



ID 751376216 (ほのか診察室) 問合せ:市民病院(代表) (TEL.22-2171)

家に薬が残っていませんか？

監修 市民病院 薬局

残薬の現状

医療機関でもらった薬が、気付かないうちに自宅の薬箱に残ってしまったようなことはありませんか？

「飲み残した薬」いわゆる残薬と呼ばれるものは、日本薬剤師会が、75歳以上の在宅医療を受けている患者を対象に行った調査（2007年度）によると、残薬の粗推計金額は年間500億円にのぼると報告されています。

残薬が発生してしまう原因

◆飲み忘れや飲み間違い
残薬が発生してしまう最も多い理由です。

「1日3回飲まなければいけなかった薬を2回しか服用してなかった。」「こんなに多くの薬を飲むと体がおかしくなってしまう。」と自己判断で服用する量を勝手に減らしてしまう。

◆服用時間や服用方法と生活習慣がマッチしない

普段の生活リズムと薬の服用方法が合わない事でつい飲み忘れてしまう。

◆処方医に相談出来ない

飲み忘れてしまった薬の相談を医師に相談すると怒られるのではないかといった心理が発生する。

◆薬の有効期限

薬には必ず有効期限があります。薬にもありますが、製造されて約3年ものものもありますが、これはあくまで適切に管理している中での話です。

例えば自宅の湿気の多い場所や光が直接あたるような所で薬を保管する、薬を二包化（二度に服用する薬を一袋にまとめる）しているような場合は、有効期限よりも早く薬は劣化してしまっています。



残薬が引き起こす問題

残薬を服用する事でどんな問題が起こるでしょうか？

◆例えば

①期限の切れた抗生物質の薬を服用すると、別の病気になるてしまう。

②残っていた薬を自己判断で服用する事で病気の治療が遅れてしまう。

③普段服用している薬の内容が変更しているのにもかかわらず、元々残っていた薬を服用し続けると、体に悪影響を及ぼす可能性も考えられます。

残薬はどうするべきでしょうか？

薬が残ったからといって医療機関や薬局に返金を求めることは出来ません。

同じような病気だからといって周りの人に提供する事も止めましょう。

飲み忘れた薬はかかりつけの



医療機関や薬局に持参していたことで、次回処方される日数を調整出来る場合があります。これはお薬代の負担軽減にも繋がります。

しかし、1年や2年経過している薬に関しては使用期限が不明であれば自己にて廃棄処分するか、医療機関やかかりつけ薬局へ持参してください。

飲み忘れを防止する方法については、かかりつけ薬局の薬剤師などに相談しましょう。

薬はすぐに効果が現われるものもあれば、効果が現われるまでに時間がかかる場合もあります。必ず医師の指示通りに服用しましょう。

万が一、副作用を疑ったら速やかにかかりつけの医師や薬剤師に相談してください。



再発見!



わがまちの文化財・施設紹介

vol
217

問合せ:設楽原歴史資料館(TEL.22-0673)

山県三郎兵衛昌景之碑

天正3年5月21日、織田・徳川連合軍と武田軍による長篠・設楽原の戦いが繰り広げられました。その中で活躍し、散っていった武田軍の武將に山県昌景という人物がいます。

昌景は、武田四天王の一人であり、武田信玄、勝頼の二代に仕えました。通常、武士の鎧は、黒色を使うことが多いですが、昌景とその家臣たちは赤色の鎧兜を身に付けていたことから、「武田の赤備え」と呼ばれ、恐れられていた強い人物でした。

長篠・設楽原の戦いでは、徳川軍の大久保忠世・忠佐兄弟と激突し、押しつ押しされつの攻防を9度繰り返し、苦戦させました。しかし、連合軍の放った銃弾を浴びて命を落としてしまいます。その際、走り寄った家臣の志村又右衛門が、主君の首を切り落とし、故郷である甲州へと持ち帰ったと『甲陽軍鑑』に記されており、その様子が『長藤合戦図屏風』

にも描かれています。一方、『かるたでつづる設楽原古戦場』によると、胴体は「供養をお願いする旨の書状」と短刀「小烏丸」を添えてこの地に残し、戦いが終わった後、それを見つけた村人たちが、気の毒に思い、その遺体を手厚く葬ったのがこの場所とされています。『小烏丸』等は失われてしまいましたが今もこうした逸話と共に地元の方々によって大切に守られています。



▲山県三郎兵衛昌景之碑



考えよう!

ごみの減量

vol
3

問合せ:生活環境課(TEL.23-7629)

不適ごみ

可燃ごみは、週に2回委託業者が収集しています。

収集に行くとき、缶や金属類、粗大ごみなどが市指定ごみ袋に入れられ、可燃ごみの集積場に出されていることがあります。この場合、「警告シール」を貼り、収集しません。これは、不適ごみを出した人に気づいていただき、ルールを守っていただくためです。

一人の人がルールを守らないと、地域の環境が守られません。

一人一人が意識を持ち、適正なごみの分別・ごみ出しを行い、地域の環境美化のご協力をお願いします。

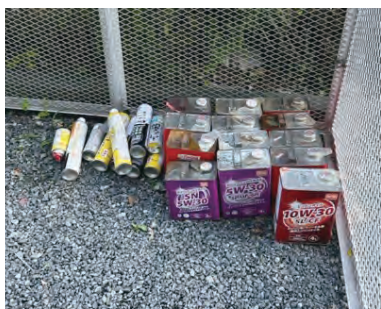
写真は、実際の不適ごみです。



▲警告シール



▲土や堆肥



▲車のオイル



▲空き缶



問合せ:総合政策課(TEL.23-7696)

少子高齢化や都市の経営資源不足は、日本の地方都市が抱える喫緊の課題であり、ゆくゆくは日本全体の課題でもあります。

東京都内在住者を対象とした調査では、約35%の20代の若者が地方移住に関心を持っており、また、約50%の学生が働く場所が自由になった際、東京以外での居住を希望しています。

一方で、地方が抱える「3つの不」(不便・不安・不利)が地方創生を阻害しています。小規模地方都市(5万人以下の1191市町村)は、大規模都市(100万人以上の12市)と比較すると、商業事業率は8分の1、医師の比率と教師の比率は2分の1、自家用車依存率は3.5倍であり、「就業機会」「医療福祉」「教育」「移動手段」の不足が「3つの不」の要因であることが読み取れます。

国は、デジタル田園都市国家構想を掲げ、デジタル活用による地方の「3つの



「不」の解消を推奨しており、様々な社会課題に直面する地方にこそデジタル技術を活用するニーズがあると提唱しています。小規模地方都市である新城市の総合計画に掲げる将来像「つながる力・豊かさ開拓・山の羨しんしろ」に向けた取り組みを一緒に推進できたらと思います。

※デジタル田園都市国家構想基本方針2022(内閣府)から引用

東京二極集中の是正方策について2022(国土交通省)から引用

一部名古屋大学独自調査含む

文責 名古屋大学

未来社会創造機構

特任准教授 吉川正



問合せ:学校給食課(TEL.22-9906)

愛知を食べる
学校給食の日

- ・ごはん
- ・牛乳
- ・トマト麻婆
- ・わかめスープ



6月の新メニュー トマト麻婆のレシピ

〈材料4人分〉

玉ねぎ	1/2玉	○葉ねぎ	1束
切干し大根	12g	○片栗粉	大さじ1
干しいたけ	4g		
にんにく・しょうが	各5g	調味料	
○豚ひき肉	120g	赤みそ	大さじ1.5
ひきわり大豆	50g	砂糖	小さじ1.5
○豆腐	300g	酒	小さじ2
トマト	180g(小2玉)	中華だし	小さじ1.5

〈作り方〉

- ① トマトは角切り、④の食材はみじん切り、豆腐は一口大、葉ねぎは小口切りにする。
- ② フライパンに油(適量)をひき、④の食材と豚ひき肉を炒める。
- ③ 火が通ってきたら、②に調味料と⑤の食材を加え、炒める。
- ④ 火が通ったら、葉ねぎと水溶き片栗粉を加え、とろみがでたら完成。

毎年6月は「食育月間」、毎月19日は「食育の日」として、全国で食育に関する活動が重点的に行われています。

愛知県では、毎年6月19日前後に「愛知を食べる学校給食の日」を設定し、県内それぞれの地域で地元産の食材を使用した給食を実施しています。

とれるトマトが主役の「トマト麻婆」を中心とした献立を提供します。トマトの他にも、新城市産の米、牛乳、葉ねぎ、じゃがいも、たまねぎ、にんにく、愛知県産の油揚げを使用する予定です。

ぜひ、ご家庭でも地場産物を使った料理を楽しんでいただけたらと思います。

スロバキアのノヴェ・ザムキーに
新しく遊び場ができました!



デイビッド・フォークナーさん

スロバキアのノヴェ・ザムキーに街の名前の由来となった城を模したプレイランドが新しくできました。

街の名前の由来となった城は1573～1580年に建てられたルネサンス時代の要塞です。この城は上から見ると六角形の形をしていて、死角を生まない工夫がされています。内部には直角の道路網と中央広場があり、6つの砦があります。この形はノヴェ・ザムキーの市章にも用いられています。今回新しくできたプレイランドは、当時の城の絵を再現し、作ったそうです。

もしかしたら、新しい観光名所になるかもしれませんね。



ニューキャッスル・アライアンス

デイビッドだより

vol
44

問合せ:市民自治推進課(TEL.23-7697)



新しくできたプレイランド▲▶



◀名前の由来となった城の絵

7月の休館日 16日(火)、31日(水)

開館時間 9:00～20:00

新城図書館
ホームページ



新城図書館だより

問合せ:新城図書館(TEL.23-2333 FAX.24-3415)

〈今月のチュウモク本〉

絵本

「オバケや」

とみやす よう こ 富安 陽子／文
すず き 鈴木 のりたけ／絵
背ラベル お 24



「オバケや」は、あちこちに隠れているオバケをつかまえるのが仕事です。さて、どうやってつかまえるのかな？「大ピンチずかん」の作家が絵を担当した、とてもゆかいな絵本です。

このほかに、おなじみの絵本作家さんたちの、楽しく読める新刊絵本を紹介します。

「10ぴきのおばけ サークスへいく」

にしかわ おさむ し 24

「いえいえ、そんなことはありませんよ」

シゲタ サヤカ い 24

「フルーツパフェをちゅうもんしました」

おかだ 岡田 よしたか ふ 24



～「新城図書館まつり2024」開催のお知らせ～

開催: 7月27日(土)、28日(日)

27日のイベント

- ☆歴史講座(7月1日から申込受付)
「長篠・設楽原の戦いが
今の新城に遺したもの」
- ☆折り紙を使った工作(申込不要)
折り紙トトロとエンドレス折り紙、
くるくる風を作ってみよう。
- ☆英語であそぼ(申込不要)

28日のイベント

- ☆講演会(7月1日から申込受付)
「子どもと絵本と大人」
子どもの本専門店
「メルヘンハウス」
み わ じょうたろう
三輪 丈太郎さんの
お話&読み聞かせ



両日開催イベント

- ・甲冑試着体験
- ・絵本の読み聞かせ&絵本かるた
- ・絵本の探検隊
- ・ポップツリー

「おむすびころりん」手づくり絵本の展示
7/25～8/1



福祉のお仕事

第6話

問合せ:高齢者支援課(TEL.23-7688)

市には「新城市福祉従事者がやりがいを持って働き続けることができるまちづくり条例」があります。福祉に関わる仕事は多岐にわたり、私たちの生活に欠くことはできません。やりがいと魅力ある「福祉の仕事」を隔月で紹介します。

全ての人が住み慣れた地域で安心して生活し、誰ひとり取り残されないためには、その人自身の努力も必要ですが、地域とのつながりも大切です。また、専門職等の支援・連携など幅広い協力が必要です。

高齢者福祉の仕事は数多くあります。介護施設の二つに介護老人保健施設があります。病院と自宅の中間施設として、退院後の在宅復帰を目指した介護や看護、機能訓練、その他必要な医学的管理や日常生活のお世話をする施設です。そこで働く職種に支援相談員があります。

支援相談員の仕事

支援相談員は、利用者・家族の意向を施設内の各専門職に共有し、支援の方向性を統一することや、利用者・家族の代弁者として、多職種連携における調整役また施設と地域の橋渡しを行う仕事をしています。

お仕事をされている方に聞きました！

新城介護老人保健施設

サマリヤの丘 支援相談員

天野 知徳さん

◆この仕事に就いたきっかけはなんですか？

就職活動の折、アルバイト先の理容店の店長から「君はお年寄りとお話するのが上手だね。君は福祉の仕事が向いていると思うよ。」と助言を受けたことがきっかけでした。

介護職員として経験を積み、現在は支援相談員としてご家族からの入所相談に対応をしています。

◆仕事の魅力はなんですか？

世の中には、色々な仕事がありますが、ご本人やそのご家族から直接「ありがとう。」とお礼を言われる仕事は少ないと思います。人生の大先輩であるご利用者との関わりの中で学ぶことは非常に多く、変化に富んでおり、一日とて同じ日を過ごすことはないといっても過言ではないかと思えます。扱う対象が物ではなく、人であります。「血の通った仕事をしなさい」という祖父の言葉を日々心がけて仕事に取り組んでいます。



▲相談中の天野さん

◆この仕事に興味のある方へメッセージをお願いします。

福祉や介護の仕事はその人の思いや考え、人生にまで関わってくるため、答えの出せない、答えのない仕事ではないかと思えます。自身で手を抜いてしまえば、それこそいい加減なものになってしまいますが、自身で極めようと思えば、どこまでも極めていくことのできる仕事ではないかと考えています。

知識や技術は、後からいくらでも身に着けることができます。福祉や介護の仕事に向いているか否かはその人の「心根」ではないかと私は考えます。

資格や経験は問わないので、福祉や介護に興味のある方は是非相談に来ていただけたらと思っています。



今月のレシピ

夏野菜カレー



材料(4人分)

炊きたてご飯… 2合分(約600g)
 豚小間切れ肉…………… 200g
 玉ねぎ…………… 中1個
 人参…………… 小1/2本
 トマト…………… 中1個
 おろしにんにく(チューブ)… 小さじ1
 オリーブオイル…………… 適量
 カレールー…………… 4~5皿分
 水…………… 600~700ml

トッピング夏野菜

かぼちゃ…………… 1/8個
 なす…………… 1本
 ししとう…………… 8~10本
 いんげん…………… 1束
 人参…………… 小1/2本

レシピ：農村輝きネット・しんしろ

問合せ 農業課(Tel23-7632)

作り方

- ① 玉ねぎと人参は粗いみじん切り、豚小間切れ肉は少し小さめに切る。鍋にオリーブオイル適量を入れ、玉ねぎと人参を炒める。途中でおろしにんにくを加え、玉ねぎが半透明になる位に炒める。さらに豚肉を加えて焼き目をつけて焼く。
- ② トマトを粗いみじん切りにして①に加え、水600~700mlを注ぎ中火で20~30分煮込む。具が軟らかくなったら一旦火を止め、カレールーを割り加える。再度火をつけ、とろみがつくまで煮込む。
- ③ かぼちゃは3mm程の厚さにスライス、なすは縦半分に切って包丁目を入れ更に半分に切る。ししとうは包丁で切れ目を入れる。いんげんは筋を取っておく。人参は3mm程の輪切りにして好みで型抜きをする。
- ④ フライパンにオリーブオイル100ml位を熱し、③の野菜を素揚げにする。
- ⑤ カレー皿にご飯と②のカレーを盛り、④の素揚げ野菜をトッピングする。

愛知県文化協会連合会東三河部芸能大会

豊橋、豊川、蒲郡、田原、設楽、新城の各文化協会から出演します。新城の能に始まり舞踊、オカリナ、フラ、吹奏楽など無料でお楽しみいただけます。

日時 7月7日(日)12:30~15:50

場所 新城文化会館 小ホール

問合せ 新城市文化協会(Tel23-7656)

市民納涼茶会

暑いときですが納涼茶会でお楽しみください。

日時 7月14日(日)10:00~14:00

場所 新城文化会館和室

費用 お茶券(前売り一席700円、当日一席800円)

券取り扱い 茶華友の会 今泉(Tel090-7313-4567)

問合せ 新城市文化協会(Tel23-7656)

新城美術協会夏季展

新城市と近隣市町村で構成される会員の油絵、水彩画、パステル画、彫刻、染色など力作がそろいます。

日時 7月12日(金)~14日(日)9:00~17:00(12日 開場11:00、14日 終了16:00)

場所 新城文化会館 展示室

費用 無料

問合せ 美術協会(Tel32-2391)

市民の皆さんからの情報をお待ちしています。イベント紹介や募集、地区の出来事など皆さんからの耳よりな話をお寄せください。
 問合せ 23-7623 (秘書人事課)

自然農法セミナー in 新城

農薬や化学肥料、除草剤などを出来るだけ使わない野菜作りを楽しく学べるセミナーです。

日にち 7月27日(土)、8月24日(土)、9月14日(土)、10月26日(土)、11月16日(土)

時間 9:30~11:30 場所 長篠地内西区コミュニティーセンター本陣、圃場(長篠字広面6-5)

費用 各回1,000円/1人 問合せ 夏目(Tel080-8975-1613)

仲間とともに学びませんか。豊かなセカンドステージを

令和6年度は、下記の講習会を計画しています。

◆チェンソー講習会 10月19日(土)

◆剪定講習会 11月22日(金)

◆障子・アミ戸張り替え講習会 令和7年2月21日(金)

※詳細は決まり次第、ホームページに掲載します。お電話でのお問い合わせも可能です。

対象 市内在住の60歳以上の方

定員 各講習会15人程度(先着順)

費用 無料

問合せ シルバー人材センター(Tel23-5666)



シルバー人材センターホームページ▲

外国人観光客へのガイディング講座 in 新城受講者募集中

自然や歴史など、市内の魅力を訪日外国人により正しく伝えるための連続講座(6回)です。講座は日本語で説明します。地元の魅力を伝えている方や伝えたい方、訪日外国人を受け入れている事業者の方など、どなたでも参加できます。

日にち ①7月10日(水)、②7月24日(水)、③8月3日(土)、④8月24日(土)、⑤10月5日(土)、⑥10月26日(土)

場所 ①~③、⑤新城文化会館104会議室 ④⑥実地研修(市役所砂利駐車場集合)

定員 35人

費用 無料

申込 6月26日(水)までに電話、メール(siea@tees.jp)、来庁(市役所本庁舎3階)のいずれかで申込み

主催 新城市文化財を活用した観光のまちづくり実行委員会

問合せ 新城市国際交流協会(Tel23-1940)



チラシのダウンロード▲

多国籍運動会 新城ミニリンピック2024

国際交流とスポーツの祭典ミニリンピック!今年もついで交流館で開催します。市内の色々な国籍の人達とチームを組んで優勝を目指そう!

日時 7月20日(土)9:30~11:30(受付9:15~) 費用 無料

場所 つくで交流館(雨天 作手小学校体育館) 定員 小学生以上(小4以下は保護者同伴)約60人

申込 7月10日(水)までに申込フォームに必要事項を入力して送信

その他 スタッフによるチーム分けを行います。チームは当日受付時にお伝えします。

希望者は市役所からの送迎があります。(定員14人)

問合せ 新城市国際交流協会(Tel23-1940)



申込フォーム▲

「はじめての日本語教室」が始まります

日本語がほとんど、または全く話せない外国人のための教室が始まります。

日にち ①7月6日(土)から9月14日(土)までの土曜日(8月17日を除く、10回)

②10月12日(土)から12月14日(土)までの土曜日(10回)

時間 10:00~11:30
費用 無料

場所 まちなみ情報センター2階
問い合わせ 新城市国際交流協会(Tel.23-1940、メールsiea@tees.jp)



あらかると

まちの話題

地域福祉の発展のために 寄附をいただきました

3月28日(木)

白井秀和様から、車椅子2台を寄附いただきました。養護老人ホーム寿楽荘としんしろ福祉会館で市民のお役に立つよう大切に活用させていただきます。



長篠合戦のぼりまつり

5月5日(日)

晴天の下、長篠城址で第59回長篠合戦のぼりまつりが開催されました。戦没者慰霊法要、火縄銃演武、合戦行列などが行われ、訪れた方々は迫力ある火縄銃演武などを楽しんでいました。



作手小学校児童が鮎を放流

5月16日(木)

作手小学校2年生から4年生の児童26人が参加し、寒狭川中部漁業組合と一緒に鮎100kgを放流しました。

この日は放流の他にも愛知県水産試験場から鮎の生態について説明を受けました。

