

風の十字路口

SEIFU MESSAGE IN COMMUNITY

平成
29年

11月 No. 304

秋も深まり、動きやすい季節となりました 始めてみませんか、2つの **ロコトレ** 体操

「運動器」(骨・関節・筋肉)が劣ろえないよう日頃から運動しましょう!

スクワット

深呼吸ペースで5~6回、
1日3回行いましょう。

「やり方」

イスに腰掛け、机に手をつき、
立ち座りを繰り返す。



片脚立ち

左右1分間ずつ、1日3回行い
ましょう。

「やり方」

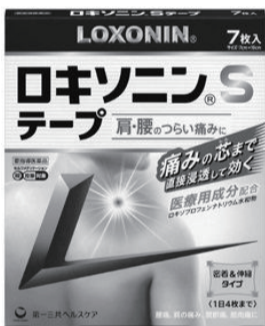
床につかない程度に、片脚をあげ
ます。



貼る
塗る

肩・腰・関節の痛みに / ロキソニンS外用薬シリーズ

要指導医薬品



貼りやすく、はがれにくい

ロキソニンSテープ

本体価格 980円
(税込価格) 1,058円

セルフメディケーション
税 控除 対象



のびがよく、
関節部にも塗りやすい
ロキソニンSゲル

本体価格 1,180円
(税込価格) 1,274円

セルフメディケーション
税 控除 対象

※セルフメディケーション税制対象は他にもあります。商品やロコトレ体操についてはスタッフまでお尋ね下さい。

知って得する

セルフメディケーション税制

「セルフメディケーション税制」って何? 医療費控除が身近になり、活用しやすくなりました!

きちんと健康診断などを受けている人が、一部の市販薬を購入した際に所得控除を受けられるようにしたもので、軽度な身体の不調を市販薬等により自ら手当する事は、自身のQOL(生活の質)の改善に役立つだけでなく、国の財政を圧迫している医療費の適正化にもつながります。

在宅医療とセルフメディケーションのお手伝い

在宅患者様の
薬の管理は、
お任せ下さい

清風薬局

多良木本部

熊本県球磨郡多良木町多良木4249

☎42-2931

人吉店/人吉市土手町41-3

☎23-4258

サンロード湯前店/球磨郡湯前町2214

☎49-3335

免田店/球磨郡あさぎり町上北167

☎45-5517

清風えびす薬局/球磨郡多良木町多良木2833

☎43-0333

サンロード免田店/球磨郡あさぎり町免田東1253-1

☎49-9600

清風はなみずき薬局/人吉市九日町87

☎28-3739

ショールーム新規オープン、お気軽にお立ち寄り下さい

在宅介護の
お手伝い

清風ハートピア

球磨郡あさぎり町免田東1718-11

☎45-4152