

# 健康ひと回メモ

No.503

## 「医薬品副作用被害救済制度」について

医薬品は健康や生命を守るためには欠かせないものです。しかし、その医薬品（病院・診療所で処方されたもの）のほか、薬局などで購入した薬も含まれます。を万全の注意を払い正しく使っても、副作用の発生を防げない場合があります。現在の科学水準をもってしても、完全に副作用を防ぐことはたいへん難しいことなのです。

その副作用で、入院が必要になるほどの重い健康被害が起きた場合に、医療費や年金などの給付を行う公的な制度が「医薬品副作用被害救済制度」です。入院治療が必要と認められる場合のほか、やむを得ず自宅療養を行っている場合でも、この制度の対象となります。

請求については、給付の請求は、健康被害を受けたご本人またはそのご遺族が、直接PMDA（独立行政法人医薬品医療機器総合機構）に対して行います。まずは、電話やメールにてご相談ください。

### ●救済制度相談窓口

フリーダイヤル：0120-149-931  
受付時間：午前9時～午後5時  
月曜日～金曜日（祝日・年末年始を除く）  
詳しくはインターネットで「副作用救済」、または「PMDA」で検索してください。

給付の支給の可否について

提出された書類をもとに、厚生労働省が設置し外部有識者で構成される「薬事・食品衛生審議会」において可否が決定され、PMDAからご連絡します。

### 救済の種類

- 副作用救済給付の種類は次の7種類です。
  - 入院治療を必要とする程度の健康被害で医療を受けた場合：①医療費・②医療手当
  - 日常生活が著しく制限される程度の障害がある場合：③障害年金・④障害児養育年金
  - 死亡した場合：⑤遺族年金・⑥遺族一時金・⑦葬祭料
- ※これらの救済には請求期限がありますので、ご注意ください。

ただし、医薬品などの副作用によるすべての健康被害が対象ではないため、救済の対象とならない場合があります。例としては、医薬品により発現したとは認められない場合、副作用が軽度な健康被害や、医薬品などの不適正な使用による場合など。そのほか、請求期限を過ぎてしまった場合も、給付を受けられません。

医薬品副作用被害救済制度は、いざというときのために、医薬品を使うすべてのみなさんに知っておいていただきたい制度です。

（岡谷薬剤師会）

## 0123 こどものくに 9・10月のイベント



### ♣みんなで食べようニコニコ家族（パパ編）

（9月19日（木）より申込み開始）  
ママと子どもが遊んでいるあいだに、パパは料理をし、完成したら家族みんなで食べましょう。  
日時…10月19日（土）午前10時～11時45分  
対象…家族  
持ち物…三角巾・エプロン・材料費（400円）

### ♣親子リトミック運動講座

（9月30日（月）より申込み開始）  
親子で一緒にリトミックを楽しみましょう。  
日時…10月29日（火）午前10時～11時  
対象…親子 講師…篠原 忍さん  
持ち物…動きやすい服装・飲み物

こどものくにへ遊びに行こう！（今年度は水色のカードです）  
利用できる人…0歳～3歳までの就園前の子どものとその保護者。兄弟は就学前の子どもまで一緒に入館できます。  
利用料…利用者登録200円（年度更新）

楽しい行事を毎月実施！申し込み不要です。

9月 6日（金）	リズム運動遊び・誕生会	午前11時～
12日（木）	つくっちゃおう	午前11時～
	子育て相談	要予約
	歯っぴー相談	午前中
13日（金）	双子のおしゃべり会	午前10時30分～
18日（水）	食べるのだいすき！	午前11時～
20日（金）	おおきなおはなしたまご	午前11時～
23日（月）	ぺったんこの日	午前9時30分～
26日（木）	ベビーマッサージとワンポイントアドバイス	午前10時30分～
	もぐもぐ相談	午前10時30分～
	歯っぴー相談	午前中

申込み・問合せ ●こどものくに ☎24-8403



## 今月の 講座・イベント



### 川岸公民館 生活講座 ゆがみ直し整体体操

「ゆがみ直し整体体操」は、整体師が考案した、だれでもかんたんにできる健康体操です。

整体院での施術の効果は短期的なものですが、ゆがみ直し整体体操は、自分で体を良い状態に保つことができるような全体の動きを取り入れ、偏った筋肉のバランスを整えます。ストレス解消・肩こり・腰痛対策に始めてみませんか？

期日…9月13日(金)・19日(木)、10月18日(金)  
(全3回)

時間…午前10時～11時

対象…市内在住・在勤の人

定員…20名(先着順・定員になり次第締め切り)

講師…ゆがみ直し整体体操指導員 高田 結さん

受講料…600円(初回に集金)

持ち物…運動のできる服装、ヨガマットまたは大きめのバスタオル、飲み物

申込み…9月2日(月)午前8時30分より、  
公民館窓口または電話にて受付。



申込み・問合せ●川岸公民館 ☎23-2200

### 湊公民館 生活講座 「背骨コンディショニング」

～姿勢改善・猫背解消してみませんか～

背骨のゆがみを整えて身体の不調を改善！  
肩こり、腰痛、膝痛、  
内臓の不調などのさまざま  
な症状は、背骨のゆがみから発生します。背骨を整え不調を改善する運動プログラムです。



期日…10月8日・15日・29日、11月5日・12日  
毎回火曜日(全5回)

時間…午後7時～8時30分

定員…20名

(先着順・定員になり次第締め切り)

講師…背骨コンディショニング協会  
認定インストラクター  
浅川 嘉昭さん



受講料…1,000円(5回分)

持ち物…ヨガマット、バスタオル、長めのフェイスタオル、  
飲み物、動きやすい服装

申込み…9月2日(月)～20日(金)の午前9時～午後5時に  
受付。受講料を添えて、公民館窓口にてお申し込みく  
ださい。電話による仮受け付けも行います。

申込み・問合せ●湊公民館 ☎22-2300

### カルチャーセンター ホリデイスクエア あひるコーラス コンサート

日時…9月29日(日) 午後2時～

場所…カルチャーセンター 催事場

出演…「あひるコーラス」のみなさん

指揮：小池由美 伴奏：矢崎いずみ

鑑賞無料



#### 〈予定曲目〉

ホームソングメドレー、夏の思い出、ねむの花、落葉松、  
美しく青きドナウ、ハレルヤコーラス、ラクリモーサ、  
アヴェ・ヴェルム・コルプス ほか

～会場のみなさんご一緒に～  
♪ 青い山脈 ♪ 高原列車はゆく

※曲目は変更になる場合が  
あります。



問合せ●カルチャーセンター(生涯学習課) ☎24-8404

**各種相談**  
時間／午後1時～2時10分（1時30分から診察開始）  
所／保健センター  
物／母子健康手帳・予約票

**乳幼児健診等**  
所／保健センター 2階 乳幼児健診室  
物／母子健康手帳・おたずね用紙（全てに共通）  
～4か月、9～10か月児健診：  
バスタオル・ファーストブック申込書（9～10か月児健診のみ）  
歳児にここに教室：歯ブラシ・コップ・タオル  
歳児健診：尿（配布済の検尿容器に採尿）  
聴力・視力検査をおこなってください。

相談に関するお問い合わせは — 健康推進課（内線 1191）まで

	金	土
5	6	7
信和設備(株) ☎ 22-3302	株総設工業 ☎ 28-8504	
2	13	14
丸竹下島商店 ☎ 22-2406	十和設備(株) ☎ 24-0182	
9	20	21
株シンニチ設備 ☎ 22-1365	株浜パイピング ☎ 23-6885	
6	27	28
離乳食教室（ばくばく教室） （H30年9月～10月生） 受付午前10時～10時30分	株林鉄工設備 ☎ 23-3197	株イワナミ ☎ 22-2222

## ●各種相談日● 岡谷市役所 ☎ 23-4811

行政相談	11日(水) 午前9時～正午 庁舎 202会議室
無料法律相談 【予約制】	17日(火) 午後1時～5時 問合せ：社会福祉課（内線 1254） 相談員：木嶋日出夫 弁護士 ※ 10月分予約：9月18日(水)～受付開始 [利益相反に関わる相談内容については、お断りをする場合があります]
高齢者のための司法書士による無料法律相談【予約制】	18日(水) 午後1時～4時 司法書士が相談に応じます 問合せ：介護福祉課（内線 1277）
ことばの教室 【予約制】	月・水曜日 午前9時30分～午後2時30分 問合せ：子ども課（内線 1266）
家庭児童相談	月曜日～金曜日 午前9時～午後5時 子ども課 児童虐待 24時間対応通報専用電話 ☎ 23-4767
ひとり親家庭等相談	月～金曜日 午前8時30分～午後5時15分 社会福祉課
生活困窮相談 （生活就労支援センター）	月～金曜日 午前8時30分～午後5時15分 社会福祉課
子ども総合相談センター 学校生活、入学・進学、長期欠席、心身の発達等の相談	月曜日～金曜日 午前8時30分～午後5時 教育総務課
子ども総合相談センター 分室	一般相談 月～金曜日（祝日は除く） 午前8時30分～午後4時30分 専門カウンセラー（臨床心理士）相談【予約制】 11日(水)・25日(水) 午後1時～7時（1人50分） 会場：諏訪湖ハイツ1階 ☎ 24-2206
若者のための就労相談会 （夜間・休日）【予約制】	ご希望に合わせて日程を調整いたします。 対象者：44歳までの人やその家族 問合せ：テクノプラザおかや ☎ 21-7000
女性のための相談 【予約制】	17日(火) 午前10時～午後3時50分（1人約50分） 問合せ：企画課（内線 1528）
ひきこもりの状態にある人やそのご家族の相談	月曜日～金曜日 午前8時30分～午後5時15分 問合せ：社会福祉課（内線 1254）
中小企業経営技術相談	月曜日～金曜日 午前8時30分～午後5時15分 テクノプラザおかや ☎ 21-7000
ひと・しごと相談	月曜日～金曜日 午前8時30分～午後5時15分 テクノプラザおかや ☎ 21-7000
特許・発明相談	17日(火) 午後1時～4時 テクノプラザおかや ☎ 21-7000
ミニジョブカフェ【予約制】 若年者の就職活動における疑問や悩みの相談	11日(水) 午後1時～4時 会場：テクノプラザおかや 対象者：40代前半までの人 問合せ：テクノプラザおかや ☎ 21-7000
農地相談 【予約制】	月～金曜日 午前8時30分～午後5時15分 問合せ：農業委員会事務局（内線 1488）

ふれあいおしゃべり電話、ボランティア総合相談、金銭管理 財産保全相談  
社協心配ごと相談、家庭介護相談

月～金曜日 午前8時30分～午後5時15分 社会福祉協議会 ☎ 24-2121

結婚相談	相談日	時間	場所	連絡先
	火曜日	午前10時～午後4時	諏訪湖ハイツ 312相談室	市社協 ☎ 24-2121
	第1・3土曜日	午前10時～午後4時		諏訪湖ハイツ ☎ 24-2290（内線 3112） (080-5143-3202)
	第2・4木曜日	午後 6時～9時		

**妊娠5～7か月の「パパ・ママ教室」受講申込み受付中**  
3回目 ▶ 9月13日(金) 午後7時～8時30分  
産後のメンタルヘルス、お風呂の入れ方など  
※ 10月11日(金) から新しいツールが始まります。  
—————\*—————

**女性のための健康相談【予約制】**  
予約受付時間（月）～（金） 午前8時30分～午後5時15分（1人あたり1時間）  
申込み・問合せ：健康推進課 ☎ 23-6141（直通）



**今月の納税**

◎国民健康保険税 第6期  
納期限…9月30日(月)

納税は便利で確実な口座振替がお勧めです。  
口座振替の方は、残高確認をお願いします。  
忘れずに納税しましょう。

問合せ●税務課（内線 1135）

くらしのカレンダー

9月

September

-  休日急病当番医院
-  休日当番歯科医院
-  休日当番薬局
-  水道修理当番店
-  相談
-  予防接種
-  乳幼児健診
-  子育て学習

- **休日急病当番医院**  
受付／原則午前9時～午後5時（午後は来院前に要電話連絡）  
※緊急時の医療問合せ  
休日・夜間緊急医療案内サービス 岡谷消防署 ☎ 22-0119
- **休日当番歯科医院**  
保険証を必ずお持ちください。午前中の診療となります。
- **水道修理当番店**  
土・日・祝日を除き水道事業協同組合事務局でも受付けます。  
受付時間／午前9時～午後4時 ☎ 23-8511

- ◆ **予防接種**  
受付時間  
持ち
- ◆ **乳幼児健診**  
持ち  
※3  
※2  
※3

◆ 予防接種・乳幼児健診・子育て相談・健康相談

日	月	火	水	木
1	2	3	4	5
<ul style="list-style-type: none"> <li> 川岸医院 ☎ 22-2562</li> <li> 小松歯科医院 ☎ 27-8226</li> <li> 川岸薬局 ☎ 24-3103</li> <li> (有)ミヤサカ管工 ☎ 22-9615</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li> (株)シンニチ設備 ☎ 22-1365</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li> BCG (H31年3月生)</li> <li> (株)浜パイピング ☎ 23-6885</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li> 1歳6か月児健診 (H30年2月生) 受付午後1時～1時20分</li> <li> (株)上條電設工業 ☎ 23-5330</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li> 日本脳炎 (H28年8月生:1回目) H30年9月までに2回目を終了し</li> <li> 2歳児にこにこ教室 (H29年8月生) 受付午前9時15分～9時30分</li> <li> 松澤工業(株)岡谷支店 ☎ 27-7642</li> </ul>
8	9	10	11	12
<ul style="list-style-type: none"> <li> 牛山医院 ☎ 78-1192</li> <li> 栗田歯科医院 ☎ 24-5756</li> <li> マツモトキヨシ・レイクウォーク岡谷店 ☎ 21-1080</li> <li> (有)三善工業 ☎ 23-3446</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li> 育児相談 受付午前9時30分～11時</li> <li> (株)林鉄工設備 ☎ 23-3197</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li> 四種混合 (生後3か月から) H30年8月までに3回目を終了した人を含む [西郷・長地地区]</li> <li> (株)イワナミ ☎ 22-2222</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li> 3歳児健診 (H28年8月生) 受付午後1時～1時20分</li> <li> (株)オスガ設備 ☎ 27-6622</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li> ほっこり子育て応援講座 (H31年1月～2月生) 受付午前9時30分～10時00分</li> <li> 岡谷酸素(株) ☎ 22-4931</li> </ul>
15	16	17	18	19
<ul style="list-style-type: none"> <li> つるみね共立診療所 ☎ 22-6680</li> <li> 小松歯科クリニック ☎ 28-0008</li> <li> 高市薬局 ☎ 22-0781</li> <li> 水道建設(株) ☎ 23-2662</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li> 西川小児科医院 ☎ 27-0011</li> <li> たちばな歯科医院 ☎ 22-1228</li> <li> かえで薬局 ☎ 26-1929</li> <li> 旭設備(株) ☎ 23-3764</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li> (株)アイテック ☎ 23-8500</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li> 3～4か月児健診 (R1年5月生) 受付午後1時～1時20分</li> <li> 杉村設備(株) ☎ 27-8632</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li> 四種混合 (生後3か月から) H30年8月までに3回目を終了した人を含む [西郷・長地地区以外]</li> <li> (有)ミヤサカ管工 ☎ 22-9615</li> </ul>
22	23	24	25	26
<ul style="list-style-type: none"> <li> 向山内科医院 ☎ 23-6272</li> <li> 早出歯科医院 ☎ 28-0024</li> <li> クラフトさくら薬局岡谷店 ☎ 21-2301</li> <li> (株)上條電設工業 ☎ 23-5330</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li> 諏訪共立病院 ☎ 28-2012</li> <li> 牛山医院歯科 ☎ 22-6422</li> <li> ひまわり薬局 ☎ 26-7226</li> <li> 松澤工業(株)岡谷支店 ☎ 27-7642</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li> 育児相談 受付午前9時30分～11時</li> <li> 信和設備(株) ☎ 22-3302</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li> 9～10か月児健診 (H30年11月生) 受付午後1時～1時20分</li> <li> (株)総設工業 ☎ 28-8504</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li> 日本脳炎 (H28年8月生:2回目) H30年9月までに2回目を終了し</li> <li> (有)三善工業 ☎ 23-3446</li> </ul>
29	30			
<ul style="list-style-type: none"> <li> 花岡医院 ☎ 22-3525</li> <li> なわ歯科医院 ☎ 26-0648</li> <li> マツモトキヨシ・岡谷天竜町店 ☎ 24-1801</li> <li> (株)オスガ設備 ☎ 27-6622</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li> 岡谷酸素(株) ☎ 22-4931</li> </ul>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>諏訪地区小児夜間急病センター (年中無休)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ 診療時間 毎日 午後7時～9時</li> <li>■ 診療科目 小児科 生後3か月以上 中学生以下</li> </ul> <p>諏訪市四賀 2299-1 ☎ 54-4699</p> </div>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>健康相談・栄養相談・ 歯科相談 (月～金曜日)</p> <p>午前8時30分 ～午後5時15分</p> <p>面接希望は 事前にお電話ください。</p> </div>	