

健康アドバイス

薬の正しい使い方

総合保健センター健康増進係・TEL229・4121

セルフメディケーションという言葉。薬を聞いたことがあると思います。健康や医療に関する情報・知識を駆使して、病気の予防・治療にみずからの判断で対処することです。

身近な薬局・薬店で、気軽に購入でき、症状を自分自身で緩和することができる市販薬は、とても便利です。皆さんは、自分に合った薬をどのように選んでいますか。

薬には、病気を治す主作用とそれ以外の副作用があります。例えば、鼻炎の薬は、くしゃみ・鼻水・鼻づまりを緩和しますが、眠気・けん怠



感・口が渇くなどといった副作用があります。ごくまれにですが、未知の副作用が出現することもあります。その発現には、体質・体調などさまざまな要因があげられます。そして、昨今、医療用医薬品や急速に需要の増えている健康食品との相互作用も問題になってい

ます。肝臓・腎臓の機能の弱い人、アレルギー体質の人、乳幼児や高齢者は、副作用が起りやすいので、薬を購入するときは、必ず薬剤師に相談しましょう。また、市販薬でも「お薬手帳」に記入してもらって、注意すべき点、相互作用など十分なアドバイスを受けてください。薬剤師は、セルフメディケーションを支援する役割を担っています。普段から、気軽に相談できる「かかりつけ薬局」を決めておくことをお勧めします。

この原稿は、ナイス薬局・須田弘子さんから頂きました。
*ふりがなは広聴広報課で付けました。

消費生活レポート 131

資格講座の次々販売による被害

事例

資格講座の案内資料を請求したところ勧誘の電話があり、「仕事を紹介するから」と言われて、教材を契約した。その後、「他社から紹介された」と別会社から関連講座の勧誘があり、その講座も契約した。どちらの講座も終了せず、仕事の紹介もなかったがそのままにしていたところ、「以前の講座を終了していないので、解約するにしても継続するにしても新たに料金がかかる」と言われた。だまされたのではないか。

このような、資格講座・受験講座申込者に対する、次々販売や、二次被害が報告されています。

消費者へのアドバイス

- ①複数の会社から勧誘の電話がかかってくるのは、個人情報が出てしまっているということも考えられます。個人情報保護法が制定されましたが、各人で自己防衛の意識を持つことが重要です。
- ②資格取得まで契約が終了しないというのは偽りで、新たな契約を申し込ませようとしているのかもしれませんが、勧誘の電話がかかってくる時も、その場で返事をせず、よく考えましょう。また、資格講座等を受講した場合、完了・未完了にかかわらず、契約書は保存しておきましょう。勧誘にあった際に、会社名や契約内容を照らし合わせて、被害を避けることができます。契約はくれぐれも慎重にしましょう。

* * *

消費生活相談

生活情報センターおよび市民相談室分室で行っています。日時等、詳しくは毎月25日発行の広報川越・市民相談案内をご覧ください。

問い合わせ…生活情報センター（脇田町105・アトレ6階）・TEL226-7066

交通事故のないまちに

総合交通政策課交通安全指導係
TEL224・8811内線3265

二十歳に贈るセーフティー・メッセージ

成人おめでとうございます。成人式を迎えた皆さんの心は今、希望にあふれ、晴れやかな気持ちでみなぎっていることでしょう。そんな皆さんに気を付けてほしいのが、交通事故。毎年多くの方が命を落としたり、けがをしたりしています。

「自分には無縁」と、思いがちかもしれませんが、でも、十六歳から二十四歳のドライバーの約五十人に一人が交通事故で死傷しているという統計があります。

「自分は大丈夫」「自分が交通事故を起こすことなど決していない」など、心のどこかに、そんな油断が潜んでいませんか？

交通事故から身を守るためには、ルールを守るのももちろん、他人を思いやり、心に余裕を持って車を運転することが大切です。そして、「交通事故を起こさないように、気を付けよう」という気持ちを常に持つことです。成人になると権利を得る代わりに、義務や責任を持つこととなります。この機会に、みずからの交通安全の意識と知識・マナーを見直してみてください。

今、私たちの生活は、車と切り離しては成り立ちません。皆さんの輝かしい未来を失うことのないよう、安全運転を心がけましょう。

みんなの作文

楽しかった今成っ子まつり

今成小学校六年 助廣有紀

私の学校では毎年十一月に、各クラスでお店を考え出す「今成っ子まつり」という行事があります。代表委員会でお店回りや宣伝の約束について話し合い、そしてお店の数やろう下やけい示板にはるポスターの数を決めます。その後、クラスでお店の内容やそのお店での係を決め、準備に取りかかります。お店が他のクラスと同じになる時もあるけど、クラスによって景品（手作りの物）やルールが違うのでおもしろいです。毎年、人気があるのは「おばけ屋しき」と「迷路」

です。その他にも新しいお店が人気を集めます。私のクラスでは「ブラックボックス」と「おばけ屋しき」をやりました。私は「おばけ屋しき」を担当しました。準備が間に合わなくて放課後残ることあつて大変でした。でも当日、たくさん保護者や地域の方が来てくれて、とてもうれしかったです。前半、後半で交代してお店回りをします。友達と回つたら、体を動かすお店やクイズのお店などいろいろなお店がありました。一年生は初めてなので出店せず、お客さんとしてお店回りをします。今回は校庭で「P・K」や「バッティング」もありました。どこのお店も一年生から六年生まで楽しんでとても良かったです。

この「今成っ子まつり」が今成小学校の伝統行事としていつまでも残っていればいいなと思います。
*ふりがなは広聴広報課で付けました。



短歌

四元仰・選

晴れた日の地に見つかるはなごり雪かがやきを得てやがて消えゆく
退院の決まりし患者いつもとは仕草も声も裏返っており
かつてわが住みたる家のこぼたる庭に満天星の朱は極まる
単調に過ぎゆく日々をよしとせん朝毎肩に湿布貼りつつ
ぬばたまの夜の狭間の露天風呂尾根照らしつつ月のぼり来ぬ

俳句

石川俊一・選

石路や雪袴の母のセピア色
幸せや障子に差せる日の匂ひ
合併で消ゆる村の名冬桜
極月や沼舟二隻繋がるる
石路のいろ極め野に落つ夕日かな

川柳

小川正夫・選

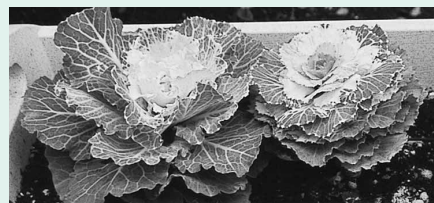
町内にいなけりや困る祭り馬鹿
孫からのメールだんだん絵文字ふえ
振袖の茶髪美人にふりかえる
引く事も覚え人間丸くなる
お茶請けも控え目にする冬太り

清水久枝(通町)
星野ちる(吉田)
長岡敏夫(笠幡)
田中清子(田町)
足立政義(並木)

小野健次(喜多町)
岩永一太郎(上戸新町)
柳和弘(笠幡)
本間四郎(旭町三丁目)
鈴木達夫(通町)

おしゃべり倶楽部 201 植物あらかると

ハボタン



冬真ただ中で花の少ない、この時期。まちに彩りを加えてくれるのが、ハボタンです。川越駅東口のペデストリアンデッキや学校の花壇、住宅の庭先など、いろいろな場所で見かけます。10月下旬ころから寒くなるにしたがって、緑色だった葉が中心部から赤・ピンク・黄色に変化していき、私たちの目を楽しませてくれます。

ハボタンはキャベツを観賞用に改良したもので、原産地はヨーロッパ。日本へは、江戸時代中期に伝来したといわれています。国内でも改良を加え、当初は丸かった葉から、縮れた葉や切れ込みが入った葉なども見られるようになりました。

葉を花に見立て、その名が付いたハボタン。本物の花は菜の花に似ていて、4月に咲きます。

応募方法（4月掲載分は2月28日(火)必着）

- 短歌部門＝当季雑詠3首まで、俳句部門＝当季雑詠2句まで、川柳部門＝雑詠3句まで
- 市内在住・未発表・創作のもの・かい書で明記・すべての漢字にふりがなを付ける・作品の返却なし・掲載時に選者が手を加える場合あり
- ハガキに部門・作品・住所・氏名（ふりがな）・年齢・電話番号を明記し、〒350-8601川越市役所広聴広報課

山本泰寛(藤原町)
永倉常一郎(松江町一丁目)
加島一子(幸町)
大久保ふく(下広谷)
石井くら(的場)