



THE ROTARY CLUB OF TOKYO NEW-SOUTH

Weekly Report 東京新南ロータリークラブ週報

Show Rotary Cares・『ロータリーの心を』

1997～98年度・国際ロータリーテーマ／グレンW・キンロス会長

『ロータリーの原点』に立ち『新鮮な眼でクラブライフを』

1997～98年度・東京新南ロータリークラブテーマ／武下 朗会長

◎本日の例会 □卓話「ロータリーと私」

1月30日第545回例会

第2750地区ガバナー・ノミニー
東京町田ロータリークラブ元会長
村野小児科院長

村野 順三 氏

(例会後 13:40～15:00)

□第4回クラブ協議会

「村野ガバナー・ノミニーをお迎えして

～ロータリー情報・職業分類・国際奉仕・社会奉仕委員会活動と会計」

◎先週報告

1月23日第544回例会

□幹事報告

①97年～98年度第2750地区地区大会登録のお願い

今年度の地区大会は来る3月19日(木)20日(金)の両日新高輪プリンスホテル国際館パミールにおいて開催されます。当クラブは3月20日(金)の例会を地区大会に振替えました。ご家族の皆様お誘いの上、全会員の登録をお願い申し上げます。尚、登録申込みは2月6日までに事務局へお願い申し上げます。(詳細下記参照)

②夜間例会(レディス・デー)のご案内

来る2月20日(金)の例会は昼間の例会を変更して、夜間例会/レディス・デーを開催致します。当日は日本筆跡診断士協会会長の森岡恒舟氏に「筆跡と人間性」と云うテーマで講演を頂戴します。是非奥様ご同伴で大勢のご出席をお待ち申し上げます。

(とき)2月20日(金)18:00～20:00 (ところ)東京全日空ホテル B1八雲の間

□親睦活動委員会報告(高須委員長)

○「ロースター」用資料の提出のお願い

今回、新しくロースターを製作することになりました。つきましては、資料の訂正ご加筆をお願い致します。提出期日、1月30日(金)までに事務局へご提出下さい。

○火曜会のご案内

2月度火曜会を2月3日(火)PM5:30～全日空ホテル37Fアストラルにて開催致します。皆様のご参加をお待ち申し上げます。

パネラー 高須康有会員 テーマ 「私のクラブ(苦楽部?)ライフ」

□出席者報告 ●会員72名/出席50名・欠席22名・出席規定免除者1名

ビジター(7名・敬称略・順不同)／熊平 肇(広島)、石黒 康(東京五反田)、鎌田 進(東京目黒)、田村達也、酒井重人(以上東京日本橋)、村瀬 真(東京銀座)、ゲスト(1名)／チャールス・スティープンス氏(宮本会員ゲスト)

◆97～98年度RI第2750地区地区大会プログラムのあらまし

と き/3月19日(木)20日(金) 会 場/新高輪プリンスホテル国際館パミール ホストクラブ/東京京浜RC

大会第1日目 19日(木)

各種委員会

10:00 ●決議委員会 ●資格審査委員会
●選挙委員会 ●登録委員会

会長・幹事会

10:00 開会～11:30 閉会

本会議

12:00 登録
13:00 点鐘
大会実行委員長挨拶 RI会長代理紹介 来賓紹介
参加クラブ紹介 ガバナー挨拶
RI会長代理挨拶・現況報告
特別企画 グラム観光局
記念講演 講師 山本 卓真
記念講演 講師 服部禮次郎
特別企画「日本最初の『君が代』」解説 永富 邦雄
記念講演 講師 明石 康
点鐘

RI会長代理ご夫妻歓迎晩餐会

19:00 ガバナー挨拶 RI会長代理挨拶
乾杯 晩餐
21:30 閉会のことば

大会第2日目 20日(金)

ロータリー財団・米山記念奨学会朝食会 17:30～

本会議

8:00 登録
9:00 点鐘
第2750地区現況報告
決議委員会報告・大会決議採択
選挙委員会報告・登録委員会報告
ガバナーノミニー紹介・挨拶
表彰・記念品贈呈
グループディスカッション 講師 真田 照三
記念講演 講師 林 隆義
RI会長代理所感
ガバナー挨拶
次期大会ホストクラブ会長挨拶
閉会のことば
12:40 点鐘

懇親会

13:00 ガバナー挨拶
乾杯 懇親・会食 アトラクション
14:00 閉宴のことば

「新会員歓迎会報告」

とき/98年1月20日(火) 18:00～

ところ/シティクラブ・オブ・東京

今年度入会(97/7～97/11)の新会員5名(T・コンシニ、福島、水原、大山、圓谷の各会員)を歓迎する会が、格調高き「シティクラブ・オブ・東京」で開催されました。

高須親睦委員長から新会員、ご夫人をご紹介され、新会員各人の手慣れた個性豊かな自己紹介、自己アピールが次々披露され、山下副会長の乾杯の音頭で和やかにスタートしました。

新会員(すっかり溶け込んでおり、もり立派な旧会員?)の歓迎を中心に会員相互の親睦が図れ、楽しい会話の中で時の経つのも忘れ、程よく酔酩し、そこかしこに笑顔が所狭しと飛び交う、誠に明るい会でありました。

最後に武下会長が「当クラブの良き先輩会員(?)を見習って明るく楽しいクラブライフを永く続ける様に!」と含蓄のあるシメのお言葉でお開きとなりました。

和食中心の立食形式でありましたが、殆どの会員がワインを嗜好し、世のワインブームを象徴していた事と大勢の参加で会を盛り上げて載けるメンバーの多い事に、改めて印象づけられました。

[小杉(眞)記]

参加者/会員38名、夫人6名(順不同、敬称略) 青野、荒木、馬場、T・CONSIGNY・令夫人、福島、後藤、石坂、石東、岩瀬、梶内、河原、川鍋、小澁、令夫人、小杉(眞)、小杉(修)・令夫人、宮本、宮武、水原・令夫人、村山、二宮、小原(健)、大山、斉藤、佐々木、佐藤・令夫人、四分一、島田、鈴木、高須、武下、田中、谷村、立林・令夫人、圓谷、渡部、渡邊、山下、吉岡



回卓話 生活習慣病——とくに糖尿病について

1月23日第544回例会

東京築地ロータリークラブ元会長
仁木内科クリニック 仁木 豊



仁木 豊氏

いわゆる「成人病」という言葉は、昭和30年代に40才代以後現われる病気に提唱されたもので、一般にこの年齢に急に発病すると考える人が多いが、実は20～30才代の若い時代からの悪い生活習慣によって発病してくるものでこの点を重視して厚生省は、今日「成人病」といわず「生活習慣病」とよぶ様に改めました。この生活習慣病には、高血圧、糖尿病、高脂血症、高尿酸血症(痛風)、肝障害(脂肪肝など)、心血管障害(心筋梗塞など)、脳血管

障害(脳梗塞など)、各種の「がん」などが含まれています。このなかで年々増加している代表的なものが糖尿病です。平成6年度厚生省からの統計では、全国で約600万人の方が糖尿病に罹っており、これに糖尿病予備軍が100～150万で凡そ700万人以上の方が糖尿病であり、21世紀には1000万人にも達することが予測され、5人に1人が糖尿病という、まさに日本人の国民病といえます。従って糖尿病にならないためにはどうしたらよいのかは今や切実な問題となっています。

このためには、まず糖尿病とはどのような病気なのか、4つの項目をあげ説明します。

1. 糖尿病とは血管の病気である。

糖尿病を放置し、5年以上経過するといろいろの血管障害を起す。この障害は、まず眼底の小血管に出血をおこし、これが進行して失明する人が年間5000名に及び、また腎臓障害で尿毒症のため人工透析を余儀なくされている人が約7000名

にも達している。この他、動脈硬化を促進し、脳血栓、心筋梗塞、腎不全下肢エソなどにより社会より脱落したり、失明することが多い事をまず認識する必要がある。

2. 糖尿病は臓器の障害である。

臓器から分泌されるインスリンの働きの低下により食べ物の三大栄養素(糖分、蛋白質、脂肪)が身につかず栄養不良の状態になる。とくに糖分の利用が低下するため血中に糖分が上昇し高血糖となり、この結果糖尿として表われる。

この高血糖が体にいろいろの障害をおこす。

3. 糖尿病は検査しなければ分からない。

糖尿病は、一般の病気の様に自覚症状がなく検査でなくては分からない。簡単な発見法は十分に食べて2時間後に尿糖(薬局に試験紙あり)を測り陽性の時は専門医に受診すること。また血糖の正常値は、空腹時80～110mg/dlで140mg/dl以上はインスリンの働き悪く糖尿病と診断される。110～140mg/dlの人は境界型よとばれ、ブドウ糖を负荷し時間毎に血糖値を測り、2時間後が120mg/dl以下正常、200mg/dl以上は糖尿病と診断される。この様な検査を定期的に検査すること。

4. 糖尿病はどうしておこるか

遺伝的素因として糖尿病の家系、肥満や血管障害の人が多い家系、流産や巨大児出産の母親などがあげられる。これに臓器をいじめる様な環境因子が加わることによって糖尿病がおこる。臓器をいじめる生活とは一口にいって「飲み過ぎ」「食べ過ぎ」「運動不足」であり、これは肥満状態となる事で、糖尿病は肥満が引き金といえる。このため食生活は、ほどほどにバランスよく、出来る丈歩くことをおすすめしたい。

ニコニコBOX

1月23日/15件42,000円
97～98年度累計1,473,432円
多額の寄付を有難うございます。
(順不同、敬称略)

田辺賢三/仁木先生、今日は卓話を有難うございます。圓谷正和/先日は新会員歓迎会どうもありがとうございました。小杉修造/新会員歓迎会で親睦の皆様ご苦労さ。小澁雅亮/新人歓迎会では後藤さん、高須さん有難うございました。高須康有/先日の新会員歓迎会が多数のご参加により盛会となりましたことに感謝しています。又、後藤さんお世話になりました。柴藤清三郎/お蔭により無事誕生日を迎えました。西澤正雄/とりこみがあって大変ご迷惑をおかけし又はげまして頂き厚くお礼申し上げます。荒木昭文/立林さん資料ありがとうございました。山下忠治/佐藤さん、写真ありがとうございます。小原先生、ニコニコご苦労さです。小原渉/ごあいさつ遅くなりました。あけまして、おめでとうございます。清原元輔/先週の圓谷さんのインシエーションスピーチは有意義でした。小原さんニコニコ御苦労様です。吉田用親/メークアップが続き、本年初出席。今年もよろしくお願い申し上げます。宮本正祥/カゼに気を付けて下さい。小原健/本日、ニコニコ当番です。ご協力ありがとうございました。

◎次週予告 回卓話予定 イニシエーション スピーチ

2月6日第546回例会

「設計のはなしあれこれ」

当クラブ会員

(株)賢プランズ設計事務所代表取締役社長 福島 賢哉 君

東京新南ロータリークラブ

会長:武下 朗 副会長:山下忠治 幹事:渡部一元

〒107 東京都港区赤坂2-19-8 赤坂2丁目アネックス3階

TEL.03-3505-5976 FAX.03-3505-6004

例会日●毎週金曜日 12時30分

例会場●東京全日空ホテル 〒107 東京都港区赤坂1-12-33 TEL.03-3505-1111

〈会報委員〉

新保 國彦、荒木 昭文、廣瀬 哲久、
青野 信次、宮川 弘信、開発 英基、
田中 武、小杉 眞史、川鍋 二郎、
立林 英昭、吉田 用親、村山 公士

(編集担当順)