



2018-2019 年度 藤沢ロータリークラブ週報

2018-2019 年度 RI テーマ



インスピレーションになるう

第 2780 地区

ガバナー

脇 洋一郎

第 3 グループガバナー補佐 山口 俊明

■創立 / 昭和 29 年 6 月 3 日
 ■事務所 / 藤沢市藤沢 93 新堀ライブ館 204 TEL : 0466-25-4000 FAX : 0466-26-9292 E-mail : info@fujisawa-rotary.com
 ■例会日 / 毎週水曜日 12:30~13:30
 ■第 65 代 会長 / 大小原 徹 幹事 / 藤田 浩二
 ■例会場 / 湘南クリスタルホテル TEL : 0466-28-2111

NO. 36 第 3154 例会 2019 年 4 月 3 日 天候 晴れ

国家「君が代」
 ロータリーソング「我等の生業」
 四つのテスト 和田 庄治 会員

《ゲスト・ビジターの紹介》

ゲストスピーカー：沢 丞 様
 （さわ内科糖尿病クリニック院長）
 ゲスト：ウン, チェン キン さん
 （藤沢 RC 委嘱米山奨学生）
 ビジター：野口 恭夫 様 （相模原 RC）

《会長報告》

- ・新元号が「令和」と発表がありました。日本の元号は世界的に注目されているということを知りました。
- ・3月31日の日曜日、ロータリーウォーキング大会が開催されました。5kmと10kmコースに分かれて、約300名の参加者で、にぎやかな大会でした。藤沢 RC からは15名の会員とご家族が参加いただき、ありがとうございました。

- ・来週 11 日、12 日いよいよ仙台南 RC との交歓会です。9 名で参加いたします。先に早めにいけるメンバーで IM のテーマでありました「東北を忘れない」ように被災地を見に行ってみます。仙台南 RC の幹事が車を出してくださるそうで、仙台メモリアル交流館と中浜小学校へ現地視察してまいります。11 日夜は交歓会例会懇親会、翌日は、松島に小旅行してまいります。

《幹事報告》

- ・IM、ロータリーウォーキング大会、お疲れ様でした。
- ・本日例会終了後、理事役員会を開催させていただきます。現年度、次年度理事役員の方はご出席をお願いいたします。
- ・「ロータリーの友」の電子版のご案内です。2014 年 1 月号からのバックナンバーをご覧ください。ログイン ID とパスワードが必要になります。ID とパスワードについては、事務局にお問い合わせください。

出席報告 ()内は計算に用いた会員数

例会月日	会員数	出席会員数	欠席会員数	出席率	メイクアップ 会員数	修正出席者数	修正出席率
3月20日	45(45)名	27名	18名	60.00%	2名	29名	64.44%
4月3日	44(45)名	28名	16名	63.64%			

《委員会報告》

・ 棕梨青少年交換委員長

3月14-16日、京都で青少年交換学生と研修に行
って参りました。上賀茂神社では普段入れないと
ころにも参拝させていただき、貴重な体験でした。
8月末でインバウンド、アウトバウンドの学生と
も留学期間が終了しますが、後3ヶ月がんばって
欲しいと思います。



研修後、ハワイに行っていたらそう、お土産に
パイナップルのグミを頂きました。ごちそうさま!!



相模原 RC 野口様よりご挨拶を頂きました。
藤沢より相模原の方が寒いのに桜が既に満開、藤沢の
方が遅いそうです。夏、涼しくて冬温かいのが藤沢の
よいところとお話下さいました。

《お祝い》

結婚記念日 4月5日 今井 重信 会員
4月8日 和田 庄治 会員



会員ご家族の
ご入園、ご入学、ご卒業のお祝い

若林 徹大さん 大学ご入学 (今井 会員のお孫様)
今井 桜里香さん 中学校ご入学 (今井 会員のお孫様)
今井 隆介さん 小学校ご入学 (今井 会員のお孫様)
岩田 りらさん 中学校ご入学 (岩田 会員のお孫様)
木島 凧沙さん 大学ご入学 (木島 会員のお孫様)
鈴木 瑠子さん 幼稚園ご入学 (鈴木大次会員のお嬢様)
大小原 統真さん 小学校ご入学 (大小原 会員のお孫様)
大小原 悠さん 小学校ご入学 (大小原 会員のお孫様)
棕梨 友麻さん 大学ご入学 (棕梨 会員のお嬢様)



《スマイル報告》

大小原 徹 会長

沢先生 本日の卓話宜しくお願ひします。

野口様 ようこそ藤沢 RC にお越し下さいました。

娘の子、息子の子が同時に奨学生にあがることになり、めでたいやら忙しいやらの日々です。お祝いありがとうございます。

今井 重信 会員

結婚祝いありがとう。55 回目です。何をプレゼントすればいいのか迷います。

我家は 3 人の孫が入学します。入学祝いありがとうございます。

泉 信子 会員

沢先生ようこそいらっしゃいました。

東京ガス 野口様ようこそいらっしゃいました。

和田 庄治 会員

お祝い ありがとうございます。思い出させていただきました。

大野木 加代子 会員

沢先生 今日卓話ありがとうございます。

よろしくお願ひ申し上げます。

川上 彰久 会員

沢先生 本日の卓話楽しみにしておりました。

野口さん ようこそ!!

下野 多佳子 会員

沢先生、本日のおじ話、生活に密着していて興味あります。勉強させていただきます。

3 月の誕生祝い ありがとうございます。

《小話 3 分間スピーチ》

小島 正幹 会員



先週に引き続き、もう一度 3 分間スピーチをさせていただきます。

先だって申し上げたように、ラテン系の狩猟民族で遊ぶために生きているような男ですから、海外旅行へもよく行っています。以前はロータリーのメークアップ期間が、例会前後 1 週間でしたので、ちょっと旅行に行くとは現地メークアップしなくてはなりませんでした。

アメリカ、ロスアンゼルス巨大クラブには例会に 7、800 人もいて、大騒ぎです。日本から来ているとわかると、ステージに上げられて、紹介されます。アメリカでも田舎の方に行くと、メンバーがジーパンで例会に出席したりして、非常に庶民的です。ヨーロッパでは夜の例会が多く、卓話が永遠 1 以上時間続きます。オランダなどは英語でしたが、フランス、ドイツなどは言葉が全くわかりません。アジア、特に東南アジアは、昼例会、夜例会いろいろあります。イスラムの国では、午後 3 時ごろ始ま、リコーヒープレイクがあったり、お祈りの時間が入ったりします。マレーシアもそうです。地域によって、特徴が様々です。

日本人の国際奉仕というと、物を持っていくということになりがちのようです。また、現地に行くと写真に写ることがメインになりがちのようです。国際奉仕のあり方を考えるべきかと思ひます。

皆さんまだお若いので、海外でのメークアップをぜひして頂きたいと思ひます。



《卓話》

『わかりやすい糖尿病のお話』

さわ内科糖尿病クリニック院長
沢 丞（さわ たすく）様

（紹介者：大野木 会員）



糖尿病は血液中の糖（ご家庭にある砂糖ではなく、ブドウ糖と呼ばれるもの）が持続的に高い状態を指します。血糖値は測定してみないと分からないものなので、よほど血糖値が高くなければ困ったことはなく普段通りの生活が過ごせます。したがって、肺炎とか胃潰瘍のような困ったことが起こる「病気」ではありません。この特徴は、高血圧症や高脂血症などの「生活習慣病」に共通するものです。

しかし、糖尿病に対して長い間なにもせずに放っておくと、「合併症」という困った病気を起こします。合併症には、まず糖尿病でなければ起こらない三大合併症というものがあります。

- ・神経障害：手足のしびれから始まってやがては、特に足先のちょっとした怪我が元で壊疽（えそ）という病気になり、ひどい場合は足を切らなくてはいけなくなります。
- ・網膜症：網膜（もうまく）とは、目をカメラに例えるとフィルムにあたる場所です。レンズが濁る病気は白内障（はくないしょう）と言いますが、糖尿病ではフィルムに当たるところに病気が起こります。最初は目の見え具合にはまったく影響がないため、気が付いたときには眼球の中に出血が起こり、ひどい場合は失明してしまいます。
- ・腎症（じんしょう）：腎臓（じんぞう）では血液中の老廃物や、多くなった水分を尿にして捨てる役割があります。糖尿病では次第に腎臓の障害が進行し、

最終的に腎不全となって血液透析を考えなくてはならなくなります。

これらの三大合併症は早期発見が可能です。また、血糖値を落ち着かせることで発症や進行を予防することができ、上記の三大合併症以外に、糖尿病患者でなくても起こりますが、糖尿病があると、さらに起こりやすく、そして悪化しやすくなるという合併症があります。それが動脈硬化です。これは心筋梗塞や脳梗塞・脳出血や大動脈瘤破裂という重大な病気を引き起こします。今の医学の進歩はこれらの病気に対しても治療法が進歩しました。でも、できれば起こしたくないですし、再発や他の動脈硬化性疾患を起こさないようにしたいものです。



冒頭に申し上げたように、糖尿病はよほどでないとも自覚症状（困ったこと）がおこらず、血糖値を測定しないとわかりません。したがって定期的に健康診断を受けるのが、糖尿病を早期発見するためには、もっとも有効です。経営者であるロータリアンの皆様だけではなく、健康経営という観点から従業員のみなさんに向けて、健診を受けていただくことをお願いするとともに、少しでも異常値があった場合は、怖がらずに最寄

りの医療機関に受診することをお勧めします。



和田会員 結婚記念お祝いメッセージ

大野木会員より沢先生のご紹介

以前、川崎幸 RC に在籍していらして、メイクアップも入れて皆出席でいらしたそうです。当時を懐かしく思い出し、ロータリーソングも歌って下さいました。

ウン, チェンキンさん奨学金の贈呈



一年ぶりの大学の健康診断で体重が7kg 増えていたことが判明。藤沢 RC でしっかり食べているおかげ？就職活動は順調で、6,7月に内定しそうとのご報告を頂きました。



今井会員 結婚 55 周年記念お祝いメッセージ
55 周年はエメラルド婚式だそうです。

本日のお料理

