

国際ロータリー第2570地区

行田ロータリークラブ

RI会長: ウィルフリッドJ・ウィルキンソン/ガバナー: 石川嘉彦

会長: 山本 憲作/幹事: 武田 和則

クラブ会報委員会

委員長: 境野 登章

委員: 富田 久雄/中島 捷二/島崎 政敏
稲垣 功一/小島 一男/小椋 剛

例会日: 木曜日

午後 12:30開会

会 場: アドバンテスト 行田
クラブハウス

第2049回 例会 (2008年1月17日)

2007-08 国際ロータリーテーマ

「ロータリーは分かちあいの心」



第2049回 例会(第二十六回例会) 卓話例会 「メタボリックについて」 島田悦男先生

- ★ 点鐘
- ★ ロータリーソング斉唱 我らの生業
- ★ 四つのテスト唱和
- ★ 来訪者紹介 山本憲作会長
- ★ 会長挨拶 山本憲作会長
- ★ 結婚・誕生祝い
- ★ 幹事報告 武田和則幹事
- ★ 委員会報告
- ★ 卓話 島田悦男先生
- ★ 謝辞 山本憲作会長
- ★ 出席状況報告 中島捷二副委員長
- ★ にこにこ報告 反町清委員長
- ★ 点鐘

★ 来訪者紹介

行田さくらロータリークラブさんより、田中様が参りました。
アンサンブル協会より、関会長様 矢部リンメイ様等が参りました。

※ 山本憲作会長

★ 会長挨拶

皆様こんにちは。如何お過ごしでしょうか？先週は3クラブ合同例会と言うことで、鴨田さんを新会員として迎えられた事、大変嬉しく思います。鴨田さんにおかれましては、楽しいロータリーライフを過ごして頂けたらと思います。
私の年度での新人入会の公約は3人と言う事で、今年度はクリアする事ができました。
また、株が大暴落致しました。これも大変な危機だと思います。政治の貧困、または日本の魅力の不足等々により、色々な形で、こういうときこそ政治家の人たちには国民を導いて頂けたらと思います。

※ 山本憲作会長

★ 結婚・誕生祝い

今月は、結婚祝いのみです。



★ 幹事報告

※ 武田和則幹事

こんにちは、幹事報告を致します。

前回は3クラブ合同賀詞交歓会で12名の出演者による雅楽を聴いて頂き新年の気分を十分に満喫された事と思います。

本日は島田悦男先生にお越し頂き、メタボリック症候群に付いて卓話をして頂きます。7月から初めて6ヶ月間、体型が目だって変わった会員は見受けられないようですので、本日は島田先生に渴を入れて頂きたいと思ひます。

どうぞ宜しくお願いします。

先ほど理事会で1～2月のプログラムが承認されました。簡単にご報告致します。次回1月24日は、桑名北RC直前会長山本様の卓話例会です。

1月31日は、さきたま古墳群の清掃活動です。

2月9日は、土曜日になりますがスクールバンドフェスティバルへの後援例会です。

2月14日は、小島敏男衆議院議員の夜間卓話例会です。

会員の皆様には、今からスケジュールを組んで頂くよう、お願い致します。

それでは本年も、どうぞ宜しくお願い申し上げます。

★ 委員会報告

※環境保全委員会 永島健雄副委員長



1月31日ですが、古墳公園の清掃活動を行います。その後湯本さんで例会を行います。

※市民大学委員会 永島武雄委員長



田中先生も、ものつくり大学に関係がありますので、一緒に話をさせて頂きたいと思ひます。

市民大学の準備委員を、市報で募集しております。

かなりの反響がありました。2月2日のコンサートが近づいてきました。先日もご協力を頂いた方には、感謝申し上げます。いまだチケットも残っておりますので、どうぞ宜しくお願い致します。

※音楽文化委員会 鈴木貴大委員長



2月9日土曜日、スクールバンドフェスティバルが行われます。

11時よりベルプラスにて、例会が行われます。

宜しくお願い致します。

当日は親睦委員会にもお手伝いをお願いしております。

この場をお借りして、お礼を申し上げます。

※姉妹クラブ委員会 植田信男委員長



次週の例会は桑名北ロータリークラブより卓話に見えます。
山本直前会長と水谷直前幹事が見えます。
その前の晩にはプレイバツハにて歓迎会を開きますので、
ご都合の付く方はご出席のほど、宜しくお願い致します。

※ゴルフ委員会 武井茂委員長



2月14日に、新会員鴨田会員を歓迎しての、親睦ゴルフコンペを
行いたいと思います。場所は鴻巣CCです。
奮って参加のほど、宜しくお願い致します。

★ 本日の卓話

★ 講師 島田悦男先生

★メタボリックについて



健康管理委員会 小菅克祥会員の紹介により、卓話です。

皆様こんにちは。大変お久しぶりです。さて本日は、メタボリック症候群に関して卓話をさせて頂きたいと思っております。

中高年の男性、半数が危険です。女性でも、2割の方が該当しているという報告もあります。

メタボリック症候群の判定は、内臓脂肪の蓄積を示す目安としてウエストが男性で85センチ以上、女性で90センチ以上を
必須条件とします。内臓脂肪とは、皮下脂肪とは異なります。内臓脂肪が付き過ぎると、高血圧高血糖等を引き起こし、
心疾患等のリスクを高めるとされています。さらに日本人男性は、腰回りのサイズが同じでも、米国の白人男性より
内臓脂肪の溜まりやすい事が、滋賀医科大学と米ピッツバーグ大学の住民調査でわかりました。

予防策として、油の多い食べ物を控えて野菜を多く食べたり、タバコを吸う人は禁煙をしたりするなど、生活習慣を少し
変えるだけでも、効果は大きいとされています。

メタボリックシンドローム・・・1患者でしょうか？1つ1つは軽くても、いくつか重なると動脈硬化を進展させ重大な
合併症を引き起こします。内臓脂肪を中心としたマルチファクターを表現したもので、動脈硬化に対する概念。

動脈硬化は、まず脂質の血液壁への沈着から始まります。

機能的硬化・・・緊張・ストレス・交感神経の緊張・etc(白衣高血圧?)

器質的硬化・・・一般に言う、動脈硬化の事です。

血管病変の早期発見・早期治療＝特定検診・特定保険指導。何を目標として指導するのか？

(BMI・ウエストサイズ・体重)そのデザインは？実態は？ 厚生省には、何もデータがありません。

いづれにしても、自分で予防できるものであります。自己管理の必要性があります。

以下、次のページに続く

本日の卓話続き

心筋梗塞に関して・・・。

20歳の頃に痩せていた男性が10キロ以上太ると、心筋梗塞等の発症率は体重の変化のなかった人に比べ、約2倍になる事が厚生労働省研究班による大規模な調査によりわかりました。日本の男性も欧米人と同様、肥満で虚血性心疾患を発症しやすくなります。

特に20歳の頃に痩せていた人は、中年期の肥満に気がつけた方が良いと思います。

例えば50歳台の男性で、タバコを吸わず血糖値に問題がない場合、血圧とコレステロール共に正常値であれば、10年以内に心筋梗塞等で命を落とす確率は0.5%未満と極めて低いのです。

これが血圧180コレステロール250に達するとその確率は1~2%になります。

さらに喫煙して高血糖の人は、2~5%と一層高くなります。

一方、女性は男性に比べて心筋梗塞の恐れは小さいです。

それでも喫煙、高血圧、高血糖、高コレステロールの4要素が勢ぞろいした場合は、危険が高まります。

病診連携について・・・

1) 診療所が病院に登録しておき、診療所で普段診ている患者さんが悪化した場合、緊急入院さえてもらう。

軽快し退院した後は、原則元の医療機関に通院する。また検査データ等の情報は、みつに行う。

2) CT MRI等高価な検査が必要な場合、自分の施設の機関と同じように使用出来る。予約も各医療機関で出来る。

3) 紹介入院した患者さんを、元の医師が病院に診察に行き、院内主治医と病状・治療方針について相談出来る。

4) 各病院(例えば壮幸会行田総合病院・行田中央総合病院の場合)は、病診連携室を持っている。



★ 講師 島田悦男先生 卓話風景

★ 謝辞

※ 山本憲作会長

島田先生、大変ご無沙汰しております。本日は卓話ありがとうございました。

行田ロータリークラブを退会されて2年経過するようですが、健康も回復しているようですので、是非復帰を宜しく願います。

先生の卓話の中で、基準値と正常値について今回は良く理解出来ました。

今後島田先生のますますのご健康とご健勝を祈念致しまして、本日のお礼とさせていただきます。



★ 出席状況報告

※ 中島捷二副委員長



中島捷二副委員長

正会員65名
本日の出席者30名
本日のメイキャップ者2名
本日の出席率49.2%



反町清委員長

★ ニコニコ報告

※ 反町清委員長

第2049回例会 2008年1月17日

- ★ 山本会長 島田先生お世話になります。娘が結婚いたしました。安心しました。一句 純白のドレスに映える笑顔かな
 - ★ 武田幹事 島田先生メタボリックについて卓話ありがとうございます。
 - ★ 行田さくらRC 田中利幸様 山本会長の名調子を楽しみにメイキャップにまいりました。又本番近づきました。行田とものつくり大学を結ぶコンサートのご案内にまいりました。
 - ★ 鴨田会員 新入会員です。これから宜しくお願い致します。
 - ★ 武井会員 2月14日のゴルフコンペおおぜいの方の参加をお願い致します。
 - ★ 蔭山会員 エッチャン先生、お久しぶりです。(昼間会うのは！！)
 - ★ 小菅会員 島田先生お久しぶりです。再入会を期待しています。
 - ★ 小林会員 島田先生卓話ありがとうございます。阪神大震災より13年過ぎます。皆様も震災の準備をしておいて下さい。
 - ★ 中島会員 鴨田さん入会おめでとうございます。宜しくおつきあいをお願い致します。
 - ★ 山田会員 新年明けましておめでとうございます。本年も宜しく！
 - ★ 小島会員 新年おめでとうございます。今年も宜しくお願い申し上げます。
 - ★ 内山会員 本年も宜しくお願いします。寒い毎日ですが健康に気をつけて過ごしましょう。
 - ★ 小池(英)会員 今年も宜しくお願い致します。
 - ★ 清水(義)会員 島田先生何時もお世話になっております。本日は卓話ありがとうございます。
 - ★ 永島会員 お蔭様で今、行田が話題でいっぱいです。戦国時代の大河ドラマの主演達も言うに及ばず輝いた武功、知行を持った成田長親(ナリタナガチカ)のお話「のぼうの城」です。
 - ★ 反町会員 友人や知人が多く他界しました。健康に気をつけたいと思います。島田先生ありがとうございます。「友達もまだ生きている年賀状」
 - ★ 武笠会員 島田悦男先生卓話ご苦労様です。
- 以下同文
- ★ 湯本会員・境野会員・大野会員・宮内会員・古沢会員・清水治会員・植田会員・山田会員
- ★ 合計金額 49,000円

★ 点鐘