



高槻ロータリークラブ
2016~2017
WEEKLY BULLETIN

四つのテスト

I. 真実かどうか
II. みんなに公平か
III. 好意と友情を深めるか
IV. みんなの為になるかどうか

事務所 オーロラモール高槻西武6階 〒569-1116 高槻市白梅町4-1
TEL 072-683-1158 FAX 072-683-1174
E-mail takatsuki.rc@bird.oce.ne.jp

例会日 毎週水曜日 12:30~13:30
例会場 オーロラモール高槻西武6階 多目的ホール TEL 072-684-5379

創立 1954年6月15日
会長 藤井敏雄 **幹事** 入谷治夫 **クラブ運営委員長** 小阪大輔 **会報担当副委員長** 山室匡史

No.40 2017年5月24日 発行

5月は青少年奉仕月間

第3073回 本日(5/24)の例会

- ◎ソング……我等の生業
- ◎外部卓話 高槻警察署交通課 交通総務係
係長 川面 聖 様
- テーマ 交通安全講和

先週(5/17)の例会から

- ◎ゲスト 計1名
国際ロータリー第2660地区
2017-18年度 ガバナー補佐
近藤 眞道様 真言宗 高槻西 RC

第3074回 次週(5/31)の例会

例会場変更：桃谷楼

- ◎ソング……手に手つないで
- ◎卓話 奥田 晴基君
テーマ「私と陶芸」
東村 賀文君
テーマ「私の履歴書」
- ◎例会後の行事
第4回情報集会 例会後 於：桃谷楼
第3回新入会員歓迎会
18:30~ 於：黒石 高槻店

◎会長の時間
「高槻ロータリークラブのクラブ戦略計画」

本日は、クラブ戦略計画委員会の川面委員長がご欠席のため、代わってご報告致します。

ロータリークラブの戦略計画につきましては、2007年に創立100周年を期してRI理事会で採択されたのが最初で、5つの中核的価値観などが制定されました。さらに3つの活動目標が加えられて、現在の形となったのが2010年です。

2660地区では2015年に、クラブ戦略委員会を立ち上げ長期戦略計画を立案するよう各クラブに要請がありました。当クラブではすでに2014年の川畑年度で、山口先生の提案により川畑会長の指示で西田さんが委員長となり、「高槻ロータリークラブの将来のあるべき姿」が纏められています。

翌、朝倉年度では、松尾委員長が地区の要請に沿って、「クラブ戦略委員会」を立ち上げクラブ内での位置づけ(理事会の諮問機関)、構成メンバー(指名委員会メンバー+若干名)など、その使命と運営について決定されました。

そして本年度、川面委員長のもと、70周年を目標として取り組むべき具体的な内容を取り纏めていただきましたので、ご説明いたします。(内容は添付資料)

長期計画というものは、途中で修正も必要ですが全員がしっかりと受け止め実行していけば必ず3年すれば成果が出てくるものです。5年もすれば新しい世界が広がってきます。

川面委員長に、思いを語っていただく機会も作りたいと思っています。どうか皆さん、このレポートを読み直していただき、ご理解とご協力をお願い致します。

◎出席報告

会員数	出席者数	出席率
51名	39名	81.25%
前々回例会補正後出席率	93.88%	%
但し、Mup 5名	欠席者 3名	
出席規定適用免除有資格者	2名	

◎幹事報告

2名の新入会員選考書類を皆さんのポケットに入れておられます。異議のある方は、7日以内にお申し立て下さい。宜しくお願いいたします。

◎委員会報告

○職業奉仕委員会 小山 彰夫
 優良従業員推薦書をポケットに入れておられます。表彰式は6月21日例会にて行います。推薦書は5月31日までに事務局宛に提出してください。宜しくお願いいたします。

○倉本 進 進会員より旭日双光章受章のご挨拶



◎卓話 「薬物乱用」 倉本 進

私の職業は薬剤師で、調剤薬局を開局しております。また大阪府教育委員会より委託を受けて、大阪府立大冠高校と大阪府立槻の木高校の学校薬剤師という仕事をさせて頂いております。

では、学校薬剤師はどんな仕事をしているかと申しますと、主な仕事は、生徒が学校生活を安全に安心して過ごせるように教室の空気、照度、水質、保健室のダニ検査をしたり、また健康で元気に暮らせるように薬の正しい知識や危険な薬物の話をしたりしております。

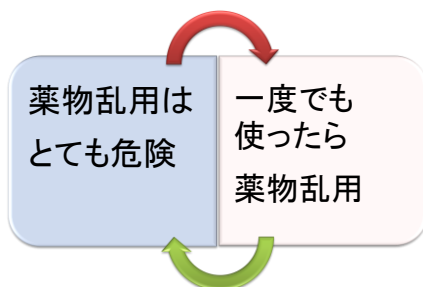
本日は、そのひとつの薬物乱用防止についてお話させて頂こうと思っております。

薬物乱用とは

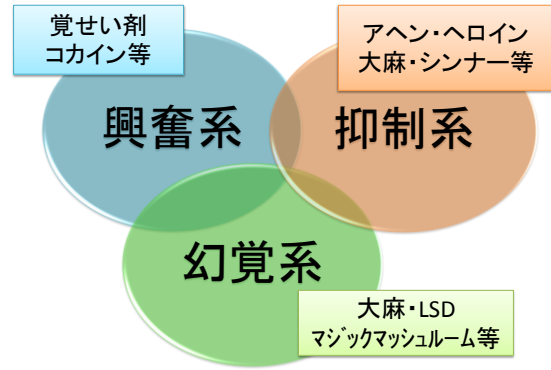
- ・社会のルールから外れた方法や目的で薬物を使うこと。
- ・たとえ医療でも、本来の医療目的から逸脱した用法や用量あるいは目的（遊びや快感などを求めるため）に使用することも乱用である。
- ・覚せい剤などの違法な薬物は、1回だけの使用でも乱用になり、同時に犯罪になる。

- ① 1度使用しても乱用
- ② 規制薬物は所持しているだけでも処罰

薬物乱用とは



乱用される薬物の分類

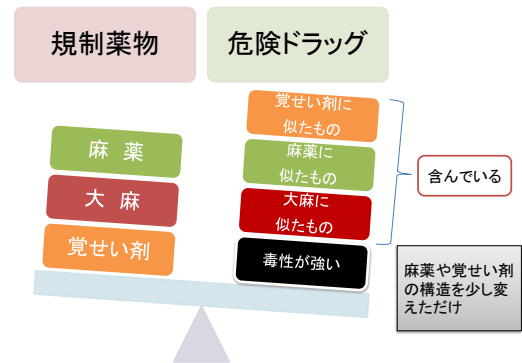


危険ドラッグとは

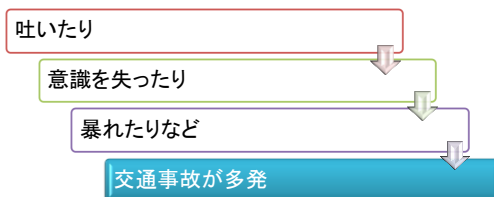
麻薬や覚せい剤の化学構造を少し変えただけ

麻薬や覚せい剤より危険な場合も

危険ドラッグを使用すると～



本当の怖さを知っていますか？



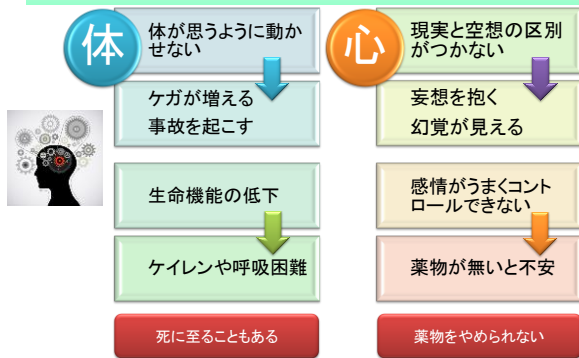
さまざまな危険ドラッグ



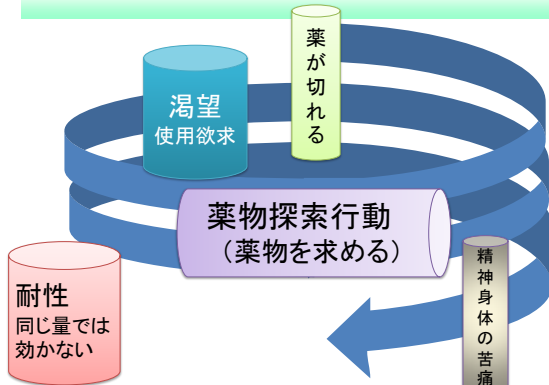
危険ドラッグは……



危険ドラッグ乱用の影響



薬物依存



◎卓 話

「アルコールの裏技 ゼロカロリー」

橋本 憲治

お酒は昔から百薬の長といわれております。たとえば、今から40年以上前には食欲のない方に食欲増進剤としてアルコール（エンサンリモナーデ）が処方されていきました。また、近年その効能について多くの新しい研究がされております。

ところで、飲酒と糖尿病治療について、以前より議論が交わされてきております。そこで、アルコールと糖尿病の治療との関係について、虎の門病院の杉本忠夫先生が日本醸造協会誌に寄せられた寄稿について紹介させていただきます。

糖尿病治療は食事と運動療法が基本です。治療に際して医師は節酒・禁酒を勧めています。禁酒すると血糖は著明に改善してきます。そのわけは節酒・禁酒すると飲酒時につまんでいた酒肴が減り蒼摂取カロリーが減少、そのため血糖が改善してくると考えられます。ところで、欧米ではウイスキーなど蒸留酒を多量に飲用し低血糖性昏睡をきたす方が間々あります。これはアルコール性低血糖昏睡とよばれ、欧米では救急室へ搬送される意識障害の重要な疾患です。ところが、日本では酒肴をとるため低血糖性昏睡は稀です。

ところで、ご存知の通り飲酒可能なアルコールはエチルアルコール（エタノール）です。エタノールは炎を出して燃焼し、そのカロリーは1g当たり7kcalの燃焼カロリーがあります。因みにお砂糖は1g当たり4kcalです。

では、燃焼カロリーがあるのになぜ蒸留酒を多量に飲むとアルコール性低血糖発作をきたすのでしょうか。そのわけを探るため一つの研究をみてみましょう。

この研究では、被験者を2群に分け、体重が増えない一定カロリーの食事を元に、第1群では200kcalのチョコレートを、第2群には同じ200kcalのウイスキーを追加して、3ヶ月間経過を観察し体重の増加を検討しております。

その結果、チョコレートを食べた第1群では体重は増加していきましたが、ウイスキーを飲用した第2群では体重は増加しませんでした。エタノールにはお砂糖の倍の燃焼カロリーがあるのですが…。また、他の研究においてもアルコールは体内でカロリーとして働かないので、ゼロまたはエンプティーカーロリーと呼ばれています。

ところで、先述したように蒸留酒を単独で嗜むと血糖値は下がっていきます。しかし、30年前、アルコールの飲用で血糖が下がることをある方にお話ししたところ、全く聞く耳を持たれませんでした。この方はご自身の血糖を測っておられたので小実験にご協力していただくことになりました。

この実験は毎日の食事カロリーを一定とし、夕食時に一日おきにお酒を一合飲み、毎朝食事前に血糖値を測定して頂く単純な実験でした。

後日、その方はお酒を飲んだ翌朝の血糖値が飲まない日より10mg/dl前後下がったと興奮気味に報告されました。このことよりアルコールのゼロカロリーを確かめることができました。

前述したように欧米ではアルコールは体内ではゼロカロリーのため血糖値は下がります。しかし、日本では生活の知恵で飲酒時にもものを食べないと肝臓を傷めるといわれており、つまみながらお酒を楽しむためアルコールによる低血糖発作は稀であったと考えられます。

今後、アルコールのゼロカロリーの機序を解明し、糖尿病の新しい治療法の開発を期待しましょう。

◎ニコニコ箱報告

- ・誕生記念内祝 井前君 (①古希になりました。②倉本さん、受章おめでとうございます)、
倉本君
- ・入会記念内祝 生駒君
- ・皆出席 内祝 深野君 (これからも皆勤を肝に命じ出席致します) 浜田君、馬淵君
- ・創業記念内祝 川脇君
- ・例会に参上して 近藤 真道様
- ・次年度ガバナー補佐近藤様、ようこそいらっしゃいました。御指導宜しく願いいたします。倉本会員、叙勲されたことおめでとうございます。 朝倉君
- ・倉本さん、叙勲されおめでとうございます。我々ロータリー会員としても大変喜ばしいことでした。藤井君
- ・つたない卓話を聞いて頂いて。倉本さん、叙勲、誠におめでとうございます。 橋本君
- ・倉本さん、受章おめでとうございます。 入谷君
- ・倉本先生、叙勲おめでとうございます。 石田君
- ・倉本様、旭日双光章受章おめでとうございます！
伊藤君
- ・倉本さん、受章おめでとうございます。 河合君
- ・倉本会員の受章おめでとうございます。 川脇君
- ・5月9日に旭日双光章を受章しまして。 倉本君
- ・倉本先生、旭日瑞宝双光章おめでとうございます。益々のご活躍を祈念しております。 松尾君
- ・倉本さん、おめでとうございます。 大木君

本日の合計 ￥ 98,000-
7/1よりの累計 ￥2,471,000-

◎R財団への寄付

- 浜田 厚男君 ￥5,000- 井前 憲司君 ￥5,000-
入谷 治夫君 ￥5,000- 河合 一人君 ￥5,000-
篠原 光子君 ￥5,000- (倉本先生、旭日双光章の受賞おめでとうございます。)

本日の合計 ￥ 25,000-
7/1よりの累計 ￥ 820,000-
一人当たり平均 \$ 152.13

◎米山奨学会への寄付

- 生駒 俊雄君 ￥5,000- 石田 佳弘君 ￥5,000-

本日の合計 ￥ 10,000-
7/1よりの累計 ￥ 567,500-
〔 会員より ￥320,000- 〕
〔 クラブより ￥247,500- 〕
一人当たり平均 ￥11,582-

