



青い空 緑の山と風
 黄色のうねりは
 人類の理想 文化を表わす。
 それらが混然一体調和して
 ロータリーの理想に向って
 昂って行く姿を示している。



Weekly Report

クラブの雑語 **多摩の礎となろう**
 ...I serve の精神で...

第360回例会報告 (4/1)

(1997年~1998年度第37回例会)

- 司会 SAA委員会 田島真由美
- ◎点鐘 会長 吉澤 洋景
- ◎国歌斉唱・ロータリーソング「我等の生業」
ソングリーダー 津守 弘範
- ◎四つのテスト唱和 ロータリー情報委員会
萩生田茂夫
- ◎お客様紹介 会長 吉澤 洋景
岡山西南RC 椎原 裕二様

- ◎会務報告 会長 吉澤 洋景
- ①先週例会後(3/25)第14回理事会開催し、13回より継続審議になっておりました三クラブ合同例会におけるプロ・アマチャリティゴルフの収益金を贈呈する案につきましては、却下させていただく。この報告は例会の中で同好会報告です。
- ②花見例会の親睦委員会よりの訂正案は、一部訂正して承認する。
- ③飯島会員・鶴海会員よりの退会願いについて、飯島会員は6月末日、鶴海会員は3月末日で承認する。退会式は、それぞれご本人と相談の上決める。
- ④後期年会費未納者について、4月9日までに納入の確認

なき場合、4月10日をもって退告を行う。
 ⑤本年度クリスマスチャリティオークション売上金の使途について、昨年度(遠藤年度)の未使用分があり、これを併せて十周年記念事業の社会奉仕を目的に次年度に繰越す。 以上

◎幹事報告 幹事 村上 久

1.花見例会の訂正事項に洩れがありました。
 ビジター費 10,000円 会員登録費 15,000円
 現在会員の出席47名ご家族24名お客様18名 合計89名。
 当クラブ2名欠席出欠報告なし1名
 移動例会であり全員登録ですので欠席者からも登録費をいただきます。

- 2.講演会のお知らせ「うちの子だからあふない」
ベルブ永山に於(特別代表由井様の奥様が主催します)
- 3.福祉便り等回覧いたします。 以上

◎次年度会長報告 会長エレクト 杉田 誠

3月27日新宿京王プラザホテルで開催された「会長エレクト研修セミナー」に次年度分区代理田中会員、次年度分区幹事宮本会員と三人で出席しました。

委員会報告

- ◎ニコニコBOX 親睦活動委員会 齊藤 玄夫
吉澤 洋景…今年度は桜の開花予想を読み違えました。来週まで花が持ちますように。
村上 久…景気の回復は忘れていても、桜の開花は忘れずに来るものですネ。
杉田 誠…事務局の火災保険をニコニコしました。
田中 實…桜が満開になりました。
津守 弘範…吉祥院の桜、満開です。
森田 舞子…今日はエープリールフルですが、これは本

東京多摩グリーンロータリー・クラブ

会長：吉澤 洋景 委員：加藤喜三郎・伊澤ケイ子
 幹事：村上 久 大熊 焔夫・小泉 博
 会報委員長：田畑 博 高村 弘・宿院 利幸
 副委員長：福島 達也
 例会場 京王プラザホテル多摩(たまつばき)

事務局：東京都多摩市落合1-43
 京王プラザホテル多摩 561号
 TEL 0423-72-6463/FAX 0423-72-6491

例会日 毎週水曜日12:30 月の最終例会18:30

当のことです。3/29、5人目の孫が生まれました。
男の子でした。お陰で上の2人の世話と仕事で毎日クタクタです。

杉山 英巳…佗助(椿)は、健気に咲きて、六つ月も。
中山 恒武…来週6日より第100回目の春の交通安全運動が10日間行なわれます。期間中はシートベルト、駐車、酒酔、スピード等の取締が特に強化されます。お気を付け下さい。又4月4日(土)は交通安全市民の集いがパルテノン多摩で行なわれます。アトラクションもありますので御参加下さい。日頃よりのご協力ありがとうございます。

加藤喜三郎…何回目かの結婚記念日です。
山崎 光一…しばらく欠席しておりましたので。
斎藤 玄夫…入社式で、出られないと思いましたが間に合いました。
本日合計 金21,000円(累計1,008,638円)

◎出席報告 出席委員会 森田 舞子

会員総数 52名
出席義務者数 52名
出席者数 48名 欠席者数 4名
本日出席率 92.31% (48/52)

3/25	訂正出席率	83.02%	(44/53)
3/19・20	最終訂正出席率	75.47%	(40/53)

欠席者 大松誠二、伊神稔、北村幸彦、戸田昭寿
補填メイクアップ

杉山 英巳 3/30 東京西北RC
伊神 稔 3/27 東京狛江RC
北村 幸彦 3/26 丸子RC

◎社会奉仕委員会 委員長 小林 和夫

昨年来ご協力いただきました書損じハガキ回収キャンペーンにつきまして、先日231枚送りました。お礼のハガキが届きました。ユネスコ連盟では引続きお願いしたいとのことです。皆様のご理解が得られたら次年度も引続きお願いします。

◎世界社会奉仕委員会 委員長 加藤 喜三郎

今月いっぱい、バギオ基金の寄付を募っています。ご協力をお願いします。

◎親睦活動委員会 委員長 関岡 俊二

花見例会について、今年は花祭りも一緒にということで私と津守さんと準備しております。沖縄太鼓も賑やかにやります。どうぞお楽しみに。ご家族もまだ間に合いますので沢山のご参加お待ちしております。

4月8日。18時30分。東京国際カントリークラブ クラブハウス

◎卓話「薬害について」 小坂 一郎会員

- ① 公害、薬害の問題
- ② 個人の体質による問題があります。

公害ではいたいたい病、風土病といわれたもの、その中に化学物質によって起る問題(ヒソ・有機水銀)有機水銀いわゆる工場から流れ出ている。最初は解りませんからたれ流し、その後化学物質(有機水銀)とはっきりしてくる。有機水銀は飲むわけではないが1つの薬害と言えます。古くは森永のヒソミルク事件、森永がヒソを入れたわけではないが化学物質ということで起きた問題です。薬害でキノホルム事件があります。医療側から見ますとキノホルムをきちんと規定通り飲んでいたら事件が起きていたかどうかと考えます。5倍~10倍飲んだ場合の問題である。薬と毒物という問題はどこから発展したかという問題にからんでくる。ここまで飲んだら危険とか薬にはそれぞれそういう量がある。

アンプル事件(風邪薬)1本飲んで死亡例が出たかというところではなく2本3本と飲んだ場合の問題である。

有名なサリドマイド事件それを飲んでああいう事が起こると知り得なかった。知り得なかった事によって起こることです。エイズの問題で非加熱血液製剤によって感染してしまうという事例があります。今だに訴訟問題で尾を引いています。最近薬害がないかと言うところではなくて、薬害を止めている部分が多い。一步手前又は事例があったらすぐ止めると言うことが多い。知り得ている状況でもし毒薬である事を知っていて飲ませるそれは犯罪。絶対に毒薬が入らない状況でやっていたままたま入ってしまった場合には犯罪行為ではなく過失行為である。過失行為に対してどうするかという事があります。薬の発達は毒からの発展である。毒と薬は紙一重です。多量であれば死だが微量であれば薬として使えるものである。それが薬である。薬局ではOPCと申しまして(オーバードカウター)カウンター越しに薬を説明して売るというもの、もう一つは医療




薬品と言って先生方が使っている薬又は処方箋を持って来て我々がお渡しする薬がある。

見方によっては薬害、見方によっては個人の過失になるということもある。両方共過失がなくたまたま出るものもある。それがアレルギーです。


最近環境ホルモンと言う言葉が使われています。これも化学物質で起こる問題である。化学物質によって我々(生物)のホルモンに異状をきたすものでダイオキシンが今話題になっています。男性ホルモン、女性ホルモンが変化をしているそうです。それでは身近に薬害が起るかというところではなく、そうではない部分で薬というものに用心しなくてはならない。又食べ合せの問題である。これとこれ

を一緒に食べてはいけないという知識、迷信に近いものもあります。又薬は飲み合せがあります。これとこれを一緒に飲んではいけないという薬もかなり多くあります。両方飲むと片方の作用が強くなってくると言うこともある。又両方の薬を飲み合せたため作用が弱くなってしまふこともある。又両方飲むと副作用が出てしまうということもある。飲み合せと言う事は重々気をつけなければいけない。薬と上手に付き合うことは、自分の体質を話して薬を選んでもらうこと。薬の名前を知り、いつ、どのように飲むのか、いつまで飲まなければいけないか、他の薬と一緒に飲んではいけない薬はないか良く理解すること。又自分の体質に合った効果的な使い方をする必要があります。

食べものと薬の飲みあわせの例


薬物(商品名)	食物	相互作用	対策
気管支喘息などに用いるテオフィリン(テオドル)	カフェイン  コーヒー 紅茶 コーラ	カフェインを多くとると薬の副作用(不眠、イライラ)が強くなります。	とりすぎないようにしましょう
血栓症などに用いるワルファリン(ワーファリン)	緑黄色野菜  ホウレンソウ ブロッコリー 納豆	緑黄色野菜に多く含まれるビタミンKが薬のききめを弱めます。 納豆はビタミンKを合成して薬のききめを弱めます。	とりすぎないようにしましょう 食べないようにしましょう
抗生物質 テトラサイクリン(アクロマイシン、ミノマイシン)	 牛乳	牛乳中のカルシウムと結合して薬のききめを弱めます。	牛乳で飲まないようにしましょう。

アスピリンで作用が強まる薬	アスピリンで作用が弱まる薬
<p>抗血栓薬(ワルファリン、ヘパリンなど)</p> <p>脳血栓や心筋梗塞症などの治療や予防に使われるのが、ワルファリンやヘパリンです。血栓が血管につまらないよう血液を固まりにくくし、血流をよくする薬です。アスピリンも血液を固まりにくくする働きがありますから、作用が強まってしまいます。医師が注意しながら併用するのは別として、市販薬との併用はさけるべきです。</p> <p>糖尿病薬(トルブタミドなど)</p> <p>アスピリンも血糖を下げる作用があるとされていますので、インスリン製剤などと併用すると、血糖が下がりがすぎて低血糖症状をおこすことがあります。すぐお腹がすいたり、生あくびが出る時は要注意。こんな症状が出た時は、必ずブドウ糖や砂糖、アメなどをなめて、医師に連絡を。</p>	<p>痛風治療薬(プロベネシドなど)</p> <p>痛風につかう薬プロベネシドは、尿酸の排泄をよくする薬ですが、アスピリンはこの効果を抑制し、尿酸を出にくくしてしまいます。アスピリンが少量なら問題ないとされますが、素人にはどの程度かわかりませんよね。とりあえず痛風薬を飲んでいる人は、アスピリンを含む薬を飲むことは避けた方がよいでしょう。</p>




アスピリンとプロベネシドのキャラクターが会話している様子。


抗ヒスタミン剤グループ




かぜ薬



鼻炎の薬




のりものよい防止薬




抗アレルギー薬

皆、違う薬だけれども、中にほかが入っています。だから気がつかないで一緒に飲むと、副作用の脱気が強くなって、フラフラになってしまうヨ。

抗コリン成分グループ



胃腸鎮痛鎮痙薬



抗ヒスタミン剤
抗コリン

ほとと抗ヒスタミン剤くんとはよく似ているんだ

僕達と一緒に飲むと、おしっこが出にくくなったり、便秘になっちゃうヨ!

◎点 鐘 会長 吉澤 洋景

※大変専門的なお話ですので、私も気をつけてまとめたつもりですが何かありましたら小坂会員に直接お問い合わせ下さい。

(今週の担当 伊澤)