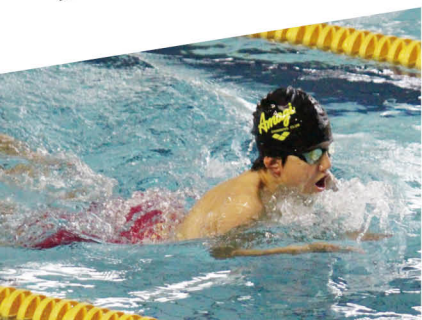


- 02 夏のヒーロー、ヒロイン
- 05 秋月博物館開館2周年記念
特別展③「没後40年 萩谷 巖」展
- 06 見直そう! 薬の種類と飲み方



特集


夏のヒーロー、ヒロイン



夏のヒーロー、ヒロイン、


今年の夏も、たくさんの人が活躍し、優秀な成績を残しました。この夏輝いたヒーロー、ヒロインたちを紹介します。

野球




矢野勢也さん 養父翔太郎さん
(南陵中学校3年) (杷木中学校3年)
第13回全日本中学野球選手権大会ジャイアンツカップ 出場
ホークス杯中学公式野球大会(フレッシュリーグ) 3位
チームメイトときつときも一緒に頑張り、全国大会出場という結果を残せたので良かったです。高校でも野球を続け、甲子園出場を目指します。

水泳




中野蕾樹さん
(甘木小学校4年)
西日本年齢別選手権水泳大会(10歳以下50歳背泳ぎ・バタフライ) 優勝、準優勝
第42回JOC全国ジュニアオリンピックカップ夏季水泳競技大会 出場
緊張せずに自分の力を出し切りました。全国大会の背泳ぎでは、0.06秒の差で決勝に残ることができず、悔しい思いをしました。3月の全国大会では優勝を目指します。

水泳




佐渡島 楓さん
(杷木小学校5年)
とびうお杯第34回全国少年少女水泳競技大会 出場
第42回JOC全国ジュニアオリンピックカップ夏季水泳競技大会 出場
練習の送迎や試合のアドバイスをくれる家族に感謝の気持ちでいっぱいです。来年も全国大会にいけるように、毎日練習して、その結果を出せるように頑張ります。

少林寺拳法



杉山琴美さん
(十文字中学校2年)
第13回全国中学生少林寺拳法大会(組演武) 6位入賞
父がやっていた少林寺拳法を見て、「かっこいい」「強くなりたい」と思い始めました。福岡県大会で準優勝しましたが、満足していません。11月に全国大会があるので、先輩たちからアドバイスももらって、良い成績が残せるように頑張ります。

少林寺拳法




杉山奏太さん
(十文字中学校3年)
第12回福岡県中学生少林寺拳法大会(組演武・団体演武) 優勝
第13回全国中学生少林寺拳法大会(団体演武) 4位入賞
昨年に続いて、福岡県大会では優勝することができました。日々の練習で基本を身につけていることが結果につながっていると感じています。

空手




井上晴翔さん
(立石小学校1年)
adidas cap 2019 KARATE ALL JAPAN 出場
空手は難しいこともあるけど、ミット打ちやスパーリング、型などの練習を頑張っています。九州大会では、決勝で負けて悔しかったので、練習をもっと頑張って、9月の全国大会で勝てるように頑張ります。

空手




井上優愛さん
(立石小学校3年)
JKJO 全日本ジュニア空手道選手権大会九州地区最終選抜大会 優勝
JKJO 全日本ジュニア空手道選手権大会 出場予定
九州地区最終選抜大会では優勝できると思っていなかったけど、勝つことができ嬉しかったです。11月の全国大会でも優勝を目標に頑張ります。

空手




在津凌馬さん
(甘木中学校1年)
JKJO 全日本ジュニア空手道選手権大会九州地区最終選抜大会 優勝
JKJO 全日本ジュニア空手道選手権大会 出場予定
大会で勝つごとに、本気で練習すれば結果は残せると感じました。もっと練習して、11月の全国大会では、優勝を目指して悔いのない大会にしたいです。

弓道




栗野伽奈子さん
(朝倉高等学校3年)
第65回全九州高等学校弓道競技大会 出場
第74回国民体育大会 出場
高校3年間の成果を出し切る思いで九州大会に臨み、応援してくださる方の期待に応えられるよう頑張りました。大学でも弓道を続け、成年の福岡県代表として国体を目指します。

少林寺拳法




花田裕紀子さん 熊本あいさん
(朝倉高等学校1年)
第7回全九州高等学校少林寺拳法大会(組演武) 出場
九州大会はレベルが高くて残念な結果に終わりましたが、次の大会では全国大会を目指して練習を積んでいきます。また、試合などで競い合い、声をかけあう少林寺拳法の仲間たちとお互いに上を目指して頑張りたいです。

少林寺拳法




國部莉功さん 國部華生さん
(甘木中学校3年・1年)
第12回福岡県中学生少林寺拳法大会(団体演武) 優勝
第13回全国中学生少林寺拳法大会(団体演武) 4位入賞
全国大会は緊張しましたが、仲間のサポートのおかげでやりきることができました。大会が終わって、とても達成感があったので、11月の全国大会も頑張りたいです。

レスリング




植木 勇さん
(三井高等学校3年/甘木中出身)
第35回全国高校生グレコローマンスタイルレスリング選手権大会 出場
全国大会優勝を目指して頑張ってきました。全国大会では、自分の力を出し切れず、悔しい思いをしました。今後は後輩たちに自分の経験と技術を伝えていきたいです。

家庭クラブ




大庭 麗さん
(三井高等学校2年/南陵中出身)
第67回全国高等学校家庭クラブ研究発表大会 文部科学大臣賞
私たちは、地域防災をテーマに筆談ボードや自然解凍できる食品を作りました。それが文部科学大臣賞という評価をいただき嬉しいです。災害時には、これらを役立ててもらい、三井高校で作られたことを多くの人に知ってほしいです。

陸上



藤田望夢さん
(三井高等学校3年/甘木中出身)
全九州高等学校体育大会秩父宮賜杯 決勝進出
第72回全国高等学校陸上競技対校選手権大会 北部九州地区予選会(4×100mリレー) 8位
選手全員の気持ちと周りの支えがあって、決勝に進むことができました。また、支えてくれた人たちに一番感謝して走れた大会でした。

写真



岩本誉花さん
(浮羽真実館高等学校3年/杷木中出身)
第43回全国高等学校総合文化祭写真部門 出場
いろいろな場所で撮影を重ね、写真雑誌へ応募するなどして腕を磨きました。全国高校総合文化祭は、多くの人の写真を見ることができた良い機会となりました。今後も雑誌やコンテストなどに入選するような写真を撮りたいと思います。

トライアスロン



福島稜大さん
(菊田工業高等学校3年/甘木中出身)
第2回全国高等学校トライアスロン選手権 出場
第21回日本U19トライアスロン選手権 出場
日ごろの練習の成果が出たので良かったです。日本U19トライアスロン選手権で表彰台入りを目指して頑張ります。

チアリーディング



佐々木 暖さん
(筑陽学園高等学校3年/立石小出身)
第26回九州チアリーディング選手権大会 3位
JAPAN CUP 2019チアリーディング日本選手権大会 準決勝進出
この1年間は、キャプテンとして仲間、自分と向き合い信頼関係を築く努力をしました。常に笑顔を忘れず、一致団結して頑張った時間は大切な宝物です。

「没後40年 萩谷 巖」展

9月1日号に引き続き、洋画家萩谷巖の生涯を紹介します。

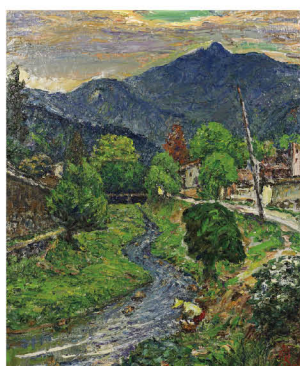
● 己が道の先、追い求めた高み

西欧画壇で才能が認められ、「サロン・ドートンヌ」の審査員になった巖でしたが、1934年（昭和8年）に帰国します。その後は、日本で個展を中心に活動を続けながら、どの美術団体にも属することなく、己の道を歩み続けました。

晩年の巖は、目で見て心で感じたままの光景を、たっぷりと絵の具を塗り重ねる技法によって表現していきます。そうした技巧に磨きをかける中、画家としての果てない探求心から80歳になってもフランスで絵を描き続けました。そして、88歳で亡くなるまでに数多くの名画を生み出したのです。



『富士山』（個人蔵）



『秋月風景』（朝倉市秋月博物館蔵）

● 忘れがたき故郷への想い

巖は積極的に外国へ出かける一方で、日本の原風景を愛し、富士山をはじめとする多くの日本の風景を描きました。17歳のときに夢を追い求め、三奈木を離れた巖でしたが、晩年になると故郷への想いを強くしていきます。秋月郷土館のために『秋月風景』を描き、三奈木小学校には『薔薇』を寄贈するなど、子どもたちにとって芸術が身近なものとなるよう、心を尽くしました。

● 没後40年 萩谷 巖展

大正末期の激動の時代に朝倉からフランスへ羽ばたき、西欧画壇にその名を刻んだ洋画家「萩谷巖」。絵の具と情熱を塗り重ね、ひたむきに描かれた作品は時を越えて人々の心をつかみます。

没後40年を記念した特別展では、「薔薇の萩谷」を代表する薔薇17点をはじめ、静物画や人物画、風景画など、約60点の作品を展示します。「サロン・ドートンヌ」入選作品や美しい『薔薇』の数々がふるさと朝倉で一堂に会するこの機会に、萩谷巖の名画をぜひ鑑賞ください。

朝倉市秋月博物館開館2周年記念特別展 「没後40年 萩谷 巖」展

【特別展開催期間】
10月5日(土)～12月8日(日)

【開館時間】9時～16時30分（入館は16時まで）

※毎週月曜日（祝日の場合は翌日）休館。

ただし、11月11日・18日・25日（月）は特別開館

【観覧料金】500円（団体330円）

※団体は20人以上。中学生以下無料

講演会「萩谷巖と日本近代洋画の流れ」

【講師】植野健造さん（福岡大学人文学部教授）

【日時】11月23日（土・祝）10時30分～12時（参加無料 / 要申込）

【申込方法】秋月博物館へ電話で申し込む。



問 朝倉市秋月博物館 ☎ 25-0405

日本拳法



研心会

（鬼塚栞平さん、中尾帆志さん、石田 悠さん、堀内結輝さん、北原邑志郎さん、茅島廉太さん、堀内咲希さん、内田恵三さん、生田泰之亮さん、森川征那さん、深町拓海さん、北原光司さん）

第12回日本拳法九州総合選手権大会・第13回福岡県大会 優勝、準優勝

2019日本拳法総合選手権大会（個人）出場予定

日本拳法は、今年6月に日本スポーツ協会への認可登録が承認されました。研心会では、全国大会に出場する道場生をはじめ、幼児から一般までの選手が稽古に励んでいます。

試合では、拳法ができる喜びを胸に、上位入賞を目指して頑張ります。

ソフトボール



立石ソフトクラブ

第37回全九州ソフトボール大会 出場

試合では、皆で声を出して心を一にして戦うことを心がけてきました。九州大会は、緊張で身体が硬くなり持っている力を出し切ることができませんでした。平常心で戦えば勝てるという自信ができました。残りの大会は、持てる力を出し切ってすべて優勝を勝ち取りたいです。また、後輩たちには、春の県大会を目指して欲しいです。

このチームは最高のチームです。ソフトボールに興味がある人は、ぜひこのチームでソフトボールの楽しさを感じてください。

※9月12日現在で、取材・掲載の許可を得た人のみ紹介しています。

問 市人事秘書課広報統計係 ☎ 22-1117

農業クラブ



朝倉光陽高等学校農業クラブ

福岡県学校農業クラブ連盟年次大会 プロジェクト発表 分野Ⅱ類（開発・保全・創造）最優秀賞
第62回九州学校農業クラブ連盟発表大会 出場

「地域農業の復興・復旧に役立ちたい」と考え、イチジクを使った酢「姫さまのお酢っぴん」を開発しました。

商品がテレビ・ラジオでも紹介され、地域に少しでも貢献できたのではないかと感じています。

県大会では、この研究・開発を評価していただき、嬉しく思っています。

軟式野球



朝倉東高等学校軟式野球部

第64回全国高等学校軟式野球選手権大会福岡県大会 優勝

第64回全国高等学校軟式野球選手権大会北部九州大会 準優勝

練習でやってきたことを試合で出せるように日々の練習を頑張ってきました。これまで県大会で負けることも多かったのですが、県大会で優勝し北部九州大会に出場できたことは大きな経験となりました。北部九州大会は、福岡県大会と違う雰囲気緊張しましたが、悔いのないプレーができました。後輩たちには、全国大会を目標に頑張ってもらいたいです。



医療費適正化 × 適正服薬

薬の種類と飲み方

見直そう！



広報あさくら5月合併号で紹介した「医療費適正化×節薬」。今回は、「おくすり相談バッグ運動」から分かる適正服薬について、朝倉薬剤師会会長の平位昌稔さんに話を伺いました。
 朝倉薬剤師会 会長 平位 昌稔さん
 市保険年金課 (☎28-7558)

インタビュー

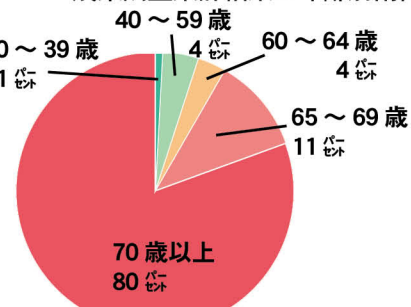


朝倉薬剤師会 会長 平位 昌稔さん

特に65歳以上の高齢者が薬の飲み残しが増える傾向

「おくすり相談バッグ運動」の集計結果から、どのようなことが分かりますか？
 65歳以上の高齢者は、さまざまな病気が増えるので、慢性疾患で多科受診

【平成30年度 おくすり相談バッグ運動 残薬調整集計結果の年齢別割合】



※年間の市（国保・後期高齢者医療保険）医療費削減額は約500万円（推計）

し、薬の種類が増えていきます。また、長期処方（30日以上）や各医療機関の受診日や投薬日数の違いなどから、薬の整理がうまくできなくなり、飲み残しの薬が増えてしまいます。疾病分類別で、残薬の多いものから並べてみます。

- ①循環器系の疾患（高血圧、不整脈、脳梗塞の予防など）
- ②消化器系の疾患（逆流性食道炎、胃炎、肝炎、便秘など）
- ③内分泌、栄養、代謝疾患（糖尿病など）
- ④筋骨格系、結合組織の疾患（リウマチ、痛風、関節炎、骨粗しょう症など）

75歳以上では4人に1人が7種類以上の薬を服用しています。

一方、若い世代の病気が急性疾患で、処方日数も短く短期間で完治し、ほとんど薬の飲み残しや飲み忘れはありません。

複数の薬を服用する

「多剤服用」による薬の副作用 服用する薬が6種類以上は注意

「高齢になるほど、「多剤服用」の傾向。「多剤服用」による薬の副作用はありますか？」
 特に関心する薬が6種類以上になると、薬物相互作用により薬が効きすぎたり、逆に薬の効果が十分に得られなかったりして、思わぬ症状を引き起こすことがあります。処方された薬だけでなく、健康食品、サプリメント、一般用医薬品などをたくさん服用している人も同じです。特に高齢者は、薬を分解する肝臓の力や、薬を体外へ排出する腎臓の力などが低下するので、薬が長く体内にとどまり作用が強まるため、副作用も起きやすくなります。

知っ得 薬と飲み合わせの悪い食べ物

薬の種類と食べ物の種類	薬の効果
ワルファリン（血を固まりにくくする薬） × 納豆、クロレラ食品、青汁	弱くなる
カルシウム拮抗薬（高血圧の薬） × グレープフルーツジュース	強くなる
抗菌薬 × 牛乳	弱くなる
睡眠薬 × アルコール	強くなる

「副作用の症状はどんなものですか？」
 多剤服用時に高齢者に起こりやすい副作用は、ふらつき・転倒・物忘れ・せん妄・抑うつ・食欲低下・便秘・排尿障害などです。特にふらつき・転倒は、薬を5種類以上服用している高齢者の4割以上に起きているという報告もあります。高齢者になると骨ももろくなるので、転倒による骨折をきっかけに寝たきりになり、認知症を誘発する可能性もあります。

見直しのすすめ
 □おくすり手帳を一冊にまとめる
 □かかりつけ薬局を持つ

実践して☑を

市では、「おくすり手帳」を一冊にまとめるよう勧めています。

現在発症している副作用が薬によるものか、そうでないのか、そうであればどの薬なのかを判断するのはとても難しいです。勝手に薬を中断することはせずに、まずはおくすり手帳を持って、気になる症状を薬剤師に相談してください。一般用医薬品も含めたすべての服薬中の薬を確認します。また、服薬状況や生活環境なども確認して、安心して薬を服用できるように、必要に応じて処方医と協議し、処方提案（薬の減量、中止、変更など）をします。おくすり手帳は情報収集のために大切ですので、必ず1人1冊にまとめましょう。かかりつけ薬局があれば、薬の

情報を二元的に管理できるので、迅速な対応ができます。

「かかりつけ薬局」を選ぶ際のアドバースをお願いします。

普段から何でも相談できる薬局を「かかりつけ薬局」に選ぶことをお勧めします。使用する薬を一つの薬局でまとめて管理すると、薬の重複を未然に防ぎ、起こりうる副作用の症状と対処法を詳しく説明することができます。できれば自宅近くの薬局を選んでください。一般用医薬品、健康食品、介護関連商品の知識を活用しながら、住民の皆さんと同じ目線で問題解決に取り組めます。

自分で探すのは難しいと感じる人は、朝倉薬剤師会にご相談ください。

朝倉薬剤師会 (☎21-8810) ※月々金曜、9時～15時

医療費適正化と薬の副作用を防ぐために おくすり相談 バッグ運動



①残っている薬や湿布をおくすり手帳と一緒に、薬局へ持って行く。
 ※初回は、自宅にある袋に入れてください。
 ②薬局で、残っている薬や湿布を調整できるか確認します。

データで見る市国保の現状

平成30年度

総医療費（約58億円）

調剤費（約9億円）

- ・国保被保険者1人当たり医療費（約43万円） **年々増加** ↑
- ・被保険者数 **年々減少** ↓

国保財政を健全に運営していくためには、医療費の適正化（適正服薬・適正受診）が急務

行ってみよう！ 第1回あさくら薬と健康フェア

■日時：10月22日（火・祝）10時～13時30分

■場所：フレアス甘木

■内容：特別講演「今こそ食育！子どもの学べる器を育む健口教室」、健康チェックなど

■参加費：無料

朝倉薬剤師会として初のイベント。どんな思いで開催するものですか？
 薬剤師を身近に感じてもらうために、お子さんからお年寄りまで楽しめるイベントになっています。また、「食」の大切さを福田泰三さんに講演いただきます。薬食同源。健康の源は食にあり。気軽にお越しください。

第1回 あさくら薬と健康フェア

日時 令和元年 10月22日（火）
 時間 10:00～13:30
 会場 朝倉市甘木地域センター フレアス甘木
 朝倉市甘木764-21

「即位礼正殿の儀」の休日です

特別講演 心の安定、学力向上！
 子育て中のお父さん、お母さん必見!!
 「今こそ食育！子どもの学べる器を育む健口教室」
 現役小学校教諭が教える食育のススメ
 食育はお子様の土台作り
 子どもが変わる!! あったか〜い話 福田泰三 先生
 講演時間：11:30～

健康チェックしてみませんか
 ・肺機能チェック
 ・アルコールパッチテスト
 ・美肌チェック
 ・血圧・血流測定
 ・骨密度測定
 ・お薬相談コーナー
 ・介護相談コーナー

なりきりキッズ薬剤師
 白衣を着て、キッズ薬剤師になりにきってみよう！
 小学校3～6年生対象
 オリジナル参加認定書をプレゼント
 先着順受付。お早めに!!

健康イベントブース
 健康イベントブース
 健康イベントブース

主催：(一社)朝倉薬剤師会 後援：朝倉市地域包括支援センター
 お問い合わせ：(一社)朝倉薬剤師会 事務局
 朝倉市栄春4,93-1 TEL 0946-21-8810