

- 『子ども料理教室』が開催されました
- 『リフィル処方箋』をご存知ですか？

●東日暮里子ども食堂で子ども料理教室が開催されました。

『東日暮里子ども食堂』は、あらかわ子ども応援ネットワークや、ふれあい絆・活サロンにも登録されており、子どもはもちろん多世代に向けても、食事の提供などで支援活動をされています。今回、多世代交流自主企画として『子ども料理教室』が開催されました。子ども食堂での新しい取り組みの様子について、東日暮里子ども食堂の井上皆子さまにお話をいただきました。

子ども料理教室を開催したきっかけや目的は、地域の子どものために、自立して食事を作る力を身につけることが望ましいと思ったからです。簡単な料理を作る体験をしてもらうために「どんなメニューが食べたいか」のアンケートを昨年末から年始に実施しました。アンケートは「おにぎり」と答えた人が多くて意外でした！参加費は、子どもは無料、大人は200円です。（おみそ汁無料提供）



スタッフ・栄養士さんにサポートしてもらい、おにぎり作りにトライ！おにぎりの具材はツナマヨと塩昆布でした！お母さん、おばあちゃん達も参加できて良かったです♪



皆さん、おにぎり作りを楽しんでいたようで、次回はいつかと聞かれて期待されているようで嬉しかったです♪デザート（クレープ、ホットケーキ等）のメニュー希望もありました！

子ども食堂で食事の提供もされながら、多世代の地域の方のニーズにも寄り添う支援もしてくださり、ありがとうございます！さらなるご活躍を応援しております。

●『リフィル処方箋』をご存知ですか？

薬剤師さんに聞きました！



【Aさん】

お薬を貰いに行くのにも、この暑さじゃ大変で…
いつも同じ薬で安定してるって先生にも言われてるんだけど、
テレビで言ってた『リフィル処方箋』って私も使えるんですか？

この暑さだと通院も大変ですもんね。
Aさんは血圧など安定されていらっしゃるので、『リフィル処
方箋』についてお伝えしますね。



【薬剤師】

「お薬をもらうたびに、毎回病院に行くのが大変…」という声を耳にすることがあります。
そんな方に役立つのが『リフィル処方箋』という制度です。

リフィル処方箋とは？

リフィル(refill)とは日本語で“詰め替え”を意味します。

医師の判断により、薬剤師との適切な連携の下、一定期間内に最大3回まで反復利用
できる処方箋のことで、高血圧や脂質異常症などの慢性疾患に適しています。

症状が安定しており、一定の要件を満たした患者が対象となります。

※新薬・湿布薬・向精神薬など一部の薬は処方できません。



なるほど、『リフィル処方箋』って便利ですね。

うーん…でも、通院が減るのは楽だけど、医師の診察や検査が減るっていうのは
少し心配だなあ…。

そうですね、心配されるお気持ちもよくわかります。

薬局では、服薬状況や体調の変化を毎回確認し、必要に応じて医師と連携し
ながらサポートもしていますよ。

通院の負担を減らしつつ、安心して治療を続ける一つの選択肢として、ご自身
に合っているかぜひ一度、医師や薬剤師にご相談ください！



薬局でも相談ができるんですね！
それじゃあ、今度通院した時に相談してみます。

情報提供：りんごちゃん薬局 薬剤師 鈴木怜那
荒川区荒川5-11-18-1F / 電話：03-5604-9995
メール：pharmacy.ringo@gmail.com



ご相談やお問い合わせは… **地域福祉コーディネーターへ！**

〒116-0003 荒川区南千住1-13-20

荒川区社会福祉協議会 福祉サービス課 地域福祉支援係

電話：3802-3338 FAX：3891-5290

メール：jigyo@arakawa-shakyo.or.jp