



薬剤師の

ちょっと薬に立つお話

上田薬剤師会 発

YAKUNI
TATSU
OHANASHI
VOL.142

Vol.142

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!

お盆

TOPICS

休日 お薬のことで
夜間 困らないように…

今年のカレンダーは連休
が長いお盆休み。お休み期
間中にお薬のことで困らな
いよう、今から準備をしてお
きましょう。

2025年8月						
日	月	火	水	木	金	土
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23

「いつもの薬」がなくなる前に!

慢性の疾患などで定期的にお薬をもらっている人は、お盆中のお薬が
間に合うかどうか今のうちにチェックしておきましょう。カレンダーを確認し、お薬の終わりがお盆にかかりそうな場合や不足しそうな場合は、計
画的に早めに医療機関を受診しましょう。

おくすり手帳は持ち歩きましょう!

夏休みでお出かけの際にも、おくすり手帳やマイナンバー
カードを持っていきましょう。出かけた先でもしも具合が悪く
なったり、病気やけがをして医療機関を受診した場合にも、ふ
だん飲んでいる薬やこれまでの副作用歴などの記録があると、対応がスムーズです!



もしも、お薬のことで困ったら?

まずは、ご自分の「かかりつけ薬剤師・薬局」へ連絡を!

これまでのお薬の履歴やアレルギー歴など、あなたの健康に詳し
い「かかりつけ薬剤師・薬局」は、いざというときに
相談しても的確な対処法を教えてください。日ごろからぜひ「かかりつけ薬剤師・薬局」をつ
くっておきましょう。



休日に「かかりつけ薬剤師・薬局」に連絡がつかない場合は?

お近くの「休日当番薬局」へ!

上田市・東御市・小県郡を4つのブロックに分け、1ブロックにつ
き1薬局、上田薬剤師会の会員薬局が当番制で開局しています
(9:00~19:00)。休日に緊急医を受診して処方せんの調剤が必要な際
など、ご利用ください。

休日当番薬局は「週刊うえだ」に毎週掲載されてい
るほか、上田薬剤師会のホームページでもご確認い
ただけます。

<https://www.uedayaku.org/>



夜間に「かかりつけ薬剤師・薬局」に連絡がつかない場合は?

「夜間受付電話」へ! ☎0268-21-0660 (19:00~翌朝7:00)

夜間の急な対応も、上田薬剤師会の会員薬局が当
番制で担当しています。夜間当番医の処方せん調剤の
ほか、患者さんの行きやすい薬局を探したり、薬に関
する電話相談を受けたりしています。



おしらせ

第39回 上田薬剤師会主催
薬草ハーブに親しむ会



毎年ご好評いただいている
「薬草ハーブに親しむ会」。
標高1400mのさわやかな高原で
約40種類のハーブと100種類の薬草が
今年も皆さまをお待ちしています!

参加者
募集

8月3日(日) 9:30~13:30 (雨天中止)

参加費無料

会場 長野県菅平薬草栽培試験地
(上田市真田町長十の原1278-624)

申込 不要 当日会場にお越しください!

内容 薬草オリエンテーション
ラベンダースティック・
匂い袋作り教室



ご注意・お願い

- ★ 薬草の採取は出来ませんので、移植ゴテ、胴乱などのお持込みはご遠慮ください。
- ★ 山歩きの出来る服装でご参加ください。
- ★ 周辺に自動販売機等ありませんので、飲み物等は各自ご持参ください。
- ★ ゴミは各自お持ち帰りください。
- ★ 駐車場のスペースが限られているため、なるべく乗り合わせてお越しください。
- ★ 当日、天候などにより中止となる場合、下記代表電話にてアナウンスを行います。
お問合せ:0268-22-6130

クーリングシェルター ご利用ください!

クーリングシェルター(指定暑熱避難施設)とは?

2024年の気候変動適応法改正により、気温が上がってより深刻な健康被害が予
想される場合に、現在の「熱中症警戒アラート」よりも1段上の「熱中症特別警戒
アラート」が発表されます。

上田市は、「熱中症特別警戒アラート」が発表さ
れた場合に「クーリングシェルター(指定暑熱避難施設)」
として一般に開放する、全68カ所の施設を指定しま
した。

上田薬剤師会では以下の会員薬局が指定施設
に入っていますので、アラートが出た際に、よろし
かったら避難所としてお使いください。



【上田市クーリングシェルター指定】の

上田薬剤師会 会員薬局

※令和7年度の運用期間:4月23日(水曜日)~10月22日(水曜日)

- | | | |
|---|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> ● いう薬局 ● 上田薬剤師会会館薬局 ● イジマ薬局 ● 木町薬局 ● あい薬局 ● カワイ薬局 ● 召田薬局 ● ひかり薬局 ● せき薬局 | <ul style="list-style-type: none"> ● 山浦堂薬局 ● コウズケヤ薬局中央 ● コウズケヤ薬局豊里 ● 神畑薬局 ● 大津賀薬局 ● 神科薬局 ● 関薬局 ● サラダ薬局 ● ノリ薬局本店 | <ul style="list-style-type: none"> ● ノリ薬局たけし ● かわにしノリ薬局 ● あきわノリ薬局 ● 上田西ノリ薬局 ● 昭和薬局 ● 中村薬局 ● イオンスタイル上田店 |
|---|--|---|

ただし、各施設の受け入れ
可能人数には限りがあります
のでご了承ください

お問い合わせ 上田市危機管理防災課
Tel:0268-21-0123

クーリングシェルター
全68カ所の詳細はこちら



◀ 上田薬剤師会「認定基準薬局」の目印、グリーンクロス看板

健康・お薬に関するお悩みごと・お困りごとは何でも、「かかりつけ薬剤師・薬局」に、お気軽にご相談ください!

