

金沢西 ロータリークラブ

KANAZAWA WEST
ROTARY CLUB

事務局 〒920-0869 金沢市上堤町1番15番 金沢上堤町ビル3階 TEL 076 (222) 2525 (代)
ホームページ: <http://www4.ocn.ne.jp/~k-westrc/> E-mail: k-westrc@angel.ocn.ne.jp

1415 国際ロータリーのテーマ



陸に、海に、新時代

左/2015年3月金沢開業の北陸新幹線

右/豪華客船の寄港が相次ぐ金沢港
ダイヤモンド・プリンセス
(116,000トン)



四つのテスト 1.真実かどうか 2.みんなに公平か 3.好意と友情を深めるか 4.みんなのためになるかどうか

50年の伝統を礎に 未来へのチャレンジ

会長/古谷 謙明

第2462回例会 6/5 [2015年] 会報

本日の卓話

「交通事故発生状況とASVの普及について」

北陸スバル自動車(株)代表取締役社長 新納 時直 氏(金沢西RC会員)

第2461回例会 5月29日

1. 卓話

「薬のまめ知識」

(有)とくひさ 代表取締役 徳久 宏子 氏



本日は金沢西ロータリークラブ会員の橋本昌子さんのご依頼で、お話をさせてもらう機会をいただきました。先日知人が薬局を訪ねて来た際、いつもは1ヵ月分の血圧の薬をお渡しするのに、朝ご飯を食べないから10日分で良いと言われました。その時、私たちはちゃんとした指導をしていなかったと反省し、今回は薬のことを良く分かってもらうためにこの演題にしました。

簡単に自己紹介します。私は野町にある徳久薬局の長女として生まれ、祖父、父も薬剤師でしたので3代目ということになります。平成17年に調剤薬局をオープンし現在は3店舗を経営しています。

薬の種類は内服薬、外用薬、吸入薬、座薬、注射などがありますが、主に薬局で扱うのは内服薬と外用薬になります。その薬、主に内服薬がどのように体に作用するか説明します。

薬は口から入り胃、腸、肝臓を経て血液に入り全身へ巡っていきます。例えば頭痛薬を飲んだ場合、全身に運ばれてその効き目が他で多く作用した場合は副作用となる場合があります。薬が効くという事は目的箇所の症状を緩和し、尚且つ副作用をなるべく出さないという事になります。薬を正しく飲むためには容量(一回に摂取する量)と用法(1日に何回摂取するか)を守ることです。これは血中濃度が高すぎず低すぎず一定の範囲に保つために決められた飲み方です。

もう一つ大事なことは薬の飲み合わせです。よくグレープ

フルーツと薬を一緒に飲まないように、と聞いたことがあると思いますが、これは相互作用と言って薬の効き目を妨げる成分がグレープフルーツに含まれているからで、こういった事も大切です。ですから、これらの容量、用法をしっかりと守って薬を正しく飲むようにしてください。

あと、良く勘違いをしていることもありますのでお話しします。ワーファリン(心臓が悪い方が飲む薬)という血液を固まりにくくする薬がありますが、これと納豆と一緒に食べないでくださいと言われます。このような薬はこれ以外にたくさんありまして一概に全ての「血液サラサラ」の薬がそうではないので薬剤師に確認してください。それから座薬ですが、「座って飲む薬」と勘違いして口から飲んだ方もいます。また「お汁に入れてください」と勘違いしてお味噌汁に入れて飲んだ方もいます。座薬はお尻から入れる薬なので間違わないでください。食間という言葉がありますが、これは食事の後2時間くらいの事で、食事中に摂ると勘違いした人もいます。

最近は医療費の削減が大前提となっていますが、厚労省の発表では2025年までに全国の薬局を全てかかりつけ薬局にする方針が出されました。それに伴い今取り組んでいる事は在宅医療と剤薬整理です。高齢者が薬を飲めない理由として、種類が多すぎてどれを飲めば良いか分からない、とか何のために飲むか理解していない、副作用が心配で飲めないなどがあります。そのために私達が家に伺い飲み方や薬の保管方法を説明したり、薬の組み合わせを間違えないような受け渡し方法を工夫したりして、無駄を省き医療費の削減に取り組んでいます。最後にかかり付けの薬剤師を作って何でも相談したり質問したりして大いに活用してください。我々薬剤師は頼りにされると嬉しいし、皆様の役に立ちたいと思って常に仕事をしていますので、気軽に頼っていただけると幸いです。ご清聴ありがとうございました。

2. 来訪者

白山RC 原 勉 君

3. ローターリー財団表彰



メジャードナー レベル1

井上 三郎 君

多額の寄付はロータリー財団の
人道的教育的プログラムに対する
井上さんの熱意の表れであり、恵
まれない青少年への教育など人類
の未来に対する奉仕であるとし、クリスタルとダイヤモンドの
ピンが贈呈された。

4. 年間賞



39ヵ年 前田 典千代 君

10ヵ年 新谷 鎮夫 君

7ヵ年 高木 利定 君

RC活動活性化へ地区研修・協議会

国際ロータリー第2610地区の地区研修・協議会は5月24
日(日)、野々市市文化会館フォルテ・野々市市立野々市小
学校で開かれ、金沢西RCから新谷鎮夫次期会長、中村
雅代次期幹事ら理事、役員、委員長、入会3年未満の新会
員らが出席した。

午前中は次期クラブ会長会議、午後からの全体会議I
では栗貫章野々市市長が歓迎のあいさつ、永田義邦ガバ
ナーのあいさつに続いて柳生好春ガバナーエレクト(野々
市RC)は新入会員のための分科会を設定したことを紹介
したうえで「最もよく奉仕する者、最も多く報いられる」の
言葉に示される職業奉仕の理念を大切にしながらロータ
リー活動の活性化に努力したい」と所信を表明した。

この後、委員会ごとに4つの分科会が開かれた。第1分科
会「クラブのサポートと強化」、第2分科会「人道的奉仕の
重点化と増加」、第3分科会「公共イメージと認知度の向
上」第4分科会「ロータリーとは何か」で、それぞれのテー
マについて議論を深めた。

さらに全体会議IIで各分科会報告が行なわれ、永田ガ
バナー所感、地区大会案内、柳生ガバナーエレクトのあい
さつなどがあり、協議会を締めくくった。

第4回ファイアーサイドミーティング

今期最後の第4回ファイアーサイドミーティングは5月29日
(金)午後6時から白山市鶴来新町の角永善一会員宅で古谷



謙明会長、辻卓
ロータリー情報委
員長らが集まって
開催された。

普段見ることで
できない良質な
木がふんだんに
使われた素晴らしい
お宅を見

学させていただき、その後、会員間でロータリーの精神につ
いて熱い議論が交わされた。最後は角永夫人にも参加して
いただき、総勢15人で会場を「もく遊りん」に移して親睦を
深めた。

ニコニコ委員会

古谷君/先週の野々市での地区研修・協議会に出席され
た次年度の役員の皆様、お疲れ様でした。本日の卓話講
師、徳久宏子様。本日の卓話よろしくお願ひいたします。

円城君/クラブから誕生日のケーキを頂きました。ありが
とうございました!

越原君/先週の23日(土)に北京の人民大会堂にて開催
された『日中友好交流大会』に観光文化交流団の一員と
して参加して来ました。習近平国家主席を間近に見て、さ
すが13億人のトップだと感じました。オーラが有りました。

大久保君/昨日はバースディケーキを頂き、ありがとうござ
いました。57才にして初めて家族全員で食べました。家
族の絆が一段と強化されました。

松本君/本日もニコニコありがとうございます。古谷会長
年度もあと1ヶ月、少しさみしい気はしますが、残りわずか
古谷年度を楽しみたいと思います。

5月29日 10,000円
累 計 1,333,767円

お知らせボード

卓話予告

「認知症予防 アロマから、食事から」

(株)アルティスタ 代表取締役社長 小林 みずほ 氏
(金沢みなとRC会員)

本 日 金沢8RC新旧会長・幹事会
18:00~ 金茶寮

6月12日(金) 定例理事会
11:30~ 都ホテル 7階

6月19日(金) 新旧クラブ協議会
18:00~ 金城楼

6月26日(金) 最終夜間例会
18:00~ 都ホテル 5階



金沢西ロータリークラブ

会長/古谷 謙明 幹事/円城 将義

会報・雑誌・広報委員会/委員長:田辺 邦雄 副委員長:中村 雅代 委員:円城 将義 松本 仁 徳沢 真二

金沢市内メーキャップ

月曜日 金沢東 ANAホリデイイン金沢スカイ
*(夜) 香林坊 金沢エクセルホテル東急
火曜日 みなと ANAクラウンプラザホテル金沢
*(夜) 金沢南 ホテル日航金沢
水曜日 金 沢 金沢ニューグランド
ホテル
木曜日 金沢北 松魚亭
*(夜) 百万石 ホテル日航金沢

子・孫クラブメーキャップ

火曜日 白山RC グランドホテル松任 水曜日 野々市RC (第1回例会のみ夜)
木曜日 白山石川RC グランドホテル松任 金沢国際ホテル
(夜)

ロータリー財団寄付

当クラブ寄付額は210,102ドル86セントです(2014年6月30日現在)
米山記念奨学金寄付額は38,452,050円です(同上)

1月よりロータリーレート 1ドル118円