



# 盛岡LC会報

《2022.6月号》

NO.1

〒020-0034

盛岡市盛岡駅前通1-44  
ホテルトロポリタン盛岡本館4階

☎ 019-623-5522

Fax 019-623-5530

✉ qqmb8r69@crux.ocn.ne.jp

## ★2021～2022年度332-B地区ACTスローガン★

『小さな煌めきの結集で  
笑顔が輝くアクティビティ』

## 2022年6月の行事予定

月	日	曜日	時間	行 事	場 所
6	3	金	12:15	第1487回例会 (SP/市民環境委員会)	ニューウイング
	3	金	13:30～	次期準備理事会	〃
	4	土		332複合地区第68回年次大会 前夜祭	秋田県 秋田キャッスルホテル
	5	日		332複合地区第68回年次大会 代議員会/大会式典/議長晩餐会	〃
	15	水	10:15	次期三役・事務局員セミナー	大船渡プラザホテル
	17	金	18:00	第1488回例会(最終例会)	ニューウイング
	19	日	11:00	東山ライオンズクラブ 50th記念式典 ※3名参加	東山地域交流センター
	23	木	11:30	1R1Z 現・次期ZC・三役会	ニューウイング

各会合につきまして、今後の状況次第では中止となる可能性もありますことを  
予めご了承いただけますようお願い申し上げます。



## 例会・理事会等議事報告(5月分)



★5月定例理事会 ※4月26日(火)18:00～ 盛岡グランドホテルアネックス  
\*月次収支報告 … 会計 長 棹宏吉より、3月分の収支報告がございました。

### \*協議事項

- ① 会員退会の承認の件並びに次年度役員変更の件
- ② 332-B地区年次大会交通手段について
- ③ 緑の募金運動にかかる篤志募金へのご協力について

### \*報告事項

- ① 332-B地区 第68回年次大会アワード授賞通知のお知らせ

★第1485回例会 ※5月6日(金)12:15～ ホテルトロポリタン盛岡 ニューウイング

### \*協議事項

#### ① 会員退会の承認の件

… 出席・会員委員会並びに理事会にて協議済みの下記退会希望者1名の退会承認をお願い致します。また、退会に伴い、次年度役員(正)テールツイスターが空席となることから、以下の通りに変更致しますことをご承認願います。

#### ■ 退会希望者1名 ※ 6月末退会予定

L.牧田 光央 朝日生命保険相互会社盛岡支社長 [SP: L.伊藤 英明]

▶ 退会理由…転勤(東京勤務)の為、退会させていただきたい

#### ■ 次年度役員変更

(正)テールツイスター L.牧田 光央 ➡ L.獅子内一義

(副)テールツイスター L.獅子内一義 ➡ L.萩原 俊美 ➡ 全会一致で承認

#### ② 332-B地区年次大会交通手段について

… 5/15(日)奥州市にて開催される【332-B地区第68回年次大会】交通手段として、バスの手配を検討しております。現在、会員15名+事務局員1名の参加登録があり、期初承認済み【2021年クラブ運営】資料に基づき、参加会員の皆さまよりバス代として一人3,000円の協力依頼とさせていただきます。なお、先般開催理事会協議の結果、今回手配のバス代は、予算計上しておりませんので、クラブ運営費予備費より拠出することと致しました。これにつきまして、会員の皆様よりご承認を頂戴致したくお願い申し上げます。

《バス代》 往復高速代/運転手込み25人乗り … 65,780円

※旅費として、運営費予備費より拠出させていただきたい ➡ 全会一致で承認

#### ③ 緑の募金運動にかかる篤志募金へのご協力について

… (公社)岩手県緑化推進委員会盛岡支部より、緑の募金運動の協力依頼が届いております。先般開催理事会協議の結果、当クラブ事業費予備費より協力金10,000円を拠出することと致しました。これにつきまして、会員の皆様よりご承認を頂戴致したくお願い申し上げます。

➡ 全会一致で承認

### \*行事参加報告

【4/16(土) 水沢ライオンズクラブ60周年記念式典】 L樋下光

【4/20(水) 緊急地区名誉顧問会議】 L平野喜嗣

【4/22(金) 国際地球デー】 L荻原鉄二 L伊藤完治 L赤坂勝 L晴山博邦 L浅沼克人 L山信田寧  
L獅子内一義 L手代木克介 L佐藤啓子 L本田成幸 L三上信幸 L宮田謙 L千田宏美  
L吉田ひさ子 L佐藤美恵子 L君澤温 L樋下光 <<サイン順/合計 17名参加>>

【4/23(土) 久慈ライオンズクラブ55周年記念式典】

L樋下光 L本田成幸 L長棹宏吉 L浅沼克人 L獅子内一義 L山信田寧

【4/25(月) 岩手県ユニセフ協会 2022年度第1回理事会・評議員会】 L樋下光

【4/29(金:祝日) 花巻ライオンズクラブ60周年記念式典】 L樋下光 L本田成幸 L長棹宏吉



# 盛岡LC会報《2022.6月号》NO.2



5月6日(金) メンバースピーチ … L松田 恭一  
演 題 『薬剤の多剤併用について』



## \*その他の報告事項

### ① 332-B地区 第68回年次大会アワード授賞通知のお知らせ

#### ▶ LCIFアワード

2019-20年度 上位寄付者 ブロンズ L.平野喜嗣

2020-21年度 100/100クラブ表彰 (L佐藤 啓子)

▶ 栄光のアワード … クラブ運営優秀賞 金賞 (L樋下 光)

▶ ガバナーアワード … レオクラブ育成賞 (L浅沼 克人)

※5/15(日)332-B地区年次大会式典の際、登壇の上、受領となります。  
尚、( )は、登壇予定者となりますので、よろしくお願い致します。

### ② 一関LC60周年 記念誌送付について

… 4月17日(日)開催されました、一関LC60周年記念式典の記念誌が届いております。

### ③ 久慈LC55周年/花巻LC60周年 記念誌について

… 4月23日(土)開催『久慈LC55周年』並びに、4月29日(金)祝『花巻LC60周年』の記念誌を事務局にて保管しておりますので、ご覧になりたい方は事務局迄お願い致します。

\*ファイブ … 8,300円 [累計:199,850円]

\*ドネーション … 3,000円 [累計:251,000円] 結婚祝(L手代木克介)

\*アテンダンス … 会員59名 [出席18名 + メーキャップ 24名] → 71.1%

本日は、財務委員のL松田恭一より、『薬剤の多剤併用について』と題してスピーチして頂きました。皆さんも、段々と高齢になってきていますが、これから将来複数の医療機関を受診することがあると思います。思いがけず似たような薬が複数出たりする場合“薬剤の多剤併用”が発生、その問題点についてお話し頂きました。

医療関係者では多剤併用の事をポリファーマシーと呼び、“ポリ”は複数“ファーマシー”は薬という意味です。年齢や体重、生理機能に対して不適切な医薬品、たくさん出してる薬に紛れて必要な薬が処方されていない事が、多剤併用の基となる原因となり、有害事象や思いがけない副作用が出る可能性があります。薬剤数が、6剤以上の場合、有害事象が跳ね上がり、5剤の方でも置き転倒の恐れがあるそうです。複数の医療機関を受診の場合も、多剤併用の原因が潜んでいる為、受診の際はお薬手帳を必ず持参することが大切です。その他にも、診療科・医療機関間の連携不足も考えられます。

また、複数の医療機関から沢山の薬が出て、薬が重複したり相反する作用の薬がでたり…そうすると、処方カスケード(負のスパイラル)が始まります。1つ目の医療機関で処方された薬により副作用がでたと、2つ目の医療機関で副作用を止める薬が処方され、また副作用がでたまた医療機関に行き…これが負のスパイラルとなり薬がどんどん増えていく原因となります。しかし、ご自身で薬の服用を中止することは避け、必ず医療機関の先生へ服用している薬を伝え、むやみに薬を欲しがらないようにしましょう。高齢者は、若い頃と同じ薬の量を服用すると、薬が効き過ぎ身体に良くない場合もあります。薬の優先順位を考え、最小限の薬を服用することが大切です。患者さんと、ドクター、薬剤師さんの三者三葉のチェックが入って丁度いい薬の量が成立し、処方されます。

皆さんも医療機関等を受診の際は必ずお薬手帳を持参し、いつまでも元気な体で過ごしましょう!!

## 2022.5.15(日) ライオンズクラブ国際協会332-B地区 第68回年次大会 in 奥州市文化会館 (Zホール)

今年度の年次大会は、地区内各LCより467名の参加者が集まり盛大に開催となりました。

アワード表彰では、クラブ優秀賞『金賞』を受賞!今年度1度だけ休会はありましたが、コロナウィルス感染対策を徹底し、対面での例会を開催してきた樋下会長の思いが形となる賞となりました!! その他、LCIFアワードやレオクラブ育成賞等の授賞、誠にありがとうございます★



祝宴中は水沢太鼓の皆さんにより、  
**疫病退散の願いを込めて**迫力のある演奏で  
会場を盛り上げて頂きました

**クラブ優秀賞『金賞』**  
おめでとうございます!!



祝賀会、最後の『また会う日まで』は、感染対策の為、  
声を出し歌わないかわりに発光ステッキを使用  
会場はまるで…コンサートホールのような感じ!!