

令和 8 年度 あおもり県民カレッジ 下北地区地域キャンパス講座（むつ市） 実施報告書

自分が飲んでいる薬の基礎講座 ～生活習慣病 編～

- 1 開催日時：令和 8 年 7 月 9 日(木) 13:30～15:15
- 2 開催場所：むつ市中央公民館 講堂
- 3 共 催：むつ市民大学
- 4 講 師：町屋 宗邦（薬剤師・NPO 法人 HAP 女性の健康サポーター）
- 5 参加者数：47 名
- 6 主な内容
 - ・「飲み忘れた昼の薬を夕食時にまとめて飲んでよいか」「血圧が高い時だけ飲んでよいか」など、服薬時によくある疑問をクイズ形式で投げかけ、正しい服用方法への認識を深めました。さらに、血管の健康状態を道路にたとえ、コレステロールなどをトラックやゴミ収集車に見立てて解説。交通量増加やゴミの蓄積で血管に負担がかかるメカニズムを視覚的に理解し、生活習慣改善の重要性を学びました。

7 写 真

