

THE ROTARY CLUB OF CHOSHI

# 銚子ロータリークラブ会報

国際ロータリー第2790地区

創立 昭和32年3月23日

RI承認 昭和32年4月15日

会長 大里 忠 弘

副会長 宮内 榮

幹事 金島 弘

会計 金子 芳 則

2012～2013年度 RIテーマ

奉仕を通じて平和を

*Peace Through Service*

2012～2013 RI会長 田 中 作 次



例会日時 毎週水曜 12:30～

例会場 銚子商工会館5F大会議室

事務所 銚子市三軒町19-4

銚子商工会館内

電話 0479-25-3111(会館)

0479-23-0750(専用)

ファクス 0479-25-8789

e-mail rotary@choshinet.or.jp

URL <http://www.tcs-net.ne.jp/~crc>

第2735号 (2012年11月14日発行)

## 今週のプログラム

『R財団「未来の夢計画」について』

青野 秀 樹 国際奉仕委員長

## 前回の例会報告 (11月7日)

点鐘： 大里 忠 弘 会長

国歌斉唱・ロータリーソング：奉仕の理想

### 会長挨拶

今日は二十四節気の立冬です。最近暖冬化が進み、冬来たると言えどまだまだ秋の気配。しかし、改めて考えてみますとずいぶん日の出が遅くなったように思えますし、もちろん日暮れも早くなっています。暗くなるのが待ちどろしいという方もいらっしゃると思いますが、わたしなどは何やら寂しい気分になる今日この頃です。朝晩と昼間の寒暖の差が激しく三寒四温などといわれるように日によっても寒暖の差がある季節、皆さんくれぐれもご自愛下さい。そして今月はロータリー財団月間です。いよいよ来年から「未来の夢計画」

と新地区補助金制度が始まります。各クラブが実施年度前年に奉仕活動の企画、活動方針、活動計画予算書などを作成し地区R財団に申請し国際ロータリーの審査を受け、翌年度になって財源を確保した上で実行するようになります。何やら複雑であります。我がクラブでも7月早々に地区財団委員長の織田会員によるフォーラムが行われ、また8月には地区財団委員会、国際奉仕委員会共催によるセミナーにおいても解説されております。しかしながら、全く新しい制度ですのでなかなか慣れないと思います。これ等の情報に基づき、新制度をよく理解し活用するための環境を整備し、これに対応していかねばなりません。来週、青野国際奉仕委員長が卓話にて解説されます。ロータリー財団への皆さんのますますのご理解ご



協力をお願い申し上げます。



第2790地区

ガバナー 得 居 仁 (松戸東RC)

会報委員

大岩將道、坂本尚史、越川信一

## 会長報告

### 第5回理事会報告

- 第1号議案 11月12月1月プログラムの件  
……原案承認
- 第2号議案 クラブ協議会の件：11月7日のクラブ協議会取りやめ  
……原案承認
- 第3号議案 クリスマス家族会：12月19日18時太陽の里  
……原案承認
- 第4号議案 織田会員出席規定適用免除の件  
……原案承認
- 第5号議案 定期総会の件：12月5日例会にて  
……原案承認

## 会員の記念日

◇ お誕生日おめでとうございます。



上 総 泰 茂 会 員  
(11月3日)



宮 内 榮 会 員  
(11月7日)

◇ 結婚記念日おめでとうございます。

宮 内 榮 会 員 (11月3日)

◇ 創業記念日おめでとうございます

高 瀬 幸 雄 会 員 (11月1日)

金 子 芳 則 会 員 (11月2日)

## 幹事報告

1. 週報拝受 ……鹿島臨海RC、銚子東RC
2. バギオだより ……ガバナー事務所
3. ロータリーのニュースレター2012年11月号  
……ガバナー事務所
4. 「毎年あなたも100ドルを」ニュースレター  
……ガバナー事務所
5. ガバナー月信11月号訂正のお知らせ  
……ガバナー事務所

6. オンラインでクラブと複数寄付者によるご寄付が可能に  
……ガバナー事務所

7. クラブ役員キット送付について

……ガバナーエレクト関口徳雄様

8. 2013-2014 年度地区主要会議日程及び会場について  
……ガバナーエレクト関口徳雄様

9. 国際ロータリー年次大会参加旅行のご案内

……東日観光

10. 奉仕室臨時ニュースレター第二回「常任書記/事務局員登録」について

……国際ロータリー日本事務局

11. 半期報告書についての御連絡

……国際ロータリークラブ財団担当部

例会変更

RAC11月例会のお知らせ 11/5(月)通常例会、  
11/19(月)休会、11/17(土)18(日)  
移動例会、青澄祭

八日市場RC：11月13日(火) 移動例会  
11月27日(火) 移動例会

小見川RC：11月14日(水) 休会

佐原香取RC：11月19日(月) 移動例会

## お客様

◇ 千葉科学大学薬学部長 細川正清教授

## 委員会報告

◇ 新世代育成委員会(松本委員長)



今年度RYLAの案内

①シニアRYLA(20-30歳) 鴨川青年の家3月1, 2, 3日。銚子RCから2名推薦をよろしく

②ジュニアRYLA(14-20歳) 幕張セミナーハウス、6月15, 16日

◇ 内田 修心 会員

千葉科学大学薬学部長細川先生ようこそ銚子ロータリーへ、ご歓迎申し上げます。薬学部をよろしくお願ひします。

<卓話>

《薬の飲み方について》

千葉科学大学薬学部長  
細川 正清 教授



本日は、お話しする機会をいただき有り難うございます。私は薬学部で「薬物動態学」を専門に教育研究を行っていますので、本日は私の教育研究領域に関係した話をいたします。まず、この厳めしい名前の

「薬物動態学」とは、くすりの生体内運命を科学的に解析する学問領域です。例えば、頭が痛くて頭痛薬を飲んだ場合、成分が全て脳に達する訳ではありません。判りやすくするために、頭痛薬の中に 100 人の戦士がいるとすると、口から薬を飲んだ後に 20 人は、小腸から吸収されずに糞便中に排泄されます。吸収された 80 人についても、次の肝臓で酵素と戦って 60 人くらいに減ってしまいます。この 60 人も全員が脳に到達できるわけではなく、血液によって全身に運ばれるので、目的以外の臓器で役割を終えることになり、結局

10 人程度が脳に到達することが出来、頭痛の原因を倒すこととなります。このように、薬の生体内運命を研究することで、本日お話いたします薬の飲み方による効き方の違いを説明することが出来るようになります。それでは、例を挙げて説明したいと思います。

まず、薬の飲み方ですが薬局に行くとき必ず「薬はコップ一杯の水で飲んで下さい」と言われますが、薬を唾液や少量の水で飲んだ場合、吸収が悪くなり薬が効かなくなります。特に唾液で薬を飲むと水分が不足するため、食道に薬が接着してしまい、薬剤性食道炎になることもあるので注意が必要です。また、薬を牛乳で飲むと、薬が効きすぎる場合や、薬が効かなくなる場合もあるので、注意が必要です。また、薬をグレープフルーツジュースで飲んだ場合、高血圧の薬の中には効き過ぎて副作用を引き起こすことがあるので注意が必要です。次に薬を飲むタイミングですが、薬袋には薬によりそれぞれ食前、朝食前、食後や食間に服用することが書いてありますが、これを守らない場合には思わぬ副作用や逆に薬が効かなくなる場合があります。例えば、エチドロン酸二ナ





トリウム（商品名ダイドネル）という骨粗鬆症の薬は食間（食事の前後2時間）の空腹時に服用する薬ですが、これを食事と一緒に取ると食物中のカルシウム等と結合して、吸収されなくなります。そうすると、せっかくこの薬

を飲んでいても骨粗鬆症の改善は見られなくなってしまいます。この例のように、薬の服用時間というのは、薬の性質の違いにより決まっているので、服用のタイミングを間違えると大変なことになるので、注意が必要です。最後に、薬の飲み合わせ食べ合わせですが、薬と薬以外にも例えば、血栓防止薬のワルファリンを服用時に納豆を食べていると効きにくくなります。また、サプリメントのセントジョーンズワートと薬を併用すると薬が効きにくくなりますので、注意が必要です。

このように、薬は、飲み物や服用時間の他に、薬以外の食べ物やサプリメントの影響により効果が変動する可能性があります。薬を飲むときに不安なことがありましたら、ささいなことでも近所の薬剤師に相談して下さい。薬は、使い方次第で毒にも良薬にもなりますので、注意して使して下さい。千葉科学大学では「薬の力で人を助けたい」と考えている薬剤師を育てています。



薬が効く飲み方は、薬剤師さんの話を良く聞いて、用法、用量、飲む時間を正しく守ることですね。犬吠先生、いろいろと教えていただきありがとうございました。



銚子千科子さん

その通りですよ。薬は、それぞれ、最も良く効いて、副作用が出にくいように、用法、用量、服用時間が設定されています。薬は、飲み方によって毒にもなりますので注意してくださいね。正しいすりの飲み方で、健康的な生活を確保しましょう。



犬吠 嗣蔵先生

### 【出席報告】

会員総数 40名 出席計算 38名  
出席：32名 欠席6名 出席率 84.21%  
欠席：石川君・金子君・越川君・宮崎君  
猿田君・高瀬君

### 【M U】

なし

### 【ニコニコ】

ニコニコBOX	¥ 7,000	計	¥ 197,000
スモールコイン	¥ -	計	¥ 28,595
米山BOX	¥ 3,310	計	¥ 24,249

### 次週のプログラム（11月21日）

#### 『(財)日本ウエザリングテストセンターと 耐候性試験について』

(財)日本ウエザリングテストセンター  
銚子暴露試験場長 高根 由 充 様

お弁当：桔梗屋（幕の内）

#### 編集後記

ようやく秋の気配が感じられるようになりました。週末に行った岡山でも、銀杏並木が黄色に色づいていました。

朝夕も寒さを感じるようになりました。お風邪など召されませんよう健康にお気を付けて、ご活躍下さい。  
(T.S.)