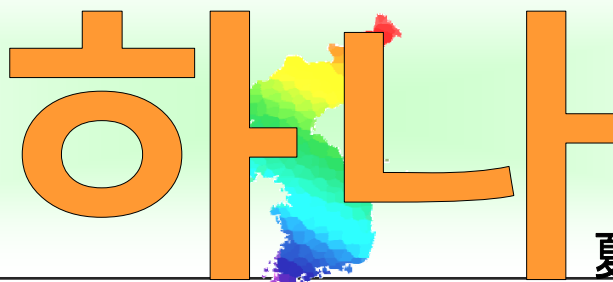


2016年 8月号
通巻 172号

発行所
岩手県盛岡市中央通3丁目8-16
電話019-651-0810
FAX019-653-1057

岩手県同胞生活相談総合センター



夏季学校の講習の一コマ(8/5)

毎月25日発行 0円 同胞生活情報誌 ハナ songsu75@yahoo.co.jp

リオ五輪開、朝鮮選手団に声援を！

5日夜(現地時間)、ブラジルのリオデジャネイロで第31回オリンピック競技大会が開幕した。マラカナンスタジアムで行われた開会式で、朝鮮選手団は156番目に行進した。旗手を務めた重量挙げのチェ・ジョンウィ選手を先頭に式場に入った選手らは、手にした共和国旗を振りながら、観客の声援に答えていた。(写真下)

開会式場の貴賓席には、朝鮮高位級代表団団長の崔竜海・国務委員会副委員長の姿もあった。崔竜海副委員長は朝鮮の選手団が入場するや、その場に起立し、手を振りながら選手らを激励した。朝鮮は今回のオリンピック競技大会に、重量挙げ、

柔道、卓球、31人の選手らが出場する。

同胞のみならず！

朝鮮選手の活躍に期待熱い声援を送りましょう！



<夏季学校2016 in 岩手> 北上で開催！

県南支部主催の夏季ウリマル教室が8月2日～8月5日にかけて今年も北上で開催された。

講師は崔慧淑さん(朝大研究院生)。朝高時代から通算3度目の登板となった。

教室に参加した子供たちは短い期間ではあったが母国語であるウリマルを習得するため暑い中でもまじめ、そして楽しく学んだ。

また朝鮮の童謡も学びゲームなどで楽しく過ごした。

最終日には県南支部から恒例の「昼食会」のご褒美があ

った。講師の慧淑さん、そして子供たち、ガンバリましたね！



ウリ信地域総代・組合員の集い

7月13日、ウリ信岩手地域の総代組合員の集いがホテル東日本で行われた。

本店業務部長の総代会の経過報告後、金堅一所長が今年度の事業計画について説明した。

また今期で退任した朴徳根理事が挨拶し理事在任中の同胞各位の協力に謝し、同胞のための組合であるウリ信の発展のため一層の協力を訴えた。

2部では懇親会が行われた。



いもじょも掲示板

■サマースクール(北関東、東北ブロック)

日時:8月9日(火)~10日(水)

会場:群馬県青少年会館

対象:在日コリアンの中学・高校生

参加費:10,000円 ※交通費別

■ウリ民族フォーラム 2016IN大阪

日時:9月11日(日) 9時開場 10時開演

会場:大阪朝鮮文化会館

及び大阪朝鮮高級学校運動場

■盛岡支部情勢講演会

日時:9月14日(日) 14時30分

会場:本部会館

■北東北青商会チャリティゴルフコンペ

日時:9月28日(水)

会場:南秋田CC

主催:北東北青商会

■還暦を迎えた同胞を祝う会

日時:10月19日(水)

会場:つなぎ温泉 愛真館/八幡平CC

参加費:20,000円

※ゴルフ 9時半集合 10時スタート

祝賀会 午後 6時30分開始

※詳しくは 別送の案内をご覧ください。

■県南支部情勢講演会

日時:10月26日(水) 14時30分

会場:未定 ※次号でお知らせします。

■分会代表者大会 2016

日時:11月6日(日)

会場:朝鮮大学校

■リオ五輪朝鮮選手出場競技放送予定

8/10 23:00~NHK総合 卓球女子シングル
準決勝 (キム・ソンイ)

8/14 深夜 1:50~NHK総合
女子体操跳馬(リ・ウンシム)

8/15 深夜 1:30~NHK総合
男子体操跳馬(リ・セグアン)

ドクターカンの健康講座

第160回 『高齢者の薬と副作用』

高齢者になると持病も増えるため、処方される薬が多くなるのはある程度やむを得ませんが日本は諸外国に較べ多いと思われます。

又患者さんも安心のためか多く処方されるのを希望する傾向があります。後期高齢者の75才以上になると7種類以上の薬を服用している人もめずらしくはありません。しかし薬の数が増えると副作用が増加し特に6種類以上服用すると急に副作用が増えます。そのため今年から6種類以上を長期服用している患者さんの処方を適切に見直して、2種類以上減らすことが評価されることになりました。

では薬を沢山服用している高齢者はどういった副作用の症状があるのでしょうか。不眠で薬を服用している人は少なくありません。不眠症の薬の副作用は、ふらつき、転倒、認知機能の低下などです。高齢者の転倒は危険です。その後寝たきりになるからです。

うつ病の人も少なくありません。抗うつ薬は便秘、口の渇きが一番多い副作用ですが大事なものは認知機能が低下してしまうことです。高血圧の薬も大事です。特に高齢者に血圧を下げすぎるのは危険です。少し高い血圧を目標にして脳の血流を維持させるようにします。高齢者は便秘にもなりやすく、薬もよく処方されます。前にも話しましたが酸化マグネシウムが原因で起こる高マグネシウム血症は要注意です。筋力低下、歩行障害、そして進行すると意識レベルが低下し危険になります。糖尿病の薬による低血糖からの意識障害、胃ぐすりによる認知機能低下、骨粗鬆症の薬による高カルシウム血症からの食欲低下、アルツハイマー治療薬による吐き気などの消化器症状などいろいろ起こります。

一番大事なことは自分勝手に薬を中止したり、回数や量を減らしたりしないことです。先生は処方した薬はしっかり服用していると思って症状の経過や血液検査の数値を見ているからです。

暑くなってきます。

皆さん健康管理をして下さい。

(協力:幸クリニック院長 姜幸一先生)