



株式会社 ファルマ

弘前市北横町 19-1

Tel 0172-37-6016(代)

発行：編集委員会

印刷：小野印刷

■ 第 190 号 ■

原爆の恐ろしさ

ファルマ弘前薬局 薬剤師 外崎 佳奈

8月3日(土)から6日(火)にかけて広島県で行われた原水爆禁止世界大会に参加しました。4日の開会式から6日の閉会式まで原爆や戦争、平和といった内容について様々な視点から考える機会になりました。

初日には平和記念資料館を見学し、原爆当時の写真や資料などを多く見て、原爆被害の悲惨さと今も世界に広がっている核兵器の恐ろしさを感じました。原爆の被害はおもに爆発の衝撃波と熱線、その後の放射線の3つであり、それによって広範囲のやけどや脱毛、白血病などさまざまな健康への影響

があることを知りました。また、原爆により両親や家族を失い、孤児となった子どもたちの中に、広島駅の前で路上生活を送る子や靴磨きで生活を繋いでいた子がいたことは、今まで全く考えが及ばなかった部分で衝撃を受けました。本人の健康被害のほかにも一度に家族を失ったこと、これから一人で生活を送らなければいけないことの精神的負担があったことを考えると、とても苦しく感じました。他にも原爆病の認定を受けられなかった被害者が周囲の症状への理解が得られず、精神障害者のレッテルを貼られ苦しんだこ

となどを知り、直接的な爆発の被害の他にも様々な被害の形があることがわかり、改めて核兵器は使われてはいけないうものだと痛感しました。

2日目にはガイドさんの説明を聞きながら平和公園と周囲の原爆関連施設を見学しました。お話の中で、当時監視員は爆撃機が近づいてきているのは見えていたが、警報を出すために上官の指示を待っている間に原爆が投下されてしまい、防空壕に避難できずに被害を受けた市民が多いとのこと、

悔しそうな様子で語られていたのが印象的でした。爆心地から460mの距離にある袋町小学校では被爆直後から救護所として利用され、壁面には消息などを知らせる伝言が多く残されていたそうです。現在もその伝言を見ることで、当時の避難の様子や家族を必死に探す様子が伝わってきました。

世界大会では各地の草根運動についての報告があり、平和を守るために様々な取り組みがなされていることを知りました。私も身近なことからでも

被爆国として

ファルマ弘前薬局 主任補佐 村上 昌

8月2日(金) 19時より長久啓太氏による「ヒロシマ・ナガサキ被爆の真相 核兵器の非人道性」の学習会がファルマ弘前薬局と本社会議室で行われました。8月は原水爆禁止世界大会があることもあり、全国から大勢の参加がありました。ファルマからも25名の参加がありました。

時の被爆者の方の声を交えて分かりやすく教えていただきました。今年度はファルマ弘前薬局の外崎薬剤師が世界大会に参加するというのもあり、ファルマでも大勢の方が被爆について学習しました。核兵器を使用された国は日本しかありません。被爆国として、率先して核兵器反対を推進していくべき日本が、アメリカに賛同し核兵器を振りかざすのをよしとしてい

ます。この勉強会を通して、一人一人の人間が核兵器による痛みや苦しみを知り、国民全員がきちんと声を上げていくことが重要であると感じました。

関心をもって平和を意識していきたいと思いました。今回8月6日に広島で原水爆禁止世界大会と平和祈念式典に参加できた

ことは私の中で大きな意味がありました。今回学んだことを周りにも共有し、みんなが平和を考えるきっかけにしていきたいと思えます。



みんなの思いと共に千羽鶴を届けてきました！

2024 WORLD CONFERENCE AGAINST ASH BOMBS 原水爆禁止 2024年世界大会

被爆者とともに、核兵器のない平和で公正な世界を、人類と地球の未来のために



青森から一緒に行った仲間たちと会場にて記念撮影

原爆は何故広島・長崎に落とされたのか、どういう人たちが狙って落とされたのかなどや、原爆投下によりどのような被害や現場があったのか、核兵器を使用された後の惨状についてなど、絵や当

本社会議室で講師の長久さんの話を聞き学びました



本社会議室で講師の長久さんの話を聞き学びました

写真紹介

7/30 原水禁世界大会弘前地区合同壮行会

7月30日(火) 健生病院会議棟で「原水爆禁止世界大会弘前地区合同壮行会」が開催されました。今年度は広島で開催される世界大会に、参加してくれたのはファルマ弘前薬局の外崎薬剤師です。千羽鶴に込めた職員の想いも一緒に広島に届けてくれました。



たくさんの職員に見守られながら壮行式に参加しました

大間に原発反対の声をひびかせる

藤代薬局 薬剤師 水木 啓介

7月21日(日)「第16回大間原発反対現地集会」に参加しました。前日にもイベントがあり、延べ約340名の参加者が集まったそうです。

早朝からの出発で現地到着はお昼時、片道約4時間半の長距離移動でした。到着時にはリレートークが行われており、「危険なフルMOX原発は必要ない」、「核のゴミで下北の自然を汚すことは許されない」等の声が挙げられていました。また、原発

建設反対のみならず、むつ市の使用済み核燃料中間貯蔵事業や六ヶ所村の核燃料サイクル事業、各地の原発再稼働等についても反対の声が挙げられていました。

その後のデモ行進では、私たちは恒例の「マグロ」を背負い、横断幕を広げて原発反対をアピールしました。

でも「マグロ」は一際目立っていたようで、他の参加者から声をかけられたり写真撮影をされたりと、かなり好評でした。なんでも県外のある参加者は毎年この「マグロ」を撮影して記事にしてくれているのだとか。

このイベントを通して、コストも危険性も高く環境破壊につながりかねない原発に反対の声を挙げることの重要性を改めて感じました。



暑い中、大間の街を行進しアピールしました



大間マグロを背負って現地集会に参加しました

平和を守るために行動したい

ファルマ弘前薬局 中西 茉季

7月3日(水)に全日本民医連「憲法・平和を守るイチオシのとりくみ交流会」にオンラインで参加しました。

増田会長より憲法は堅苦しいイメージですが、今回は交流会なので楽しみながら参加してほしいという開会挨拶から始まりました。

山添参議院議員からは防衛費の増額や敵基地攻撃能力の保有に税金を使わないという情勢の報告がありました。

憲法改悪に反対し、9条を守り、国民の平和を守るために行動していきたいと思いたい。その後各地のとりくみ紹介と交流の第1部では、各事業所での署名活動の内容や、取り組みについて、第2部では、富山民医連平和委員会の活動報告と辺野古支援連帯行動へ参加した方の感想と報告でした。



各地の取り組みの報告を聴いている様子

写真紹介

7/25 ファルマーツ谷薬局健康教室

7月25日(木)ファルマ ーツ谷薬局で健康教室が開催されました。安田薬剤師による「便秘のおはなし」や薬局で販売しているお菓子の試食会などを行い、とても盛り上がりました。



安田薬剤師の話を熱心に聴いている参加者のみなさん

8/1 ファルマ弘前薬局健康教室

8月1日(木)ファルマ弘前薬局で健康教室が開催されました。薬剤師による健康についてのお話や健康チェック、人気お菓子の詰合せプレゼントなどの催しがあり、22名の方々にご参加いただきました。



たくさんの方が参加し講義も好評でした

8/1 ファルマ浪岡薬局健康教室

8月1日(木)ファルマ浪岡薬局で健康教室が開催されました。テーマは「紫外線対策・日焼け止め」についてで、今回は実務実習生の館山さんが講義をしてくれました。



参加者にやさしく話しかける館山さん

能登半島地震の現場から 原発ゼロの日本を

7月13日(土) 弘前文化センターで開催された核燃・だまつちやおられん津軽の会市民講座に参加しました。講師は能登半島地震被災者共同支援センター(前衆議院議員)の藤野保史さん、内容は表題の通り、能登半島地震の当時の状況と現在の状況を、現場の写真等を交えてお話ししてくださいました。



講師の藤野氏へ質問をしている高松相談役(右)

7月13日(土) 弘前文化センターで開催された核燃・だまつちやおられん津軽の会市民講座に参加しました。講師は能登半島地震被災者共同支援センター(前衆議院議員)の藤野保史さん、内容は表題の通り、能登半島地震の当時の状況と現在の状況を、現場の写真等を交えてお話ししてくださいました。

私が印象に残ったのは、地震が発生した当時、志賀原発で起こっていたことが、ほとんど報道されていないことです。何かはあるだろうとは思って

いました。

私がお金がかかると思っています。こういふ所に私たちが納めている税金を使ってほしいものです。

本部 課長 鈴木 健仁

薬剤師を目指して

青森大学薬学部 5年 館山 菜月

5月20日から8月2日まで、ファルマ浪岡薬局で実習をさせていただきました。

最初はわからないことばかりで、不安や焦りを感じることがありました。しかし、皆さんに優しくご指導をいただき、次第にできることが増え、毎日楽しく感じるようになりました。

多職種との交流や健康教室等へ積極的に参加させていただきました。また、黒石薬局の皆さん、ファルマ浪岡薬局の皆さんをはじめ、患者様に服薬指導中の館山さん



患者様に服薬指導中の館山さん

実践を通して学ぶ楽しさを感じた実務実習

青森大学薬学部 5年 村上 叶

実習の初めは学校でやってきたピッキングも実際に患者様に渡るとかと思うと緊張して何度もお薬の名前や規格、錠数を確認してしまい、とても時間がかかっていました。今ではお薬の場所や規格の場所も大体は把握できるようになりました。

実習で私が一番苦労したことは、服薬指導だと感じています。最初は聞き取りというよりもお薬の説明をするのに必死でいまして、今ではこの薬が出てくるから

こんなことを聞いてみよとか患者様の副作用で困っていることを相談されたら、ある程度はアドバイスや注意していただきたい点など説明できるようにになりました。

服薬指導が一番苦労しましたが、同時に私が一番好きな業務でもありました。何回服薬指導をしても毎回反省点が見つかり服薬指導をするたびに知識が増えていく感覚があり、とても楽しい時間だと感じていました。

これからも薬剤師の仕事の楽しさをたくさん見つけていきたい



健康教室の参加者に測定結果を説明する村上さん(左)

いと考えています。

ファルマ弘前薬局の皆さん、実習を受けてくださり本当にありがとうございました。また、熱心にご指導してくださった指導薬剤師、先輩薬剤師の皆さん、事務、助手の皆さん大変お世話になりました。ご指導いただきありがとうございました。

写真紹介

7/4 モトマチカフェへ出前講座

7月4日(木) 社会福祉法人緑風会主催の出前講座が「お薬・認知症の話」をテーマに平川市のサービス付き高齢者向け住宅ホワイトハウスで開催されました。講師は黒石薬局の大川薬局長で、薬の保管方法や認知症予防のおすすめ食品(ポリフェノール)などについての講義を行いました。



参加者のみなさんと対話しながら講義をしました

7/12 ニコニコサロンへ出前講座

7月12日(金) 東部地域包括支援センター主催の出前講座が「認知症の薬とつきあい方」をテーマに東部児童センターで開催されました。講師は取締役薬剤部長でファルマ弘前薬局の相馬薬局長で、皆さんお薬手帳を持参していたので自分の薬についての質問があり、とても盛り上がりしました。



質問に答えながら講義を行いました

7/18 青森市地域包括支援センター浪岡の出前講座

7月18日(木) 青森市地域包括支援センター浪岡主催の出前講座が「熱中症・脱水・水分補給・認知症とお薬について」をテーマに青森市浪岡総合保健福祉センターで開催されました。講師はファルマ浪岡薬局の雪田主任補佐で、「とても身近なテーマで聴きやすかった」「普段の生活を振り返ることができた」などの感想がありました。



熱心に説明中の雪田薬剤師

ブラックシートPOP学習会感想

7月31日(水)ファルマ弘前薬局会議室を会場にOTCプロジェクト委員会主催のブラックシートPOP学習会を開催しました。社外のPOP講習会に参加した黒石薬局の津川さんとファルマ一ツ谷薬局の安田薬剤師が講師を務め、角ペンでカタカナや数字を書くコツを教えていただきました。最後は各自レイアウトを考えたポップを作成しました!

★参加者の感想をご紹介します♪
す!!もう少し深く学びたいと思いました。
★今回学んだ書体を教わってみたいと思っていたので、とても良い機会でした。
★手首の使い方がすごく勉強になりました。いざ自分でやると難しかったです。
★すごく皆さん上手でした。職場のポップに活かしたいです。
★同じ職場の人がいなくて不安でしたが、話しながらみんな楽しくできたので、とても良かったです。



実際にマーカーを使い練習をしながら学びました

3才のわたし

ファルマ弘前薬局 乗田 沙緒莉

あまり記憶はないのですが、3才くらいのわたしは好奇心旺盛で目を離すとんでもないことをよくしている子どもでした。怪我をすることも多かったのですが、あまりにも突拍子もないことをするので、よく怒られていた記憶が強く残っています。

ある冬には、自宅で石油ストーブをつけている時に、近くで温まっていた私は、突然何を思ったのか両手をストーブにつけて、両方の手のひらを大やけどしました。その時の両親の咄嗟の処置がよかったおかげで、やけどの痕は一つも残らずにすみ感謝しています。

ある夏には、一人で自宅の近くを遊んでいることが多かったようで、少し高くなった縁石の上を歩いて遊んでいる時に、足を踏み外して顔を打ち、歯が折れ血まみれになったことや、道路を歩いていた毛虫を見て素手で捕まえ、全身にじんましんが出たことがありました。

ある秋には、隣の家の友達と一緒に自宅の庭にあった石油タンクのホースに乗ったりぶんぶんと振り回して遊んだり、あげくのほたにはホースを壊して二人とも全身が油まみれになり、洗い落とすのが大変だったようです。

今では、マッチで火をつける時もビクビクしてしまいますし、虫は大嫌いのできるのなら触りたくないし見つけるたびにびっくりしてしまいますので、思い出してみると当時はすごいことをしていたなと思います。



たくさんのぬいぐるみに囲まれています

6月17日より藤代薬局で研修させていただいております



ファルマ一ツ谷薬局 木村 彩音

新入職員紹介

うまれました

5月30日にファルマ浪岡薬局の高橋薬局長に元気な女の子(凧音ちゃん)がうまれました。おめでとうございます。



笑顔いっぱいでお過ごせますように♡

まず、木村彩音と申します。研修終了後はファルマ一ツ谷薬局に配属となります。患者様とのふれあいを大切にしていて、より地域に密着した薬局であることに魅力を感じ志望いたしました。調剤薬局事務は未経験のため覚えることがたくさんありますが、先輩方に優しく

く丁寧に指導していただきとても感謝しています。早く仕事を覚え、患者様が安心して利用していただける薬局づくりに貢献できるように頑張っていきたいと思っております。どうぞよろしくお願いいたします。

写真紹介

7/20 西北健康まつり

7月20日(土)つがる市生涯学習交流センター松の館で「西北健康まつり」が5年ぶりに開催され、ファルマ一ツ谷薬局職員が参加しました。多くの方に健康食品の販売や骨密度測定などを行いました。



会場にてOTC商品の販売をしました

7/27 第78回憲法9条守れ、戦争法廃止!集会パレード

7月27日(土)弘前駅前りんご広場にて「第78回憲法9条守れ、戦争法廃止!集会とパレード」が行われました。雨の為パレードは中止となりましたが、ファルマから3名が参加しました。



雨が降る中、駅前では集会に参加しました

8/1 ファルマ弘前薬局防火訓練

8月1日(木)ファルマ弘前薬局で防火訓練を行いました。2階倉庫からの出火を想定し、誘導班・消化班など役割の確認や水消火器の取扱いについて学びました。



水消火器で訓練中

8/3 高校生1日体験

8月3日(土)ファルマ弘前薬局で高校生1日体験会が開催されました。参加者は7名で、調剤・監査・投薬までのロールプレイングを行い、薬剤師の仕事について学びました。



軟膏を混ぜてつめる体験をしました