

# 健康料理教室 参加者募集

糖尿病予防を目的に、健康料理教室を次のとおり開催します。

糖尿病予防料理教室は、高血糖が気になる方、糖尿病予防に関心のある方を対象に管理栄養士の考えた献立のもとに調理実習を行います。

実習を通して、楽しみながら普段のお食事を見直してみませんか？



# 糖尿病予防料理教室

場所：保健福祉センター2F 健康教育室・栄養指導室  
日時：7月25日（火） 10時～12時（予定）  
定員：先着16名程度  
（定員になり次第申し込みを締め切ります）

費用：材料費 400円

持ち物：エプロン・三角巾・マスク・お手拭き・筆記用具

申込み期間：7月3日（月）～7月14日（金） 8時30分～17時  
※新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、室内の常時換気を行います。

当日は検温のご協力、マスクのご着用をお願いいたします。

体調に不安がある方は、参加をお控えください。

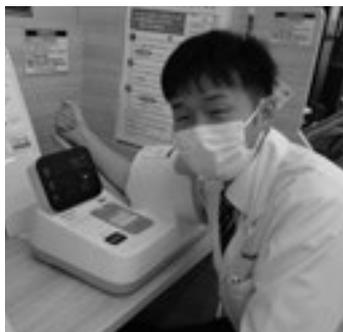
また、状況により料理教室を中止する場合がございます。

申込先：保険福祉課 TEL 377-5659

# 上手に使おう ドラッグストア

町では、皆様に安心してお薬を使用してもらうために、昨年度から四日市薬剤師会と協力して様々なお薬情報をお伝えしています。今年度の1回目は“ドラッグストアの利用方法”としてドラッグストア常駐薬剤師からのお話です。

## ドラッグストア薬剤師に話を聞いてみよう



四日市薬剤師会  
薬剤師 大森理彦

近年増加しているドラッグストア。

ドラッグストアは医薬品のみならず、食品品、日用品、化粧品など取り揃えており非常に便利なお店です。

日曜日や夜に体調不良で困った経験はありませんか？その時にも、営業を行なっていることが多いです。そんなドラッグストアに薬剤師、登録販売者が在席している店舗があることをご存知ですか？

現在服用している薬と市販薬やサプリメントの飲み合わせに不安を感じたことはありませんか？

先んじてお医者さんにご相談しておくことが一番ですが、急なことで相談できない場面もあると思います。

風邪薬1つ取っても、服用中の薬の成分と重なることにより副作用が強くなること、持病を悪化させてしまうこと、薬の効き目が悪くなってしまうこともあります。安易に市販薬やサプリメントを選ぶことがないように注意が必要です。

様々な背景をお伺いさせていただき、お困りの症状は市販薬で対応できるか、お選びいただいたサプリメントの服用は適切か、病院への受診が必要かアドバイスさせていただきます。お薬手帳があればより正確な飲み合わせの判断、相互作用（飲み合わせが良くないこと）による不利益の回避ができます。少しでも気になればお気軽にお声をかけていただき、ご自身の健康保持にお役立てください。



# 矯正相談 受付中

※自由診療です

- 大人の矯正 約30～50万円程度
- 子供の矯正 約5万円程度からご提案（床矯正 片顎10万円程度）

みんな人はずいぶん一度相談ください

院長 原田 聡

50代の方も活躍できます！  
Wワーク（他業種）可能！！  
土曜日でもできる方歓迎！！

**歯科衛生士  
（パート）募集**

※時間・勤務日数は面談にて  
まずはお気軽にお問い合わせください  
☎0594-27-5454

診療日	月	火	水	木	金	土	日
午前 9:00～13:30	○	○	×	○	○	○	×
午後 15:00～18:30	○	○	×	○	13:00-17:30	○	×

桑はらだ歯科クリニック  
桑名市新西方7-22イオンタウン桑名新西方内 ●休診 水曜・日曜・祝日

お気軽に、お電話ください ☎0594-27-5454

<休診日>  
水曜・日曜  
祝日

有料広告掲載欄