

なたね

こころとからだに、
すこやかなの“たね”。

VOL.2

TAKE FREE

ご自由にお持ちください

横浜

YOKOHAMA

“なの花”のある所、旅の癒しあり

体を守る2つの免疫力

インフルエンザに
負けないために!!

谷村志穂エッセイ

なたねなの

表紙写真 / 横浜市開港記念会館



ファームホリデイ

「お釈迦様が臨終を迎えた際、すでに死亡して天空にいた母の摩耶夫人は我が子を救おうと不老の薬を袋に入れて下界に投げ入れました。ところが袋が沙羅の木に引っ掛かって

「投薬」の由来については次のように書かれています。



検討が行われています。「投薬」という言葉も、上から目線の印象を受けるという考えから、薬局の自主規制で「投薬口」を「お薬お渡し口」に変更してきました。けれども先に紹介した由来のとおり、「投薬」は我が子の病気を何とかして治したい母親の

に最良の判断を行う、すなわち真の意味での「投薬」が始まります。地域の皆様を最後まで守り切る薬局であり続けられるよう、「お薬のお渡し」ではなく、今一度「投薬」の意味をかみしめたいと思います。

投薬と薬剤師。

秋野 治郎

株式会社 ファーマホールディング
代表取締役社長

北海道小樽市生まれ。北里大学薬学部卒業。小樽市内で地域薬局を創業、経営していたが、「高齢化社会における医療インフラ整備に貢献したい」という志に賛同してメディカルシステムネットワークの設立に参加、代表取締役専務となる。その後、現職、就任。趣味はスキーと登山、古民家の再生。地域に伝わるケアに係わる品々を収蔵した「小樽もったいない博物館」のオーナーでもある。



株式会社
ファーマホールディングとは

ファーマホールディングは、東京証券取引所第一部上場の株式会社メディカルシステムネットワークの中核事業の1つである調剤薬局事業を担っており、「なの花薬局」の名称で全国に事業展開しています。これからの社会に必要とされる医療の環境整備に取り組み、「地域薬局」としての強い使命のもと、地域から真に必要とされる薬局を目指しています。

あの子の朝ごはん

一日の計は朝食にあり。

学校法人 聖路加看護学園 聖路加看護大学 学長 井部 俊子さん



看護が授けた 思慮深さ

アメリカ聖公会宣教師ルドルフ・B・トライスラーは、1900(明治33)年に24歳で来日、築地外国人居留地に診療所を開設した。これが聖路加国際病院の発祥である。その後関東大震災で焼失するも33(昭和8)年には東洋一を誇る病院として再建され、国際病院として世界に知られる存在となった。その付属高等看護婦学校として、戦前から日本で最初の高等看護教育を行っていたのが、現在の聖路加看護大学。「朝ごはん」の主あ

- 山型食パン(フォション「パン・ド・ミ」)
- 北海道産ハスカップジャム
北海道バター
- ヨーグルト(明治「ブルガリアヨーグルト」)
- カフェオレ(ミルクは「明治おいしい牛乳」)

「以前はトーストを焼く時間さえも惜しんでいたんですけれどね。確かに献立はシンプルだ。学長曰く、質のよい睡眠と定時の排便が健康の源。朝5時に起床し執筆仕事を済ませ、決まって8時の「ごち

そうさん」を見ながら朝食を摂る。聖路加国際病院で看護師として勤務し、同院の看護部長、副院長を経験したのち現職にある。多忙を極める日々ゆえ、この朝食に辿り着いたのだろうか。



井部 俊子さん

聖路加看護大学卒業。聖路加国際病院勤務を経て、日本赤十字看護大学講師。1993年に聖路加国際病院看護部長 兼 副院長。博士(看護学)。2003年聖路加看護大学教授、04年より現職。日本看護系大学協議会理事、看護系学会等社内保険連合代表理事、日本看護管理学会理事などを務める。『マネジメントの探究』(ライフサポート社)ほか著書多数。

現場。看護師は常に意識を研ぎ澄ませ、広い視野と深い思考のもと業務を遂行する。普段から内なる部分で確固とした考えを持って行動しているからこそ、「一気に語り出せるほどの答えを持ち合わせているのだ。」

“なの花”のある所、旅の癒しあり
なのさんぽ
 なの花薬局・薬剤師によるご当地めぐり

今回は!

横浜

YOKOHAMA

穏やかな空と
海に癒されて

わたしがご案内します!



なの花薬局 いずみ店
石川 海帆 薬剤師

冬の青空。こんな日は海を眺めてのんびりしませんか。穏やかな潮風に吹かれて船の汽笛やカモメの鳴き声に癒されながら日々の疲れをリフレッシュ。

そんなんです。太平洋側に位置する横浜は、冬でも晴天に恵まれることが多く「なのさんぽ」にぴったり。今回は、自称「晴れ女」ハマっ子の私が有り余るエネルギーで寒さも吹き飛ばす癒しの横浜をご案内します。

ハマっ子は東京スカイツリーよりもここが好き。地上70階の超高層ビル「横浜ランドマークタワー」と「帆船日本丸」があるみなとみらいエリアへ。1930（昭和5）年建造の日本丸は、太平洋の白鳥と呼ばれ、船員養成用の練習帆船として活躍したそうです。

その先の海沿いに広がる山下公園は、関東大震災の復興事業として瓦礫を埋め立て造成されました。チャップリンも乗船したというかつての豪華客船「日本郵船氷川丸」が係留され、ロープにはカモメが整列してお出迎え。思わず写真をパチリ。

外国客船が寄港する通称「大さん橋」は、鯨の背中をモチーフにした遊び心のある施設。船の甲板をイメージしたウッドデッキの屋上広場に行くと、横浜の魅力を集約した絶景を望めます。ここで夕焼けに。すると赤レンガ倉庫が橙色に浮かび上がり、横浜は幻想的な夜景ワールドへと姿を変えます。



看板犬ジョビン 大好きな2店へ

「大さん橋」の入口付近にある「HAMA CAFE(ハマカフェ)」は、お気に入りの場所の一つ。白い外観に赤い看板が愛らしい小さなカフェで、雑誌などでも紹介される人気店です。こちらでフレンチトーストとデザートインカプチーノを注文しました。ベークルを使ったフレンチトーストは、他では味わえないもちもちの食感がたまりません!

もう一つ、本当は秘密にしたいほどの素敵な場所が、横浜中華街の関帝廟通りにある「tef-tef(てふてふ)」。オリエンタルなライフスタイルをコンセプトに、オーナー自らが現地で買付けたアジ

アンアクセサリーやバッグ、衣料、インテリア雑貨と出会えるお店です。こちらでは看板犬ジョビくんがお出迎え。接客担当のジョビくんは愛くるしい仕草と性格でお客様はもろもろ街のみんなの人気者。カメラ目線もバッチリです。店内に入ると私の欲しいものばかり。ハンドメイドのぬくもりが伝わるモダンアジアに心奪われます。



tef-tef
・横浜市中区山下町166



「TYCOON」はまるで南国のリゾート地!カクテル、タイクーン・スペシャル(950円)で乾杯。(左)肉食の私のおすすめヌアヤーン(1,200円)は、骨付き牛肉のタイ風炭火焼。
・横浜市中区新山下町3-4-17

異国を味わう 横浜グルメ

世界最大級の規模を誇る横浜中華街には、600以上ものお店がひしめきます。その中には美味しいお店もいっぱい。特に私のイチオシは「山東(サントン)」。ここでは来店客が必ず注文するという水餃子や、ニンニクの風味が食欲をそそるシャキシャキの豆苗炒めなどがおすすめです。中華街にはお茶や調味料を探す楽しみも。何度訪れてもワクワクします。

新山下にある「TYCOON(タイクーン)」は、アジア各国の料理人が手掛ける本場エスニック料理が味わえるレストラン。埠頭の倉庫を改装した大型店で、ドラマなどのロケ地としても有名です。店内は南国のリゾート地に迷い込んだかのような。夜景が望める海側の席でエキゾチックな味を満喫! 景色も料理も最高の横浜の魅力です。



横浜中華街「山東」の水餃子(10個入735円)。皮はもちもち、中は肉汁が絶品!コナッツ入りの秘伝の自家製ピリ辛ダレをつけていただきます。
・横浜市中区山下町150



カリッと香ばしい、車海老入りのパンはさみ揚げ(1,575円)



大注目の点心「王府井(ワンフーチン)」の焼き小籠包(6個入720円)。香ばしくてもちもち、溢れ出す肉汁!!



「横浜山手えの木てい」チェリーサンド(1個210円)
外国人居留地だった横浜山手地区。純英国式洋館を使った洋菓子店&ティールームがある同店のロングセラ―菓子。



撮影:笠木 靖之

横浜美術館

近現代の国内の美術を中心に収集。丹下健三デザインの建物が美しく、美術館前の噴水は、幼い頃からのお気に入りでした。



横浜三塔

今号の表紙でもある横浜市開港記念会館と、神奈川県庁、横浜税関のこと。三塔が一度に見られる場所には、こんなプレートも!

私が勤務する薬局はこちらです!

神奈川県横浜市泉区和泉町4058-1
TEL:045-802-8881 FAX:045-802-4799



なの花薬局 いずみ店

昭和47年に開局した歴史ある薬局で、地域とともに時を刻んでまいりました。かまくら道に面しており、内科と耳鼻科の処方せんをはじめ、どの医療機関からの処方せんも受け付けております。処方せんがなくても気軽に立ち寄って健康相談などをして頂ける薬局を目指しています。

神奈川県横浜市泉区和泉町4058-1
TEL:045-802-8881 FAX:045-802-4799



「tef-tef」のジョビくんはゴールデンレトリバーという犬種。手(?)が可愛いです!



HAMA CAFE ・横浜市中区海岸通1-1

2 処方監査



処方せんの確認

処方せんに間違いがないか、重複しているお薬はないか、また相互作用に問題はないかなどを確認。内容によっては医師に問い合わせ、問題があれば処方内容を検討してもらうこともあります。



薬剤師 医師 [情報の共有と疑義照会]

3 入力



処方せんの内容入力

処方せんの内容をコンピュータに入力。今まで処方されたお薬の記録もこの段階で確認します。

ひとこと

細かな作業が難しい患者さまから「飲みやすくなった」、他の患者さまのご家族からは「飲み忘れが減って助かった」などのお声をかけていただいた時は嬉しかったです。

7 薬歴の作成



記録・薬歴の作成

患者さまをお見送りした後、薬歴と呼ばれるお薬処方歴に最新の説明内容・質問などを記録します。

さいごに ひとこと

お薬をもらうのにどうしてこんなに時間がかかるの?と、時にはお叱りをいただくこともあります。そのような声を真摯に受けとめ、患者の皆様への待ち時間軽減のために努力を重ね、これからも安心・安全の調剤を心がけていきたいです。また、薬剤師の仕事はお薬を準備するだけでなく、薬の専門家としてお薬に関するあらゆる相談に応じ、地域の皆様の健康な生活を支えることです。気にかかることがあれば薬剤師にどんどんご質問ください!皆さまに信頼され、必要とされる医療人になれるよう、日々ホスピタリティマインドや知識の向上に努め、心のかよう薬局作りを目指します。

1 受付



処方せんの受け取り

患者さまから処方せんをお預かりします。初めてご来局された方には、お薬を安全に服用していただくためにアレルギー体質、副作用歴、病歴などについてお伺いします。

ひとこと

お薬手帳をお持ちであれば、一緒にお渡しください。また、お急ぎの方はお声がけいただければ後ほど取りに来ていただくことも可能ですし、FAXで事前に処方せんを承り、ご来局のお時間に合わせてお薬をご用意することもできます。

4 調剤



お薬の準備

処方せんにもとづき調剤し、入力情報とバーコード照合を行い、調剤過誤を防止します。

薬剤の調製



水剤の場合

液体のお薬も必要量を計ってから容器へ。処方せんにもとづき、2種類以上を混ぜることもあります。



粉薬の場合

秤量システム 粉薬は計った後に専用の機械にセットし、1回分ずつに包装します。その際も登録された常用量と照合し、計量ミスを防ぎます。



軟膏の場合

処方せんにもとづき2種類以上の軟膏を混ぜる場合は、軟膏板とへらを使って混ぜています。

一包化の場合

一包化とは医師の指示のもと、数種類のお薬を1回分毎にまとめる作業です。朝・昼・夕食後それぞれ飲むお薬の種類や量が違うなど、お薬の種類が多くて飲み間違いがあったり、お薬の管理が大変な方にメリットがあります。



①専用の機械に、包装する数を入力します。



②異物混入防止のため、作業前に清掃をします。



③1回分に必要なお薬を、必要な分量だけセットします。



④完成。一袋ずつお名前と飲むタイミングなどを印刷しています。

ひとこと

翌日の作業がスムーズに行えるように、お薬は営業時間後に補充しています。「札幌北3条店」には約1400種類のお薬を用意しておりますが、医療用医薬品は約1万8千ほどあり、すぐに揃わずお時間を頂戴することもあります。その時は、取り寄せをするなどして対応させていただきます。

一包化したお薬も一袋ずつ確認。複数のお薬が入っているため、錠剤の表面に記された小さな記号などを頼りに監査する、繊細な作業です。



6 投薬



お渡し

お薬の説明や確認だけでなく、患者さまの服用状況や副作用が出ていないかなど体調の確認をしながらお渡しします。

ひとこと

お薬を飲み忘れた時の対応、普段飲まれている健康食品のこと、余っているお薬のこと、体調で気になることなど、どんな事でもお気軽に質問ください!

5 調剤監査

確認作業

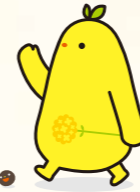
- 重複がないか、相互作用に問題はないか
- 過去にアレルギーや副作用をおこした薬ではないか
- 処方せんの内容と入力内容の照合
- 「お薬手帳」と薬歴情報をもとに飲み合わせの確認
- 処方せん通りにお薬が出ているかなどを確認
- 疑問があれば医師に確認しています



お薬を準備した薬剤師とは別の薬剤師が監査業務を行い、お薬を薬袋に入れます。

健康への願いをこめて。安心と安全、心のかよう調剤を

さっそく見に行ってみようなーの



ドクタリー



ウイルスや細菌に
抵抗するチカラ、
それが「免疫力」

インフルエンザが猛威をふるう季節。受験生や高齢者がいらつしやるご家庭では、あらゆる対策を講じていらつしやることでしょうか。

インフルエンザは、会話や咳による飛沫感染、くしゃみによる空気感染によつてうつります。予防の基本は、まず手洗いとうがいです。手洗いは石鹸と水で20秒程度かけて行つてください。マスクによる予防効果については情報が錯綜しています。一般的なマスクは飛沫予防には防げませんが、インフルエンザそのものは防げません。くしゃみで飛ばされた飛沫などの粗い粒子は防げますが、空気中に漂うウイルスを防御するのは難しいのです。そこで重要となつてくるのが、免疫力です。免疫には「自然免疫

【今回のドクター】

奥村 康 (おくむら こう)



順天堂大学医学部特任教授(免疫学講座)・アトピー疾患研究センター長。千葉大学医学部卒業、同大学院医学研究科修了。スタンフォード大学医学部留学、東京大学医学部講師を経て、順天堂大学医学部免疫学講座教授。医学博士。2000年順天堂大学医学部長。サプレッサーT細胞の発見者。ヘルツ賞、高松宮賞、安田医学奨励賞、ISI引用最高栄誉賞、日本医師会医学賞などを受賞。主な著書に「腸の免疫を上げると健康になる」(アスコムBOOKS)「『不良』長寿のすすめ」(宝島社新書)など。

と「獲得免疫」の2つがあり、どちらもインフルエンザに深く関係しています。免疫を軍隊に例えるなら、自然免疫は最前線部隊で、獲得免疫は戦術本部部隊です。

最前線で戦う「自然免疫」、本部でミサイル(抗体)を作る「獲得免疫」

自然免疫は体内に侵入した、自分と違う異物に素早く反応して攻撃するのに対して、獲得免疫は相手を見極めてから強力なピンポイント攻撃を仕掛けてきます。イ

インフルエンザに負けないために!!

菌を使用したヨーグルトを毎日摂ることです。身近なヨーグルトのR-1乳酸菌を使用したインフルエンザや風邪の良象実績が続々と報告されています。

佐賀県有田町では2010年10月1日から翌年3月18日まで、小中学生1904名が毎日1個、R-1乳酸菌を使用したヨーグルトを摂ったところ、インフルエンザによる欠席児童数が激減したという事例があります。

同じく佐賀県有田町や山形県舟形町では健康高齢者に対する試験が行われ、R-1乳酸菌を使用したヨーグルトを継続して摂ったところ、NK活性が上がり、風

ります。いわゆる免疫力が高い、低いというのは、NK活性のことを指しています。

ヨーグルトで手軽に。ワクチンの効果を高める「R-1乳酸菌」

NK活性とは、最前線部隊の兵士でNK(ナチュラルキラー)細胞がどれだけ働いているかを表す指標。これを高める方法は、十分な睡眠をとる、ストレスから遠ざかるなどの方法がありますが、一番手軽で簡単な方法は、R-1乳酸

邪の罹患リスクが低下したという報告があります。

戦術本部部隊、すなわち獲得免疫を強化するのは予防接種を行うことです。最近判ったことですがR-1乳酸菌を使用したヨーグルトを毎日食べていると、ワクチンの効果が高まります。

ワクチン接種3週間前から接種後約10週間、合計13週間の毎日R-1乳酸菌を使用したヨーグルトを飲む群と比較対象の乳酸菌飲料(プラセボ)を飲む群に分けて試験を行なった結果、抗体価がなんと25倍以上も上昇しました。「免疫がついた」と言われる抗体

保有率も、インフルエンザウイルスにおいて有効性を示しました。10人に1人の割合で、ワクチン接種をしても効き目がよくない人がいます。このような人達にR-1乳酸菌を使ったヨーグルトは期待が持てます。

インフルエンザは肺炎や脳症などを併発して重篤化する危険性があり、受験生でなくても予防には最善を尽くしたいもの。ヨーグルトは手に入れやすく、おやつ感覚で食べられるのが利点です。インフルエンザに対する予防効果も期待できます。このスグレモノを、インフルエンザ予防に大いに利用しちゃいましょう。

医薬同源

“健者”の食卓



ショウガで「温活」。

血液の流れを良くして体を温めたり、吐き気の緩和や免疫力を強化してくれるショウガ。毎日の料理に上手に取り入れて、ウィルスに負けない元気な冬を過ごしたいものです。

管理栄養士が伝授! ショウガレシピ



写真は2人分です。

●材料(2人分)

- ・タラ……………2切れ(200g)
- ・塩、コショウ……………少々
- ・片栗粉……………小さじ1強
- ・揚げ油……………適量
- ・パプリカ(赤・黄)……………各15g
- ・ブロッコリー……………½個(40g)
- ・長ねぎ(みじん切り)……………5cm(10g)
- ・ショウガ・ニンニク(みじん切り)……………各1かけ
- ・サラダ油……………小さじ1
- ・砂糖……………小さじ1/2
- ・醤油、酢……………小さじ1
- ・トマトケチャップ……………小さじ2
- ・コンソメ……………1g
- ・水……………1/2カップ
- ・片栗粉……………2g

〈盛り付け用〉

- ・ショウガ(せん切り)……………1かけ

●つくり方

- ①タラは塩・コショウをふり、一口大に切ります。
- ②パプリカは乱切り、ブロッコリーは小房に分けてさっと茹でておきます。
- ③(A)を合わせておきます。
- ④①に片栗粉をまぶし、170℃の揚げ油でからりと揚げます。
- ⑤フライパンに油を熱し、みじん切りにしたショウガ、ニンニクを入れて香りが出るまで軽く炒めます。
- ⑥②を入れて炒め、長ねぎと③を混ぜて、とろりとするまで加熱します。
- ⑦器に揚げたタラを盛り、⑥のあんかけ、せん切りのショウガを添えてできあがり。

揚げタラのあんかけ

1人分の栄養価

・エネルギー 210kcal ・塩分 1.6g ・たんぱく質 20.4g ・脂質 11.5g

●材料(1杯分)

- ・ショウガ……………1かけ(15g)
- ・お湯……………150ml
- ・ハチミツ……………大さじ1

●つくり方

- ①分量のショウガをすりおろし、おろし汁をカップに入れてお湯をそそぎます。
- ②ハチミツを加え、よくかき混ぜたらできあがり。

POINT ここがポイント!

- 「揚げタラのおあんかけ」のタラには、私たちの体に必要なアミノ酸がバランスよく含まれています。
- タラをからりと揚げ、野菜たっぷりのあんけでいただきます。ショウガのアクセントで食欲もすすみます。
- 「ショウガ湯」のハチミツは、お好みで黒砂糖や水あめに変えるのもよいでしょう。

体ぽかぽか ショウガ湯

1人分の栄養価

・エネルギー 62kcal ・塩分 0g ・炭水化物 17.3g

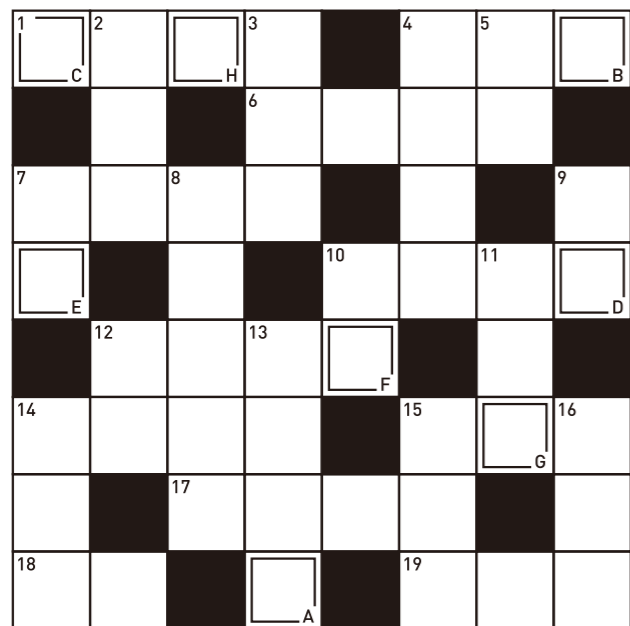


【監修】ファーマホールディング 管理栄養士 藤田 智子



脳の運動はじめよう アタマの体操なーの

今号は**クロスワード**に挑戦！ タテ・ヨコのカギをヒントに、A～Hの文字をつないだ一つの言葉を答えな。



タテのカギ

- コピー、模写、控え。
- 肉体や心に感じる痛みや苦しみ。
- 関係のないものとして無視すること。問題にしないこと。
- 鳥やけものなどを野山へとりに行くこと。
- お金が足りないこと。
- その週のつぎの週。
- 積み重なったもの。かさなり。
- 老年の男性。男性の老人。「○○さん」
- 油の性質を持っていること。
- 他人の意見や行動に賛成し、後おしすること。
- いい香りがする高級さのこ。秋、アカマツ・ツガの林に生える。食用。
- さくらとも呼ばれる食用の肉。
- 見つけ出して指し示すこと。まちがいなどを取り立てて言うこと。
- 陰暦名称「長月」の月。

ヨコのカギ

- 組み立てて築くこと。
- 粘土やセメントなどで作った管。
- 結びつき。関係があること。
- 数量が多いことと少ないこと。
- 他から教わずに自分で学んだりすること。
- 獅子頭(ししがしら)をかぶって行う舞。新年の祝いや祭りに舞われる。
- 馬を乗りこなし、運動の正確さや美しさを競う技術、スポーツ。
- 家畜などにえさをあたえ、育てること。
- 歌をうたう人。
- まとまり。学級。クラス。
- 座っていた者が立つこと。



元気が
いちばん
なーの

なの花薬局キャラクター
Na-No です。
なーの
詳しくはホームページ！

【なーの】似顔絵大募集! 応募方法【なーの】の似顔絵、お名前(ふりがな)、ニックネーム、年齢、職業(学年)、性別、ご住所、電話番号、Eメールアドレス(お持ちの方)をご記入の上、下記あて先にご郵送ください(※切手代金80円は応募者さまのご負担となります。あらかじめご了承ください)。**郵送先**〒060-0010 札幌市中央区北10条西24丁目3番地 AKKビル3階(株)ファーマホールディング「なーの似顔絵」係
素敵な作品には賞品もご用意。皆様のご応募をお待ちしています!!

【個人情報について】※ご記入いただいた個人情報は、審査及び賞品発送の目的以外には使用いたしません。また、ご応募者さまの個人情報をご本人の同意なしに第三者に開示・提示することはございません(法令等により開示を求められた場合を除く)。※いただいた個人情報は審査・賞品発送後、責任をもって破棄させていただきます。

なたね [第2号]

2014年1月発行
発行：株式会社 ファーマホールディング
〒060-0010 札幌市中央区北10条西24丁目3番地 AKKビル3階
<http://www.pharmaholdings.jp/>
企画制作：株式会社 ファーマホールディング事業統括本部・株式会社 T.C.P
「なたね」に関するお問い合わせ TEL.011-613-3113 担当:加賀

※無断転載・複製を禁じます。
2014 pharmaholdings. All rights reserved.

TOPIC ①

「なの花薬局」ホームページ リニューアルOPEN!

なの花薬局グループを運営する、株式会社ファーマホールディングのホームページがリニューアル。「なの花イエロー」を基調にした明るくデザインと、幅広い世代の方に役立つ情報や話題をお届けしています。なの花薬局キャラクター「なーの」が動く姿も、ホームページだけで公開。ぜひチェックしてくださいね!

<http://www.pharmaholdings.jp/>

なの花薬局 検索



お近くの薬局を探せる「店舗検索」をはじめ、なの花薬局が提供するサービスや薬剤師の在宅訪問などをわかりやすくご紹介しています。



「くすりのしおり」では、患者さまから寄せられるお薬の疑問について回答。お薬の種類や飲み方など、知っているようで知らない情報が満載です。



「日々のたね」の中にある「管理栄養士のレシピ」コーナーでは、減塩、低カロリーなど目的別にレシピをご紹介。ぜひお試しください。

みんなに
お知らせ
なーの



なの花通信
なたね
ひろば

全国に広がるネットワーク

337 店舗
※2014年1月1日現在

薬局 324店舗

ドラッグストア 12店舗

ケアプランセンター 1店舗

北海道エリア	112店舗
東北エリア	6店舗
関東・甲信越エリア	70店舗
東海・北陸エリア	31店舗
近畿エリア	52店舗
中国・四国エリア	29店舗
九州エリア	37店舗



TOPIC ②

九州・中国エリア 運営会社 (株)トータル・メディカルサービスが 仲間入りしました。

九州北部を中心に「さくら薬局」の名称で35店舗を展開する調剤薬局事業と、「さくら本舗」のブランドで健康食品事業を展開する株式会社トータル・メディカルサービスが、2013年11月、なの花薬局グループの九州・中国エリアの運営会社として仲間入り。福岡、佐賀、長崎、そして山口エリアへと広がり、今後もますます身近で頼れる「地域薬局」として、全国の皆様のお近くで一人ひとりの健康と地域医療に貢献してまいります。

さくら薬局 九州労災病院前店



なたね



なたねの力を感じる人との出会いや出来事を、作家・谷村志穂さんが綴っていきます。

百舌鳥の街で、励まされる

全国に四十七ある都道府県を私は、一昨年の大分県を最後に、どうやらひと通り回ったらしいことがわかった。若い頃は、旅番組の案内役などもしていたので、気づくとずいぶん旅をさせてもらってきたようだ。

旅に出るときは、仕事であっても、少し寄り道をして帰ることが多い。都市だけではなく小さな街にも、自分なりに立ち寄ってきたつもりだったが、やはり名も知らずにいた土地は、まだまだたくさんある。

先日、降り立った駅は〈中百舌鳥〉という、御堂筋線の駅だった。南海電気鉄道なども乗り入れている。

「漢字だと三文字で書くのに、ひらがなでは二文字になる動物はなんだ？」

のクイズに使われる「百舌鳥」と「モズ」は、百の鳥の声を真似て、複雑に囀る鳥だ。

同じ堺市内のJR線には、この鳥の名前が

そのままついた〈百舌鳥駅〉もあり、この地帯は堺市百舌鳥夕雲(せきうん)町、周辺一帯は百舌鳥古墳群と呼ばれ、仁徳天皇陵を中心古墳とする。おそらく昔から朝や夕暮れになると、百舌鳥が一斉に囀るような場所だったろうか。

こちらの出身者には、与謝野晶子先生がいる。

私が紹介するまでもなく、明治から昭和にかけて、『みだれ髪』などの恋歌をうたった歌人であり、反戦、女性教育の必要性を説き、男女共学の学びの場を、日本ではじめて実現させた思想家だ。

明治期に読売新聞が連載した「新しい女のシリーズ」では、森鷗外からの援助で洋行する与謝野晶子が、第一回目の人物として特集されている。

また鉄幹との間に、十二人の子どもを生ん

ずると、ものすごく元気な声で、会場中から「はい、がんばってー」と、温かい声援が飛ぶところから、講演は始まった。

一時間ほど、書く事や取材を通じて出会った事柄を話せたらうと、階下には、出版したばかりの本の販売サイン会の場も用意してくれた。正直言うと、いつもこの、講演後の時間は少し気が重い。皆さんを待ち受けるように、出入り口付近でお店を開くわけなので、

素通りする人も気まずそうだし、仕方なく購入される方にも申し訳ない気持ちになる。いいんです。もう今日は、お話を聞いてもらっただけで十分です。

そんな気持ちになることしばしばだ。

しかし、堺市の皆さんは、ほぼ全員が長い列を作り並んで下さった。本が足りなくなる、同行した編集者に注文までしてくれた。

どの方とお話しても、生き生きしている。

「がんばってな」と、励まされる。

帰り道、同行した編集者とアシスタントの女性三人、改めて、

「何か、すごいものに出会った感じだね」「大変なパワーをもらって帰ってきましたね」と、それぞれ頬に宿った熱が消えなかった。

何歳になっても、ずっと学び続ける人たちがいる。お母さんになっても、おばあちゃんに

だのよく知られる。同じ女性としては、その足跡だけからでも、圧倒されるパワーを伝えられる。

そうなる、堺市へ行けば今も強い女性が現れそうなわけだが、まあ大抵の場合、そういう発想は思い込みにすぎないのである。

思い込みは、いけない。与謝野晶子が生まれたのは、もう135年も前のことなのだから。

しかして……、これが思い込みなどではなかった。むしろ、与謝野晶子先生が、百人いた！そんな驚きの出会いを、私はこの地ですることとなった。

堺市立女性センターは、公共の事業だが、この白壁の建物は、昭和55年に、近隣の女性たちの27年間に及ぶ建設運動と、めいめいが持ち寄った大型募金、7700万円を基で、完成している。

センターは、近隣女性たちのための生涯を通じた学びの場であり、今もコース別に各年最低でも35回の講座に、平均年齢63歳の人たちが、のべ10万人通う。一番の高齢者は、94歳という。

私は、講演のご依頼を受けてうかがったのだが、本当なら私の方が、人生の先輩方のお話をうかがって然るべきだった。

壇上で、「よろしく願います」と、挨拶

なつても、学んでいる。その姿を、子どもや孫たちが見ている。

学んでいる内容だとか、どれだけ身についたかも大事だけれど、うちのおばあちゃんは「何やら」今も学んでいる、という姿が、人に元気を与える。後から続く人たちにとって、大変うれしいことだ。もちろん、学びに男女の区別はない。

ところで百舌鳥という鳥を、私は動物学の研究を志していた大学生のときに知った。樹上にせつせと拵えた巣に、カッコウなどの鳥から、勝手に卵を託されてしまう。つまり、托卵される鳥だ。百舌鳥はそれを、何となく自分の卵ではないようには感じながらも、ひなが孵るまで二週間ほど、同じように抱卵する。

百舌鳥の囀りも、この街の女性たちの包容力を育んできたろうか。



北海道札幌市生まれ。北海道大学農学部で、応用動物学を専攻する。1990年にノンフィクション『結婚しないかもしれない症候群』がベストセラーとなる。2003年長編小説『海猫』(新潮社)が、第十回島清恋愛文学賞を受賞。他に、女性の医師を主人公にした『余命』、新刊として『尋ね人』(共に新潮社)、『空しか、見えない』(スターツ出版)がある。

