

THE WEEKLY NEWS OF EAST KISARAZU



国際ロータリー第 2790 地区
木更津東ロータリークラブ

2021-22 年度

●例会日 毎週水曜日 PM12:30~1:30 ●例会場 オークラアカデミアパークホテル TEL 0438-52-0111
●事務局 木更津市朝日 1 丁目 2-29 シグママンション朝日 B 棟 105 号 TEL 0438-25-0716 FAX 0438-25-0718

2021-22 年度国際ロータリーテーマ

奉仕しよう みんなの人生を豊かにするために
SRVE TO CHANGE LIVES

第 3 3 回例会 NO. 2554

2022 年 4 月 6 日

【坂井健治会員のペット】



【みっきちゃん】

■司会進行
加藤智生 S A A



◆四つのテスト
阪中昌司会員



◆点鐘 12時30分 渡邊 慎司会長

◆Rソング斉唱 「奉仕の理想」

◆出席 会員 41名 ◆出席率 80.55%
出席 29名 ◆前々回出席率 79.48%
欠席 12名 ◆修正後出席率 79.48%

◆欠席者【敬称略】
叶川博章・嶋津正和・鈴木秀幸・趙 亜南・
中野麻美・林田謙治・宮寺順子

ホームページ <https://kisarazueast-rc.jp>

木更津東ロータリークラブ

会 長 渡 邊 慎 司
幹 事 吉 田 和 義
編 集 大 岩 も え

国際ロータリー第 2790 地区

R I 会 長 シェカール・メータ
地区ガバナー 梶 原 等
ガバナー補佐 鈴 木 荘 一

◆メイクアップ

- 3/18 2790 地区ロータリー財団統括委員会
堀内正人
- 3/20 21-22 年度 AG/地区委員会議
堀内正人
- 3/25 2790 地区ロータリー財団統括委員会
堀内正人
- 3/26 第 2 回 PETS
堀内正人
- 3/26 第 2 回会長エレクトセミナー
大里光夫
- 3/30 2022-23 年度 第 1 回理事・委員長会議
大里光夫・近藤直弘・石田 亨・松岡邦佳・
加藤智生・宮寺順子・林孝二郎・渡邊慎司・
阪中昌司・坂井健治・田口理紗・倉島和弘・
鶴岡大治
- 4/2 RLI パート 3
堀内正人・松岡邦佳・石田 亨・大里光夫
- 4/6 第 10 回定例理事会
渡邊慎司・松岡邦佳・大里光夫・堀内正人・
吉田和義・石田 亨・佐藤丈夫・加藤智生・
渡邊元貴・林孝二郎・倉島和弘

◆ゲスト・ロータリアン紹介 渡邊慎司会長 ◇齋藤 武 (さいとうたけし) 様

◆誕生日祝い

- 石井文子会員 (3/19) ・大澤藤満会員 (3/20)
- 大隅義一会員 (3/31) ・大森裕資会員 (3/31)



■会長挨拶・報告

渡邊慎司会長



みなさんこんにちは、4月に入り寒い日が続いていましたが、体調は皆さん宜しいでしょうか。やっと晴れ間が出てきて暖かい日が続いていますが、桜にとっては開花したのちに寒くなったので長く咲いている様に感じます。二十四節気で言うと「清明」と言い、七十二候では「玄鳥至る」と言うそうです。長須賀にも5月頃から500羽以上のツバメがやってきます。主に、朝と晩に帰ってきて昼間は何処かに行っています。その他にもセイタカシギが毎年産卵しにやって来ますが、雨が降ろうが風が強く吹こうが卵を温め続けます。そして巣に近づく物があるともう一羽が追い払うように攻撃をします。そして雛が生まれると横取りしようとするカラスと親鳥の戦いが始まります。その他にもバンと呼ばれる鳥やカモの親子も見かける事があります。耕作放棄地となっている田んぼが、隠れるには適しているようで多くの鳥たちがやって来ます。野鳥にとっては生息しやすい場所のようです。

今年の入学式もコロナウイルスの影響で人数を制限して行われている学校が多くあるようです。コロナウイルスのパンデミックから2年が過ぎましたが、いまだにさまざまな催し物が制限をしながらの開催になっています。短大生などは殆どキャンパスに行く事なく卒業する事になってしまった生徒もいるようです。コロナウイルスが蔓延して以来、とにかく中止ないしは縮小する方向で進んでいますが、さまざまな会議や総会などが中止になったり、書面評決になったりしています。本当に必要な会議や総会は対面で実施していますが、そうで無いものは元々重要ではない会議や総会なのではないかと感じてしまいます。私が本年度休会をせずに進めていきたいと思ったのも、大切な例会を会員の皆さんに提供していく事が大切だと思っているからです。アワーを担当する委員会も事前に準備をしている中で中止にするのは忍びないと感じています。残り3ヶ月となりましたので今後も皆さんの協力を得て無事例会をこなしていきたいと思えます。

また、4月に入ると次年度の準備も活発になってきます。先日も次年度の委員長会議が行われましたが、この準備の時期が大変重要になってきます。大里会長エレクトの活動方針をよく理解し、継続事業についてはさらなる進化を果たせるように事業の見直しを行ったり、新しい事業を進めていくには準備に時間がかかるからです。特に入会歴の浅い会員の皆さんにはロータリーを知る良い機会です。事務局には過去の週例や周年誌が有りますので参考にするのも良いと思えます。また、先輩会員に過去の事業について聞いて理解することも大切です。4月29日の地区協議会では各委員会での進め方も含めた話を聞く事ができ、他のクラブについて知る機会になると思えます。今年も3ヶ月が経ちました、7月のスタートまで後3ヶ月です。あっという間に3ヶ月が経ってしまいますので、早めの準備をして良いスタートを切れるようにして下さい。また、本年度の委員長さんにはやり残した事が有れば、思い切って実施して頂きたいと思えます。



1. 幹事報告

1) 本日、例会終了後第10回定例理事会が開催されますので、理事の方の出席をお願いいたします。

2. 他クラブからのお知らせ

1) 君津 RC より「例会変更のお知らせ」が届いておりますので回覧いたします。

3. その他のお知らせ

- 1) 一般社団法人ロータリーの友事務所より「新型コロナウイルス感染症に関する友事務所対応の件」お知らせが届いておりますので回覧いたします。
- 2) 木更津市交通安全協議会より「令和4年春の全国交通安全運動の実施について」が届いておりますので回覧いたします。
- 3) 木更津市社会福祉協議会より「第4回木更津市福祉チャリティーゴルフ大会事業報告及び御礼」が届いておりますので回覧いたします。
- 4) 「ロータリーのお誘い」の冊子を15部購入いたしました、ご利用をご希望される方は事務局までご連絡をよろしくお願いいたします。

4. 回覧

- ・ 君津 RC より「例会変更のお知らせ」
- ・ 一般社団法人ロータリーの友事務所より「新型コロナウイルス感染症に関する友事務所対応の件」
- ・ 木更津市交通安全協議会より「令和4年春の全国交通安全運動の実施について」
- ・ 木更津市社会福祉協議会より「第4回木更津市福祉チャリティーゴルフ大会事業報告及び御礼」

■ 委員会報告

- ◆ 雑誌・姉妹クラブ委員会 阪中昌司委員長
【ロータリーの友 4月号の紹介】



【横組み5ページ】

R I 会長メッセージ

ロータリーにおける会長のスローガンの一つに、「もっと行動し、もっと成長する」があります。「もっと行動する」は、より大規模で、より大きなインパクトをもたらす奉仕プロジェクト、「もっと成長する」は、会員を増やすことを意味しています。

環境問題等、世界でロータリーが必要とされている今こそが、奉仕によって人生を豊かにすることが出来ることを忘れないでください。

【横組み7ページ】

特集 母子の健康 育児と生理の大変さを知る男性の育児休業の取組について紹介されています。

宮崎南RCの岡崎組の事例では、メリットとして仕事が楽に感じられる。大変だったことは、仕事の引継という声がありましたが、周りの理解を得られてスムーズに運営できたとのことでした。

10ページからは育児・介護休業法の改正について解説されています。

2021年6月に改正され、2022年4月1日から順次施行されます。

目標は、2020年の男性の育休取得率12.65%を2025年までに30%に引き上げることにあります。

そして、ニュースでも取り上げられた「生理の貧困」についても触れられていますのでご一読下さい。

14ページからは、女性会員に聞きましたというアンケートが掲載されています。約7割の女性会員が所属クラブに満足しているとのことですが、17ページに記載の不満と思う女性会員の意見は興味深いものがあります。

【縦組み4ページ】

記念講演要旨 命を頂いてつないでいくこと 助産師・思春期保健相談士 内田美智子さんの講演要旨です。

思春期の悩みを抱える子供たちへの接し方、態度について語られています。死なないで、相手をいじめないで、自分を大切に、命を大切に、人に優しくしようと、こうしたメッセージは、言葉だけでは伝わりません、何よりも「あなた」が大事だということを日々の暮らしの中での振る舞いやしぐさから子どもに伝えることが必要だと語っています。

そして、子どもの脳は、暴力・暴言を受けたり見たりただけで萎縮しますが、周りの人が努力することで再生可能だとのこと。虐待の問題が最近よく取り上げられていますが、行き着いたものは「食」とのことです。食べることは生きることで、生きることは食べること。被害者だけでなく、「加害者にならないような人」を育てることが大事、命を守り育てるのは大人の使命ですから と語っています。

◆2790 地区ロータリー財団統括委員会
堀内正人委員長



年次基金寄付額の一人当たりの目標額が 150 ドルとなっております。3 月末日のレポートによると、木更津東ロータリークラブの一人あたり年次基金寄付平均額が 159 ドルに達したとのことで、みごと目標を達成したということでもあります。

これからもロータリー財団へのご理解とご支援をよろしくお願い致します。

◆ゴルフ愛好会 坂井健治会員



今後の予定を発表させていただきます。

4 月 26 日 当クラブのゴルフ大会 ロイヤルスターカントリークラブ 9 : 00 集合で開催します。

5 月 17 日 第 5 ブロックのゴルフ大会 上総モナークカントリークラブで開催されます。申し込みの締め切りは 4 月 12 日となります。

5 月 23 日 地区大会記念ゴルフ大会 東急セブンハンドレッドで開催されます。

申し込みの締め切りは 4 月 6 日となります。いずれの出欠も私のところへ FAX して下さい。

◆大澤藤満会員



時の話題を 2 つお話しします。

1. 今年の秋サッカーワールドカップが開催されます。カタールの駐在大使からバッグと公式のボールを手渡されましたので披露したいと思います。



2. 毎日ウクライナの悲惨な状況を目にします。娘が通訳の会社を経営しておりますので、現地の映像やインタビューの通訳を依頼され、今はとても忙しいとのことでした。



◆ニコニコボックス報告・出席報告
親睦出席委員会 田口理紗委員長



◇石井文子会員

今年で 64 才となります。これからも人様のお役に立てる様、日々筋トレにはげみます。本日はありがとうございます。

◇大澤藤満会員

誕生日を迎えて数えるとあと 17 年しか残されていません。コロナ禍の為 3 年間の空費は無念の思い。残した計画を大いに楽しみながら無事にこなしたいと思っております。「光陰矢の如し」の譬え、問題はさてその先はどうするか？

◇大隅義一会員

3 月 31 日 86 才になりました。超高齢者になりましたが、頑張ります。

◇大里光夫会員

本日の卓話者は高柳地区で薬局を営まれている齋藤様です。宜しくお願ひ致します。

◇堀内正人会員

2790 地区ロータリー財団統括委員会の堀内です。3 月末日の MCR レポートによれば木更津東 RC が年次募金寄付の目標額一人あたり 150 ドル以上を達成したとのことです。これからもロータリー財団へのご理解とご支援を宜しくお願ひいたします。

- 例会アワー
- ◆社会奉仕委員会
大里光夫
会長エレクト



- ◆卓話者
株式会社エンゼル薬局
代表取締役 齋藤 武 様



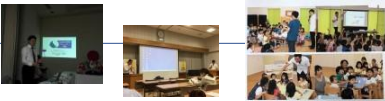
「もののみかた」
様々な社会問題を多角的な視座で
問題解決へと導く為

例年、木更津市岩根公民館主催にて岩根中学校で開催されている出前授業“地域の先輩に学ぶ”で木更津東ロータリークラブ 大里会員と面識があり、今回卓話の依頼をいただきました。薬局経営と薬剤師の仕事を生業としておりますが、職業を通じた部分と派生した部分とで地域ボランティア活動を行っております。

地域活動に参加するきっかけとなったのは、子供を3人(小2、小6、中2)授かり子供の将来のことを考え始めた機会でした。子供たちの地域の状況、今後の日本中の子ども達の環境を考えたとき非常に不安感を覚えることとなり、まずは地域で何かできることはないかと少しずつ進めてきた内容をこれからご説明いたします。

自己紹介

名前 齋藤 武



株式会社エンゼル薬局 代表取締役
君津木更津薬剤師会 理事
学校薬剤師委員会 木更津支部 部長
一般社団法人健康よろず相談室 代表理事
(社)まちづくり木更津 理事
君津木更津薬剤師会薬業界 副会長

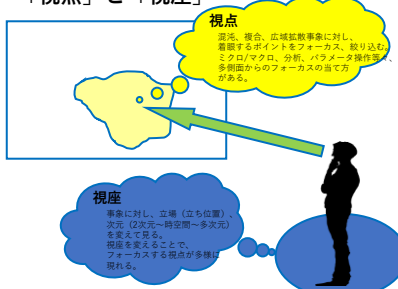


現在の活動内容

- 薬育教育
- ダメ・ゼッタイ運動
- イジメ撲滅運動
- こども食堂
- 健康よろず相談室
- まちづくり活動



「視点」と「視座」



こどもの貧困

- ・現在6人に1人(片親に関しては2人に1人)がチャイルド・プアと呼ばれる
- ・経済的に問題を抱えた子供がいる。

こども食堂の設立

- ・きさぼんゼリー(マルチビタミンブルーベリー)をこども食堂に無償で配ることはもちろん一般向けのゼリーの売り上げの一部もボランティア活動等に還元しています

ど根性農法(無農薬)で育った
木更津産ブルーベリーを使用



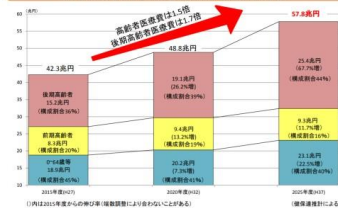
- アントシアニン
ビタミンA
ビタミンB1, 2, 6, 12
ビタミンC
ビタミンD
ビタミンE
カルシウム、鉄分
葉酸、食物繊維を
学校給食摂取基準に
照らし合わせ配合しています



超高齢社会～医療費の増大

1. 国民医療費の推計

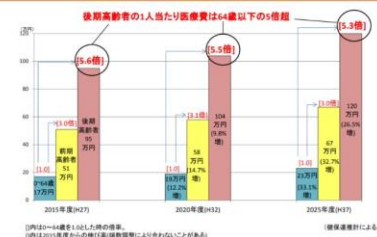
国民医療費は2015年度の42.3兆円から2025年度には14倍の57.8兆円に増加。このうち、65歳以上の高齢者の医療費は、23.5兆円から28.1兆円に1.9倍に増加。医療費全体に占める割合も55%から60%に高まる。特に後期高齢者医療費は15.2兆円から23.4兆円に1.7倍に急増。



(内は2015年度の各年齢層の医療費(推計)により示されています)

2. 1人当たり医療費の推計

1人当たり医療費は、前期高齢者は2015年度から2025年度には32.7%増の67万円、後期高齢者は、55万円から2025年度には26.5%増の120万円に増える見通し。前期高齢者の1人当たり医療費は0~64歳の3倍程度、後期高齢者は5倍超となっている。



多剤併用にどのように介入するか

- H2ブロッカー中止 (中止後不具合があれど...)
- リスペリドン (用量調整)
- センソシド (中止)
- アスパラカルウム (センソシド併用時、血中濃度を見ながら)

自己判断での中止・中断は危険

医療費の適正化

- 医療費を適正化する国の方策として
- 「入院期間短縮」
- 「療養病床削減」
- 「生活習慣病対策」
- 「包括支払制度」
- 「ジェネリック医薬品使用促進」
- 「多剤併用 (ポリファーマシー) の解消」
- 「健康よろず相談室」

健康よろず相談室

健康よろず相談室とは?? 生徒の相談や療しの場として機能を果たしている「学校の保健室」のように、心や身体についての様々な気がかりや問題を、誰でも専門知識に気軽に相談することができる場と機能することです!



「ポリファーマシーとは何ですか?」



病院にかかって風邪薬を処方された...それなら市販薬でも良かったかも... 風邪だと思って市販薬で治そうとしたけどその後やはり病院へ一最初から受診しておけばよかった... そんな風に思ったことはありませんか?



専門知識のあるスペシャリストが集まる「健康よろず相談室」に相談してみてください。健康よろず相談室は、医療の適正化を目指す。町の保健室! 私たちは皆さんに医療、介護等の正しい情報や知識をお伝えし、適切に病院または市販薬を提案させていただきます。皆さんの健康を管理することをお手伝いします。



他にもこんなご相談承ります!!
・最近薬が増えすぎて飲み合わせは大丈夫? → 短期中だけこのお薬は服用しても大丈夫?
・歩くことが大変になってきた。→ お薬を飲み忘れることが増えて、毎朝一人で介護が必要 などなどお気軽にご相談ください! 私たちにその悩み解決のお手伝いさせていただきます。

「必要以上の医薬品を使用している状態」を指します。

H2ブロッカーによる(せん妄暴言・暴力)

リスペリドン (便秘)

センソシド (低カリウム血症)

アスパラカルウム

⋮

「2つ」のキーワード

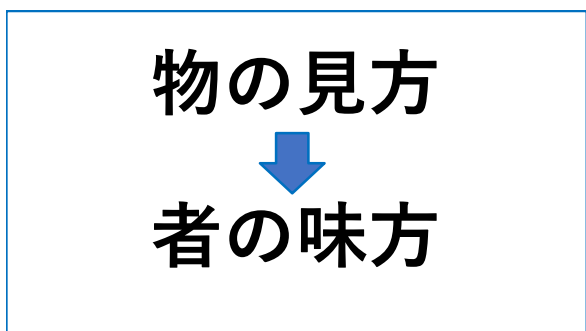
「危機感」

「感謝」



2018年11月9日
一般社団法人健康よろず相談室

2019年1月8日
朝日新聞 掲載



お薬のことは、かかりつけ薬局の
薬剤師にご相談下さい。
かかりつけ薬剤師が在宅訪問いたします。



かおのみえる薬剤師
エンゼル薬局
齋藤 武



今まで活動をする中で2つのキーワードを意識してプロジェクトを進めてまいりました。危機感と感謝でした。

危機感 → 原動力、感謝 → 持続力

危機感は子供たちの未来を考え進む原動力となっています。またプロジェクトを継続出来ているのは関係者からの助言や協力が有って成り立っています。時には活動の内容で厳しい対応が有っても視座を変え、安易に判断しない様にするると新しい出会いに結び付くことができました。先ずは何が起きて感謝の心で受け止めることが事業を持続するために必要であると認識できました。

今回お話できなかったプロジェクトもあります。皆様とは交流をもって情報交換を継続的にさせていただきたいと思っております。本日は有難うございました。



ありがとうございました



◆点鐘 13時00分 渡邊慎司会長