



市内事業所の
個性豊かな社長さんや
店長さんなどの意外な交友関係をご紹介します。
いつかあなたにも繋がるかも？

いいともバトン：No.9 登場の西村修市さん ➡ 渡辺義弘さん



左／渡辺さん(44) 右／高野さん(65)

いいとも No.10

鷓森で建設業を営む「株渡辺建材」社長 渡辺義弘さんの“とものわ”は、寿町の「フラワーショップ ロベリア」の高野進さんです。お二人は当商工会議所の小規模企業振興委員として会議所と会員事業所のパイプ役として活動していただいています。渡辺さんのお母さんと高野さんが中学生時代の同級生というご縁もあり、昔話や事業についての話で盛り上がるそうで、「今年こそはゴルフを一緒にしよう」と約束もされているとか。まるで仲の良い親子のようですね。

「健康」と「薬」

「三浦」

よもぎま

新

(有)三浦薬局
社長 三浦 伸一

ようやく春がやってきます。春は、多くの植物にとって命の始まりの季節。キャベツ、たまねぎなど一年中食べ慣れた野菜がこの時期特に瑞々しく感じられるのは体が成長途上であり、植物として“若い”ためでしょう。食べる時は素材そのものの味を楽しみたいものです。

私達の暮らしの中ではたくさんのお薬が使われています。例えば、皆さんの中にはかぜをひいた時にかぜ薬や解熱剤を飲んだことのある人は多いはず。ご家族の中には血圧を下げるための薬剤を飲んでいらっしゃる方もいるかもしれません。このように薬には、病気を治したり身体を正常な働きを促すなど健康な生活を保ち、助けるための役目があります。

しかし、使い方を間違っていると副作用の効果が強く出すぎて危険であり、乱用する



と悲惨な事故を起こしたりすることもあります。ここで薬の体内での流れをお話しします。口から飲んだ薬の多くは食道から胃へ、さらに十二指腸から小腸へと送られ、その間に門脈という血管を通過して肝臓に入り、体中を循環する血液の中へ送られます。血管の中に入った薬は、その目的とする臓器へ運ばれ、そこで初めてその効果を表す薬としての役割を果たします。

服用時間のめやす

たとえば、「食後に飲んでください」と言われたら何分後に飲みますか？

- 食前： 食事をするおおよそ30分前に飲む
- 食前前： 食事のすく前に飲む
- 食直後： 食事のすく後に飲む
- 食後： 食事をしてからおおよそ30分以内に飲む
- 食間： 食事のおおよそ2時間後に飲む
- 寝る前： 寝るおおよそ30分前に飲む
- 〇時間おきに： 食事時間に関係なく〇時間おきに飲む
- 頓服(とんぷく)： 症状がたどときに、必要に応じて指示通りに飲む

す。しかし人間の体の中には「自然に健康をもどす力(自然治癒力)」があり、薬はあくまでもこの力を引き出すためのものなのです。そのためにも普段から食事・休養など規則正しい生活を送り、自然治癒力の働きを促すようにしておくことが大切です。

(有)三浦薬局 加茂市五番町3-28 TEL:0256(52)0214