第2570地区
2007−2008年度
行田さくらロータリークラブ週報

ロータリーは分かちあいの心
ウィルフリッドJ・ウィルキンソン会長

国際ロータリー第2570地区ガバナーテーマ
「私たちは家族」
ガバナー　石川　嘉彦

会長方針
いつも心にロータリーバッジを

会　長　矢澤大和
幹　事　新井啓介
編　集　松岡園男
渡辺昭孝
橋本恭一
斉藤恒
前澤忠
事務局　埼玉県行田市行田5-10
十万石スリーハートビル3F
電　話　048（564）3000番
例会日時　火曜日12:30～13:30
例会場　アドバンテストクラブハウス
行田市天満８－１
電　話　048（555）2750番

撮影：斉藤恒会員（武蔵導水路取水口）
印刷：マツオカ印刷株式会社

第1610回（11月13日）例会報告

＊点　　鐘　　矢澤大和会長
＊ロータリーソング　　奉仕の理想
＊４つのテスト
＊会長報告　　矢澤大和会長
＊幹事報告　　新井啓介幹事
＊出席状況報告　　渡辺昭孝委員長
＊ニコニコボックス　　半田太委員長
＊委員長報告
　社会奉仕委員会　　田島博夫委員長
　青少年交換特別委員会　川辺秀夫委員長
　雑誌・広報委員会　　古田稔委員長
＊　卓話
　行田市医師会副会長
　　島田クリニック　　島田悦男医院長
＊点鐘　　矢澤大和会長

会長報告

会長　　矢澤　大和

今日は、社団法人　行田市医師会　副会長で島田クリニックの医院長の島田先生に卓話者としてお越しいただきました。毎度申し上げていますが、我々は、家族、会社、社会に健康であってはじめて奉仕が出来るのです。自分の健康は、自分で管理。そんな意識の向上に役立つと思いますし、せっかく島田先生にお越しいただきましたので、役立ててください。

４月１３，１４，１５日で予定をして有ります、観桜旅行。先週８、９日で幹事、親睦委員長の三人で、春の観桜旅行の下見に言って参りました。２泊３日の行程を１泊２日ですのでかなり強行軍でしたが、幹事の卓越した職業奉仕で、無事かつスムーズに下見をする事が出来ました。特に吉野の宿泊予定の「竹林院群芳園」はご存知の方も沢山居られるかと思いますが、素晴らしい旅館で、もう後は、当日の天気を心配するだけと思います。吉野は初めてだったのですが、丁度今、サクラの葉が紅葉しており、その紅葉をサクラの花に置き換えて考えると、春のサクラの素晴らしさがまざまざと想像できます。また、とても美味しい「葛きり」も頂く事が出来ました。これはお勧めです。是非ご賞味いただければと思います。奈良の泊まりは、「奈良ホテル」を予定しています。もう直ぐ１００年を迎える古いホテルですが、とても天井が高く、爽やかな応対でホッとできるホテルです。下見にお邪魔した時は、秋篠宮様がお見えになるということで、赤い絨毯を引いたり準備をしていました。是非予定しておいてください。参加されると、感動する事、請け合いです。詳しくは後日、家族・親睦委員会の炉辺で煮詰め、ご案内させていただきます。

幹事報告

幹事　　新井　啓介

１　本日の例会は、健康増進委員会の担当で、島田クリニックの島田医院長にご来訪頂きました。卓話宜しくお願い致します。

2. 今月の今後予定について

① 11/20 行田 3 クラブ合同例会です。ホストは我がクラブとなりますのでご協力よろしくお願い致します。登録料は、2,000 円となります。出席の際、飲酒ストラップをご持参ください。

② 11/27 は、夜間例会で、昨年好評でありましたワインセミナーをおこないます。登録料は 3,000 円　ご夫人 2,000 円です。
奥様のご同伴よろしくお願いします。

3.みらいの教育フォーラムご案内

来る 11 月 17 日(土)、行田市教育文化センター「みらい」ホールにおいて開催されます。行田市より出席要請がありましたので、よろしくお願いします。

以上

出席報告

渡辺　昭孝委員長

会員数	出席対象者	出席	メーキャップ	出席率
41 名	39 名	22 名	2 名	61.5%

ニコニコボックス

矢澤会長　島田先生お忙しい所ありがとうございました。卓話楽しみにしています。

新井幹事　島田クリニック　院長　島田先生、本日は卓話宜しくお願いします。

清水　一病息災と言われますが、お互い達者で過しましょう。
「無病とは　言へぬ息災　小春かな」
島田先生、本日は卓話有難うございます。
阿部さん新装開店おめでとうございます。
「こだわりの　味工房の　冬はじめ」
尚、本日は卓話の担当ご苦労様です。

古田　今年も残りわずか。皆様にとりましていい年で終わりますよう心から祈念。

松本（健）　docomo 11 月 26 日より 905i 10 機種発売となり割賦販売に変わります。56000 円の本体ですので 904i　704i　704i ミュウーを早めにお買い求め下さい。
ロータリー財団委員会より 11 月中受付を行っています。レートは 1＄116 円です。200－300 ドルでお願いします。財団寄付ゼロの会員は特にお願いできればと思っています。

川辺　島田先生、卓話宜しくお願いします。現在メタボリックから正常な体になりつつあります。話し楽しく聞きます。

渡辺　本日、所用により早退させて頂きます。

橋本　PR です。うなぎひつまぶしを始めました。失礼しました。因みに 1570 円です。

田中（利）　先日 10 日（土）にライラデーに出席しました。とても素晴らしい会になりました。次例会で委員会報告させていただきます。

田島　桜ヶ丘 PTA 研究大会のため中座させていただきます。昨晩飲み過ぎました。お世話になりました。

倉持　島田先生卓話宜しくお願いします。観桜旅行下見に会長、幹事とで行ってまいりました。吉野の自然と奈良の遺跡、素晴らしかったです。当日参加宜しくお願いします。そして、わが仲間阿部さん、リニュアルオープンおめでとう！

阿部　さくらロータリークラブの皆様の心配りに感謝いたします。改めて心より御礼申し上げます。

松本（尚）　島田先生、お忙しい所有難うございます。卓話楽しみにしています。

同文　松岡　戸ヶ崎　鈴木　飯島　半田

委員会報告

社会奉仕委員会
田島博夫委員長

埼玉古墳群の発掘調査現地説明会を開催します。
平成 19 年 12 月 8 日(土)
午前 10 時半からと
午後 1 時半からの 2 回、
見学場所　「奥の山古墳」

集合　さきたま史跡の博物館玄関前
参加費　無料
問合わせ　埼玉県立さきたま史跡の博物館
行田市埼玉 4834　TEL　048-559-1181

申し込みは必要ありません。参加してください。

青少年交換特別委員会
川辺秀夫委員長

三谷佳代さん派遣学生
10 月次報告書より

今月は同じ学校の子で、誕生日の子が何人かいました。みんなでケーキを買ってきて顔面にケーキを押し付けたり、スペイン語で唄を歌ったり、パーティーがあったりと、日本よりすごく盛大な誕生日の祝い方だと思いました。
学校では数学と英語と teoriapolitica という授業のテストを受けました。数学は日本でやっているより簡単なことなのですが、問題文がスペイン語なので一人で解くのはとても難しかったのですが、最近はポイントの単語だけを覚えてテストでもようやく、まともな点数が取れるようになってきました。英語の授業では芸者についてのスピーチをしたり、実際に浴衣を持って行って友達に着せてあげたりしました。24 日には 10 人くらいの交換学生で、小学校へ行き自分たちの国について紹介しました。私は生徒たちの名前などをひらがなとカタカナで書いてあげました。日本はすごい人気で、何十人もの名前を書くのは大変でしたが、これだけ日本のことを知ってもらえてるんだと思い、感動しました。
みんなに「SUSHI!」などと言われ、ほとんどの人が「私 SUSHI 大好き！」と言ってくれました。
交換学生とは相変わらずとても仲が良く、今月も映画に行きました。みんなで自分の国の言葉を教えあったり、スペイン語がペラペラな子にスペイン語を教えてもらったりしました。
今月からすごく寒くなりました。学校にも家にも暖房がないので、ダウンなどを着込んでいきます。でもお昼には半そででも暑いくらい気温があがります。これからもっと寒くなるらしいので、この気温変化で体調を崩さないようにしたいと思います。

雑誌・広報委員会
古田稔委員長

1　ロータリーの友
ﾔｻ　ﾉﾌﾞｵ
俳優　八名　信夫氏は、
『**出会い、ふれあい、人の味**』
明治大学野球部　島岡
監督御大からすごい財産をいただいたと述べている。
1）人に好かれることはよいけれど、好かれようとして生きていくな　（2）何かを起こそうとしている人間が人生に勝つんだ

2　行田 RC 渡邉 栄一さんの原稿
（ピアノと語りで聴く名作の世界を小学生に）
今年 7 月 6 日行田市内小学 5 年生 800 人を招待して「行田市小学生芸術劇場」を開催。演奏会終了後、子供たちから感動して、涙が止まらなかった、などの言葉をきかされて、地域に役立った奉仕の姿が述べられている。明大マンドリン始め、行田ＲＣの、積極的な事業熱意を高く評価したい。

⑴1 月ガバナー月信⑵

1　（3 ページ）我がクラブ細井会員記事（一読してみて下さい）
（ロータリー財団月間に因んで）
社会奉仕事業の申請書審査は、細井地区補助金委員長が行なっている。当クラブも心強い限りなので、多いに細井会員にご指導受けたらいいと思う。

2　（7ページ）行田さくらロータリー公式訪問原稿
この中で新入会員と懇談の場で、どなたか新入会員さんが 「私は、ロータリーに入会して良かったことは、友人が増え続けていることです」
既会員に取って誠とに嬉しいお話しです。

3　１７ページ行田 RC に、初の女性会員が入会し（柿沼 孝枝様）明るい朗報であり、我がクラブも女性会員の入会、募ったらいいと思う。

古ちゃん放談

今号月信、一読した中で、妻沼RC会員6名、上里RC8名他、このような小会員クラブの現状と今後のあり方、ガバナー及び、貴クラブに色々お尋ねしてみたい。(今、どうゆうジレンマにあるのか)

■ 地区補助会委員長に就任している細井会員より、地区内から申請の出てくる事業、卓話でじっくり聞いてみて、何か我々も RC 事業のひらめきを感じてみたい。

卓　話

健康増進委員会
阿部秀二郎委員長

本日は、行田市医師会副会長、島田悦男先生にお越しいただき、今話題の「メタボリックシンドローム」のお話をしていただきます。宜しくお願いします。

行田市医師会副会長
島田クリニック医院長　　島田　悦男様

1、「メタボリックシンドローム」について

「メタボ」とは、腹部の内臓周辺に脂肪がたまり、動脈硬化が進行しやすくなる状態を言う。「内臓脂肪が生活習慣病の源流」との考え方から「内臓脂肪症候群」と訳される。

2、「メタボ」の診断基準を巡る問題点

日本肥満学会などが、定める「メタボ」のウエストの基準は、女性で９０ｃｍ、男性で８５ｃｍ以上を必須条件とし、さらに血中脂質、血圧、血糖のうち二つ以上で基準値を超える人となっている。しかし、その問題点は、

① 男性の８５ｃｍのウエストサイズは、中高年では、普通であること。肥満とは言えない。
② 体重や体型に対する身長補正がなされていない。
③ 若いときに痩せていた人が、中高年になって標準体型になったとしても「肥満」の場合がある。
④ 外国の基準と比べても、男性と女性のウエストサイズが逆転している。

3、病診連携について

かかりつけの医師、あるいは個人開業医と総合病院、大型病院との連携が重要になっている。そうすることによって、患者に対する医療の質と効率の向上をはかっていくことができる。

メタボリックシンドロームの判定基準
ウエスト
　男性・・８５ｃｍ以上
　女性・・９０ｃｍ以上
血圧
　収縮期血圧値・・１３０mmＨｇ以上
　拡張期血圧値・・８５mmＨｇ以上
血糖
　ヘモグロビンＡ１Ｃ値・・５．５％以上
血中脂質
　ＨＤＬコレステロール値（善玉）
　４０mg/ｄｌ未満

心筋梗塞・脳卒中などにかかりやすくなる危険が