やかな毎日をつくるために
ちょっと役立つお話を
お届けしていきます。

毎月「第2土曜日」の
週刊うえだを、どうぞお楽しみに!

TOPICS 上田薬剤師会 検査センター

上田薬剤師会は「検査センター」
を併設しています。その業務内容
をご紹介します。



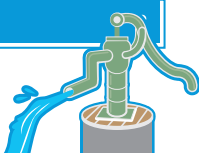
● 水の検査はお任せください! ●

上田薬剤師会検査センターでは、依頼に応じてさまざまな検査を行って
いますが、もっとも多いのが**水質検査**です。

水道法第20条により、水道事業者は水道水が水質基準に適合している
ことを定期的に水質検査によって確認しなければなりません。上田薬剤師
会検査センターは**厚生労働省登録水質検査機関**として、上小地域の主な
上水道の水質検査にあたっています。これまでの豊富な知識と経験を生か
しながら、最新技術を取り入れ、常に検査結果への信頼性確保に取り組ん
でいます。

● 井戸水などの水質調査

上小地域では井戸水を飲用に使用している家庭もあり
ます。井戸水は水道法などの適用を受けませんが、地
質的要因により水質が変化することもあるので、安全を
確保する51項目の水質基準にそって、定期的に検査をしておきましょう。



● 公衆浴場の水質調査

人が浴槽に入ると、皮脂やアカなどの有機物が水の中に溶け出ます。ろ
過器などで浄化してお湯を再利用している浴槽水は、ろ過器の中^ろ有機
物をエサにするレジオネラ属菌などの微生物が繁殖しやすい環境になっ
ています。これら設備の衛生管理を十分にを行い、細菌汚染がないか水質検
査を行う必要があります。(銭湯、スーパー銭湯、旅館、ホテル、保養所、老
人ホーム、フィットネスクラブなどの各種施設に対応)

● ビル・マンションなどの簡易専用水道

ビルやマンションなどの高い建物では、水道事業者から供
給された水をいったん受水槽に貯め、ポンプや高置水槽によ
り水圧をかけて、各蛇口に給水しています。受水槽の有効容量の合計が
10m³を超える給水施設は「簡易専用水道」とされ、建物のオーナーは法定
事項に沿った管理が求められます。当センターでは、管理状態を確認し「簡
易専用水道」を適切に運用するための検査を行います。

● 学校環境衛生(プール・飲料水)

学校薬剤師が、子ども達が実際に飲用している水飲み場で指定の容器に
入れて持ち帰った水道水について、当検査センターで詳しい水質の検査を
します。同様にプールの水質についても、学校薬剤師から提供されたプール
水を分析し、安全性を調査して学校薬剤師にフィードバックしています。



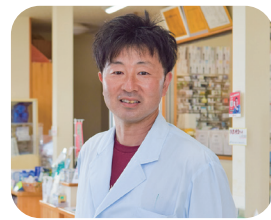
検査センターではそのほかにも、温泉成分分析、食品残留農薬検
査、放射能・放射線量測定、室内空気検査(シックハウス原因物質)な
どを受け付けています。何でもお気軽にご相談ください!

- 飲料水の検査
8,000円~
- レジオネラ菌の検査
5,000円~

上田薬剤師会検査センター
TEL 0268-29-1132
検査受付: 月~水の午後3時まで

特集 おくすりいろいろ //

疲れ目・かすみ目と 目薬(点眼薬)



現代人の目は疲れています。さまざまな要因で起こる疲れ目やかすみ目
のケア、目薬の使い方について、薬剤師の田口勉さんに聞きました。

疲れ目・かすみ目の原因

パソコンやスマホの画面を長時間見続けるなど目を酷使すると、目の中の細胞や筋
肉の疲労により目の「ピント調節機能」が低下します。

また、「涙」は目の表面をおおい、目を守るバリアのようなはたらきをしていますが、
画面を凝視することでまばたきの回数が減り、目が乾いた状態となりやすく、さらに目
が疲れやすくなります。ほかにも、エアコン、コンタクトレンズ、加齢などが原因となり、
目がかすんだり見えにくくなることがあります。

そのままにしておくと、目の表面だけでなく角膜や結膜の健康が損な
われる可能性があります。「たかが疲れ目」とあなどらず、目薬をさすなど
早めにケアしましょう。



「目薬(点眼薬)」点眼時の注意!

- 利用時には**手をよく洗いましょう**。キャップは清潔な場所に置くなど、**容器の清潔さ**
も保つよう心がけましょう。
- 点眼の際には**容器の先をまつ毛や皮膚につけないよう**気をつけましょう。そこから
雑菌が入ることで、目薬全体が汚染されてしまいます。
- **目薬は、1滴で十分**です。一度に目が吸収できる**目薬の量は限られている**ので、たく
さんさしてもプラスの効果はありません。逆にあふれたものは皮膚炎など副作用の
原因になります。
- **2種類以上の目薬を使う人は、1種類使うごとに最低5~10分は間隔をあけてください**。
間隔をあけないと前の目薬が押し出されてしまい、効果が薄れてしまいます。
- 開封前は容器に記載してある期限まで使えますが、開封後は**なるべく早く使いきって**
ください。
- 冷蔵庫で保管する人がいますが、目薬の中には冷蔵庫に入れてはいけないものもあ
ります。特別指示がないものは室内(冷暗所)で保管してください。

点眼が苦手な人に

お子様の場合はひざ枕で上向きに寝か
せ、下まぶたを引っ張って「**あっかんべー**」を
したところで**下まぶたに1滴**たらしませます。容器
の先が視界に入らないので、怖くて目を
つむってしまうことがなくなります。大人も同
様ですが、どうしても苦手な人は**点眼補助具**
がありますので利用するとよいでしょう。

失敗しにくい点眼方法



①下まぶたを引く ②下まぶたに点眼剤を入れる

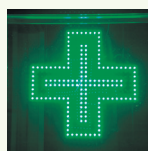
はい、お答えします!

Q. よく薬の箱の注意事項に**運転はしないでください**と書いてありま
すが、なぜでしょうか? **眠くなるからでしょうか?** (上田市 30代 女性)

A. 薬によっては**眠気**が出てしまうことなどもあります。もし**眠気**を自覚して
いなくても、**集中力**や**判断力**の低下を招く危険があるので**注意事項**と
して記載されています。詳しくは、かかりつけ薬剤師・薬局におたずねください。

このコーナーでは毎月、読者の方からの質問に薬剤師がお答えします。
お薬に対する素朴な疑問、質問、なんでもお寄せください。

宛先
ハガキ 〒386-0012 上田市中央6-3-41
週刊うえだ「はい、お答えします!」係
メール weekly-ueda@po3.ueda.ne.jp
FAX 0268-22-6201



上田薬剤師会
「認定基準薬局」の目印、
グリーンクロス看板

かかりつけ薬剤師・薬局
に、何でもお気軽にご
相談ください!

