

TSURUOKA ROTARY CLUB

国際ロータリー第2800地区

鶴岡ロータリークラブ

平成 19 年 12 月 18 日 (火) 第 2389 回 (本年度第 21 回) 例会

●創立 昭和34年 6 月 9 日 ●例会日 毎週火曜日(12:30~13:30) ●例会場 東京第一ホテル鶴岡 鶴岡市錦町2-10



ROTARY SHARES
ロータリーは分かちあいの心



例会に出席し
友情を深めよう

本日の卓話 (12/18)

市政について

鶴岡市長 富塚陽一氏

11 月 27 日 (第 2387 回) 例会報告

点 鐘

ロータリーソング「四つのテスト」

卓 話: おもしろ健康漫話 ケーシー平田氏

会長報告

先週の行事

- 12/1 第 2 ブロック I M は塚原実行委員長以下それぞれのお立場で全員一致した結果のすばらしい成果だと思います。皆様どうも御苦勞様でした。
- 来年の 2800 地区委員の推薦依頼が武田ガバナークエレクトより参りましたので、ローターアクト委員会に本間喜美子さん、青少年交換委員会に富田喜美子さん、会員増強退会防止委員長に佐藤孝子さんをご本人の了承を得て推薦しました。

◆会長ショートスピーチ

冬になりますと風邪やインフルエンザが増え、中には肺炎にまで進む例があります。肺炎は死亡に繋がる恐ろしい病気です。全国的な統計では死亡原因の第 4 位をしめ、年間 8 万人ほどお亡くなりになります。が、65 歳以上のお年寄りになると肺炎による死亡が急に増えます。肺炎にかかり難くする対策は色々ありますが、高齢の方の肺炎の原因となる細菌としては最も頻度の高いとされる肺炎球菌に対する予防注射を行うこともあげられます。肺炎球菌ワクチンで免疫しても他にも肺炎になる原因は色々あり、完全な予防とはなりません、高齢の方が重い肺炎の原因となる細菌の 50% はこの肺炎球菌ということで、かなりの抑止力になるとされています。ワクチンの注射は特殊な状態以外では健康保険の対象外で自費になります。その効力は一応は 5 年

次回の卓話 (12/25)

クリスマス家族例会

です。アメリカの 65 歳以上の高齢者の 50% は受けていると言われるこの予防注射ですが、日本での普及はまだまだと言うところです。そのほか一般的な肺炎予防対策として、栄養不良対策があります。栄養は抵抗力(免疫能)を高め、呼吸するための筋肉の衰えを予防するために大切です。医療機関で治療の対象となるお年寄りの多くは脳神経障害を伴っていることが多く、栄養補給のために欠かせない毎日の口からの食事が取れない状態の方も多くいらっしゃいます。このような例では食べさせた食事や分泌された唾や痰や鼻汁が良く飲み込まずに喉の奥に溜まり、肺に吸い込まれているということが常に起こっており、吸い込まれて溜まったものの中で細菌が繁殖し、肺炎(嚥下性肺炎)を起こします。この予防には頻繁に喉の奥や気管内の内容を吸引する必要があります。この場合は流動状態の栄養剤を胃まで到達させた管を通じて入れてあげることも生存に必要になってきます。このような状態の方が私が管理させていただいている中にも何人かいらっしゃいます。変化に対応して一寸支えるだけで生命とはこんなに長く維持できるものだと感動を覚えながら毎日お世話させていただいています。

幹事報告

◎第 6 回理事会報告

1. 年次総会について
2. 寒鰯汁家族例会の登録料等について
 - (1) 友好クラブに案内する
 - (2) 登録料 会員: 4,000 円 家族: 2,000 円
友好クラブ会員: 4,000 円 (宿泊料別)
同家族: 2,000 円

会 長	真 島 吉 也
副会長	富 樫 松 夫
幹 事	本 間 昭 吉

会報委員会
事務局

青柳孝治 佐々木喆彦 白幡憲一郎
鶴岡市馬場町11-63 産業会館 3 階
TEL:0235-28-3375 FAX:0235-28-3776

3. 蕎麦打ち家族例会の収支報告について

収入	登録料：会員@ 4,000 × 23 名 = 92,000 円
	家族@ 2,000 × 4 名 = 8,000 円
	親睦予算から補助 45,000 円
	合 計 145,000 円
支出	甚内旅館支払 135,000 円
	そば粉代 10,000 円
	合 計 145,000 円

卓 話

一日百笑

ドクター ケーシー
毒多 軽石平田

こんにちは皆さん。今日は何回笑っていただけましたでしょうか。健康によくない失笑・嘲笑は、はずしていただいて15回以上の方は健康な方です。当然経営なさっている事業も健全なものご推察申し上げます。ばかばかしいと思いながら聞かれた方、意外な発見をされた方、それぞれかと思ひます。今回の講座？では、笑いの効用と健康の大切さについてお話をさせていただきました。



空転を続ける国会、幼な子を巻き込む悲惨な事件、モラル低下を象徴するかのよう食品の偽装事件など、さまざまな世界で暗いニュースが飛び交っています。そうした中でナンセンスを売り物に、ささやかな活動をしている私たちボランティア名称は「サークル・すまいる」といいます。読み聞かせや映画会などを通じて、幼児・児童・老人クラブなど各種団体の皆さんと一緒に、すまいるをベースに楽しい時間をつくっています。「すてきな笑顔」で新しい年を迎えていただきたいと思います。経費のかからない笑顔。毎日一つでも二つでも多くの笑顔をつりまきましょう。明るい皆様の家族の健康と、商売繁昌につながることを請け合いです。

笑うと皺が増えると思っている方もいるかもしれませんが。ところが笑うとエンドルフィンが出ます。これは血流を良くします。笑うことがいかに健康によいかこれでわかります。笑うと呼吸はどうなるでしょう。たくさんはいてたくさんすいます。これを長生きというんです。また、コーヒーは体にいいです。血栓ができにくくしてくれる。お酒を飲む人は肝臓を酷使していますが、コーヒーは肝臓がんの発生を抑えているといひます。これは本当です。ぜひ飲んでください。

追伸 本物のお医者さんを前にしての講座？は脂汗三斗でした。暑かったです。ありがとうございました。

年次総会

次の方々が選任されました。

次年度副会長 (09-10 年度会長)	佐藤 孝子君
会長エレクト	樋渡美智子君
会長ノミニ	富樫 松夫君
次年度幹事	越智 茂昭君
次年度会計	阿部 順次君
次年度理事	塚原 初男君 若生 恒吉君
	秦 幸助君 富田喜美子君
	青柳 孝治君 榎野 隆博君

委員会報告

親睦・姉妹友好委員会

★クリスマス家族例会のご案内

日時：平成 19 年 12 月 25 日 (火) 18:00 開会

会場：東京第一ホテル鶴岡 2F 鶴の間

登録料：会員 5,000 円 家族 3,000 円

小学生以下無料 ※締切：12/18 (火)

◎ 12 月誕生祝

会員 田中 豊君 配偶者：若生 孝 (恒吉) さん

出席委員会

●●スマイル●●

佐々木喆彦君	塚原 初男君	真島 吉也君
丸山 隆志君	佐藤 孝子君	本間喜美子君
藤川 享胤君		

出席委員会

●●出席報告 (12/1) IM・6C 合同例会 ●●

会 員 数	出 席	出 席 率	前々回 確定出席率
46 名	34 名	79.07%	72.73%

●メイクアップされた方

藤川 享胤君	樋渡美智子君	真島 吉也君
嶺岸 禮三君	越智 茂昭君	斎藤 昭君
佐藤 孝子君	富樫 松夫君	塚原 初男君
本間 昭吉君	佐藤 友行君	白幡憲一郎君
阿部 純次君	青柳 孝治君	富田喜美子君

●●出席報告 (12/4) ●●

会 員 数	出 席	出 席 率	前々回 確定出席率
46 名	32 名	74.42%	86.36%

●メイクアップされた方

足立 篤司君	加藤 功君	牧 衛君
松井 亨君	若生 恒吉君	藤川 享胤君
本間 昭吉君	加藤 恒介君	丸山 隆志君
真島 吉也君	嶺岸 禮三君	佐藤 孝子君
佐藤 友行君	白幡憲一郎君	富樫 松夫君
富田喜美子君	塚原 初男君	