



Share Rotary—
Serve People

みんなにロータリーを
みんなに奉仕を



会長 内山喜一 幹事 齋藤 隆 副会長・クラブ奉仕 佐藤順治 職業奉仕 石川寿男 社会奉仕 佐藤 衛 国際奉仕 三井 健 青少年奉仕 小池繁治

出席報告：会員 74 名 出席 62 名 出席率 83.78% 前回出席率 72.97% 修正出席 65 名 確定出席率 87.84%

会 長 報 告

内 山 喜 一 君

理事会の決定事項を申し上げます。

1. クラブ年次総会を、今月の29日最終例会に開催します。
2. 10月25日石黒パストガバナーの米山月間のスピーチの中に、米山協力金が年間会員 1人 2,000 円でしたが3,000 円にして貰えないかと希望があって、後期1月からの分を2,000円にし、年間3,000 円になりますので、予算勘案の上、そういう風に致します。
3. ロータリー財団の奨学生ですが、高専の篠崎先生の御長男（現在千葉大学の英文科に御在学中）御希望ですので、書類提出された時は取り上げようということでした。
4. 第3回クラブ協議会、これは11月8日ですが、5時30分からの懇親会にデビット君をご招待する。
5. デビット君を講師として英会話のレッスンをしたらという事で、新穂光一郎さんに詳細依頼してあるので、後でお話あると思います。
6. 大変おめでたい事ですが、（次の例会で石黒先生から発表ある予定）張先生がロータリー特別功労賞を丁戴致しました。
7. ニューブランズウィック R.C. 会長よりの書簡
1983-10-6

親愛なる内山会長さん

私は R.I. 第 761 地区ニューブランズウィック R.C. 会長カール・チャイチュンであります。

まず、新穂恵さんはここで合衆国の生活に大変よく適応して参りました事をお伝え申し上げます。彼女は第2のホスト・ファミリー、ロータリアンのジェームス・マクルーリン氏の家庭で生活しております。

ロータリアンのデビット・M. ハインライン氏は恵さんの最初のホスト・ファミリーです。彼の息子デビット・A. ハインライン君は現在、英語教育のアドバイザーとして鶴岡市に勤務中です。彼の主要な日本側連絡者は新穂光一郎氏でした。

我々の姉妹都市と姉妹クラブの関係は、新穂恵さんとデビット・A. ハインライン君を通じて将来我々の友好が益々発展することでしょう。

私もまた将来、いずれかの日に日本を訪問したいと望んでいます。その折には鶴岡へ参り貴クラブを訪問します。

私のクラブより貴クラブの皆様方によろしくとお伝え下さい。

幹 事 報 告

齋 藤 隆 君

1. 例会時間変更のお知らせ
八幡ロータリークラブ 600 回記念のため
11月5日(土) 14:00 ~
場所 山ゆり荘 会費 2,000 円
2. 神戸西神ロータリークラブ認証状伝達式の案内
59年3月11日(日)
会場 神戸国際会議場 登録料 15,000円
申込みメ切 11月末日まで事務局へ
3. 日中友好のしんぶん「日本と中国」
10月25日号到着
4. 遊佐ロータリークラブ会報到着
5. 10月15日行われた鶴岡工業高等専門学校創立20周年記念式典の礼状到着。
6. 大阪大手前ロータリークラブ認証状伝達式に佐藤衛さん出席。その時バナーを交換。

成人病の予防について

高 橋 良 士 君

日本人の三大死因についての予防を中心にスピーチを行った。

日本人の3大死因は、56年度に悪性新生物(ガン)が脳卒中を抜いて第1位となった。

☒ 第1位 悪性新生物(ガン)の原因

- 原因は未だ不明の点も多いが、
- 内因—遺伝、ホルモン、ウイルス 10%
(親から子)
 - 外因—食生活、タバコ、アルコール、放射線、紫外線、公害汚染、感染症、医薬品 90%

ガンを予防する食生活のポイント

1. 偏食を避け、バランスのとれた栄養をとる。
2. なるべく同じ食品を繰返し食べない。
3. 食べすぎを避ける。特に動物性脂肪のとりすぎを避ける。
4. 深酒をしない。特にタバコを吸って酒を飲まない。
5. 適量のビタミンA・C・E、繊維質の食品をよくとる。
6. 塩辛いものを多量に食べない。あまり熱いものをとらない。
7. カビの生えたものを食べない。
8. ひどくこげた部分は食べない。
9. 朝食を食べる。間食を避ける。
10. 規則的な運動、十分な睡眠を心がけ、適正な

体重を保つ。

☒ 第2位 脳卒中

脳出血・脳血栓の二種類がある。

脳出血の予防

1. 高血圧の予防
2. すでに高血圧の人は、その治療を十分に持続する。
3. 食塩の制限
4. アルコールのとりすぎ、ふとりすぎを避ける。
5. 酒を飲んだら安静に。
6. 暖房を十分にトイレまで。急激な温度変化を避ける。
7. トイレと風呂での注意
8. ストレスを避け、規則正しい生活、十分な睡眠、適当な運動、便秘を避ける。
9. 重労働、特に徹夜での重労働はよくない。

脳血栓の予防

1. 高血圧の予防、早期治療、充分な管理
2. 動脈硬化の予防、早期治療
3. 糖尿病の早期治療、充分な管理
4. 多量飲酒、多量喫煙、カロリー過剰、ふとりすぎを避ける。

☒ 第3位 心臓病(心筋硬そくで代表される)

第1回の発作で3分の1が死亡する。

心筋硬そくの予防

1. 動物性脂肪の制限
2. コレステロールの多い食品の制限
3. カロリーの過剰、食べすぎを避ける。
4. 砂糖のとりすぎもよくない。
5. タバコの制限
6. 高血圧のコントロール
7. 糖尿病のコントロール
8. 精神的ストレスを避ける。
9. 適度な運動を日課とする。

☒ 小児外科

生れたばかりの赤ん坊の内臓奇形を生後48時間以内(これを小児外科のゴールデンアワーという)に診断、手術をすると救命率が極めて高くなる。

約10年前、庄内地方で始めて小児外科を開設して以来、救命し得た小児外科の代表的な病気についてスピーチを行なった。

小児外科は、日本では診療体系が出来て約20年になったばかりであるが、欧米では19世紀にすでに治療法が確立されている。1967～68年西ドイツ、ブレーメンの小児外科レーバイン教授の下へ留学し研究を行った。まだまだ救命しがたい奇形も多いが、このように子供を手術して命をとりとめるだけでなく、70～80年の人生を、正常の人と全く変わりなく社会生活を営めるようにする事が小児外科医の使命であり、医療の地方格差を解消する事が、我々医療に従事する者の切なる願いでもある。

年間皆出席

21年間皆出席 新穂光一郎君
5 〃 藤川享胤君

2年間皆出席 小松三雄君

10月100%出席 58名

阿蘇君・阿部君・張君・藤川君・早坂君・飯白君
石井君・石川君・石黒君・板垣(俊)君・市川君・
川村君・黒谷君・小池君・小松(広)君・今野君・
小松(三)君・加藤君・御橋君・三井(徹)君・三井
(賢)君・三井(健)君・嶺岸君・迎田君・本山君・
森田君・松田(貞)君・松田(士)君・中江君・中野
君・中田君・斎藤(隆)君・佐藤(昇)君・佐藤(忠)
君・佐藤(順)君・佐藤(衛)君・佐藤(友)君・佐藤
(元)君・新穂君・菅原君・鈴木(善)君・鈴木(弥)
君・庄司君・佐々木(栄)君・鈴木(茂)君・佐々木
(詰)君・斎藤(昭)君・白坂君・高橋(良)君・丹下
君・手塚(林)君・富樫君・高田君・手塚(拓)君・
内山君・渡部君・山口君・吉野君

会員誕生

藤川享胤君・中村富昭君
佐藤衛君・鈴木善作君
丹下誠四郎君・佐々木詰彦君

奥様誕生

小松久子(広穂)様・小林清様
中田安子様・菅原和子様
佐々木雪子(栄一)様・丹下せい子様
白坂一世様

スマイル

丹下誠四郎君 夫婦共誕生祝いの為
佐藤衛君 次兄秋の園遊会招待の栄を受けた
吉野勲君 優良施設工場として厚生大臣表彰
中田敏和君 35周年開店を記念して
張紹洵君 ローターリー特別功労賞

経営のしおりについて

渡辺利夫君

経営のしおりの刷子は、天童R.C.の会員から県内の全ロータリアンに配布してほしいと要望が寄せられた。過半、年次大会で磯村さんが“世界とのコミュニケーション”という演題で、世界中が日本を諸悪の根源と見ておる反面、Q.C.、サークル活動を日本から学ぼうという話が出ている。丁度経営のしおりとしてQ.C.導入のパンフレットが出ているので、是非ロータリーの方々に配布してほしいという要望があった。私共の場合は、T.Q.C.ではなくて、サークル活動として来年1月から取り組む事になっているけれど、サークル活動の目的としては“お互の心と知識を磨いて個人の生長を図り、みんなが働き易い職場を作り出す”という目的でQ.C.の導入にふみ切っている。皆さんの事業所にとっても、このしおりを参考としてQ.C.の導入にお取り組みになる事がいい事でないかとお配りした次第です。

ビジター

温海R.C. 佐藤五右エ門君・阿部一太君
鶴岡西R.C. 鈴木昭吾君・佐藤等君
帯谷義雄君

(今週の担当者 菅原辰吉)