

桐生西ロータリークラブ週報



2013-14年度RIテーマ **ロンD.バートンRI会長**

ENGAGE ROTARY CHANGE LIVES **ロータリーを 実践し みんなに 豊かな人生を**

例会日時 毎週金曜日 12:30 ~ 13:30
 例会場・事務所 桐生市堤町3-5-23 桐生プリオパレス
 TEL 0277-22-9155 ・ FAX 0277-44-2777
 Eメール kiryu-nishi@rid2840.jp URL http://www.rid2840.jp/kiryu-nishi

会長 阿左美博 広報活動委員長 家住慧路 広報活動委員
 幹事 高森 勉 クラブ会報・雑誌担当 金子福松 根本正則・船戸義澄
 羽鳥 隆(歴史編集・IT・CICO担当)

No. 1943

2014年6月6日発行

第2062例会 (2014・5・30) 報告

- | | |
|-------------------------|-------------------------|
| 1. 点 鐘 | 8. 乾 杯 |
| 2. ロータリーソング | 9. 食 事 (食事中群馬TV録画ビデオ鑑賞) |
| 3. 来訪者紹介 | 10. 委員会報告 |
| 4. 出席100%表彰、誕生・結婚祝い | 11. 早朝健康診断結果発表 |
| 5. 元R財団国際親善奨学生 遠藤瑞香さん挨拶 | 健康管理担当 野田真一郎君 |
| 6. 会長報告 | 12. 点 鐘 |
| 7. 幹事報告 | 13. ロータリーソング |

◆ビジター

桐生RC パスト会長 塚越 平人君
 元ロータリー財団国際親善奨学生 遠藤瑞香さん

◆出席100%表彰



〈31年〉 家住慧路君 〈19年〉 下井田秀一君
 〈16年〉 羽鳥 隆君 〈12年〉 天沼一夫君
 〈1年〉 早川勇一君

◆誕生祝い



武井善作君、羽鳥 隆君、塚本 貢君、向田 靖君、
 下山 洸君

◆結婚祝い

羽鳥 隆君
 新木明夫君
 小林恵司君
 矢野 亨君
 田崎武夫君
 奥村 勉君
 津久井正義君



◆元ロータリー財団 国際親善奨学生挨拶

遠藤瑞香さん



桐生西RCさんには1999年から
 お世話になっています。オランダに
 14年間住みまして、その時培ったものを今後の人生
 と音楽生活に活かして行きたいと思っています。8
 月9日(土)に、ながめ余興場では3回目になりますピ
 アノリサイタルを、今回は午後6時30分から行いま
 す。いつも後援して頂いて本当に助かっています。
 当日も是非お越し頂きたいと思います。今後とも宜
 しくお願い致します。

◆会長報告

阿左美会長

1. 28日(水)夜、桐生プリオパレスで、桐生5RCの
 新旧会長幹事会を行いました。当クラブから私と高
 森幹事、向田会長エレクトの代理で前原次期副会長、
 横塚副幹事の4名が出席致しました。主な協議事項
 はIMの決算と群馬大学工学部留学生交流会の決
 算承認でした。IMはお金有余り、各クラブの納め
 た会費に準じて、桐生赤城RCさんから返金があり、
 群大交流会の決算と共に承認されました。また、次
 年度への繰越金44,030円を引き継ぐ事ができ、こ
 れで、幹事クラブのすべての役割が終了しました。
 会員の皆様のご協力に感謝申し上げます。

《次例会予告》

6月13日(金) 星野榮助G補佐挨拶、会員卓話
 6月の出席100%表彰、誕生・結婚祝い

◆幹事報告

高森幹事

- ◇次例会は早朝坐禅例会です。(点鐘AM6:30、光明寺)
- ◇今年度通常例会は本日と6月13日のみとなりました。
- 未だ、抛金目標額を達成されていない方は、宜しくお願い致します
- ◇6月のロータリーレートは現行同様1ドル102円です。
- ◇栃尾RCさんから長岡4RC合同夜例会のお礼状と出席者へ記念写真が届いております。
- ◇例会変更のお知らせ
- 太田西RC 6/25 太田RC 6/26 富岡中央RC 6/19
- 前橋RC 6/3、6/10、6/17、6/24 前橋東RC 6/5、6/26
- 藤岡北RC 6/17、6/24 富岡かぶらRC 6/24
- ◇クラブ会報が到着しています
- 桐生中央RC 5/8・11・22

◆乾杯

羽鳥クラブ研修リーダー



本日3賞頂きました。64歳の誕生日を迎え、結婚は何周年か妻に聞きましたら「百年位経っているんじゃないの」と言われました。出席は家住さんと同期ですが、家住さんは31年、私はその約半分の16年を頂戴しました。ロータリーではゴルフもマージャンもよく鍛えられましたし、旅行も楽しませて頂いております。これからも良い刺激を頂きたいと思っております。今後とも宜しくお願い致します。それでは、皆様のご健勝を祈念致しまして、乾杯!!

◆食事メニュー

1333キロカロリー

若鶏のハーブロースト、カツオときゅうりの和え物、白飯、つくねのサラダ、香の物、豚肉ともやしのスープ、柚子ゼリー

◆委員会報告

□会員組織委員会

◇ロータリー情報

下井田R情報担当

本日、食事中にビデオをご覧頂きたいと思っております。これは1年半位前に地区内の何名かのロータリアンが群馬テレビに出演された中の1本です。今回ご覧頂くのは、本田ガバナーが未だエレクトの時に、ロータリーをわかり易く説明されていますので、参考になると思っております。また、この上映に際しまして、山形会員にお骨折り頂きました。お礼を申し上げます。

□クラブ運営委員会

◇出席報告

新木出席担当

総数54名(免除者9名の内5名出席の為4名を除く)
出席率対象者50名、出席率対象者出席人数41名
欠席者9名(内前メイク1名) 出席率84.00%
前々例会修正出席率89.58% (最終欠席者5名)

□抛金委員会

◇ニコニコBOX

七五三木抛金委員

遠藤さん、リサイタル楽しみにしています 花房君
野田先生、健康診断ありがとうございます 霜村君
皆様の健康を祈って 野田君
37名中35位でした。来年は1位を目指します 新井君
先日の健康診断結果楽しみです 斎藤君
誕生祝いを頂いて 武井君、向田君
結婚祝いを頂いて 新木君、小林(恵)君
会長幹事会の引き継ぎ無事終了しました 高森君
よろしく願います 野村君
矢野先生、野田先生、乾さん大変お世話になりました 正田君

◇ロータリー財団

石川抛金委員長

遠藤さんをお迎えして 霜村君、坪井君
野田先生、よろしく願います
阿左美君、小林(恵)君、新井君、横塚君
皆様の健康を祈って 野田君
誕生祝いを頂いて 武井君、向田君
結婚祝いを頂いて 新木君

よろしく願います

野村君

矢野先生、野田先生、乾さん大変お世話になりました

正田君

近藤君

年末調整

◇*山BOX

坪井抛金委員

遠藤さん、歓迎します 霜村君、小林(恵)君
野田先生、健康診断ありがとうございます

新井君、横塚君、栗原(秀)君

誕生祝いを頂いて

武井君、向田君

結婚祝いを頂いて

新木君

桐生5RC幹事クラブの務めも終わりました 阿左美君

よろしく願います

野村君

矢野先生、野田先生、乾さん大変お世話になりました

正田君

先週急遽例会欠席申し訳ありません

斎藤君

拉致問題が解決しますように

野田君

早朝健康診断結果発表



健康管理担当

野田真一郎君

(医学研究)

今回、検診された方は37名でした。その結果、クラブのワースト5(項目)は、1位血圧(36名)、2位BMI・トリグレセライド・γ-GTP(何れも14名)、5位血糖値(13名)でした。

この高血圧とは、上は140mmHg以上、下は90mmHg以上、この何れかに該当すれば高血圧と定義されます。次のBMI(体重kg/身長²m)は、18.5未満がやせ型、18.5~25未満が標準、それ以上になると肥満です。メタボリックシンドロームは、血圧(130-139/80-89以上)と腹部肥満(男性85cm以上、女性90cm以上)の両方に該当して、且つ血糖値異常(空腹時110-125mg等)或いは脂質代謝異常(コレステロールや中性脂肪等)に該当すればメタボリックシンドロームとみなされ、今後病気になる確率が高くなります。

次に、心臓や血管等の病気(循環器病)になり易い方は、喫煙・高血圧・高コレステロール血症・糖尿病・高齢(男性60歳以上、女性65歳以上)・若年発症の心血管病の家歴等に該当される方です。

今回、異常値を示した項目を赤で印して赤点方式にしました。赤ポイントの平均値が5.24ポイントでした。パーフェクトの方は一人もいらっしゃいませんでした。2ptの方が一番良く1位となり6名いらっしゃいます。

先程、病気の危険率についてお話しましたが、ある調査で、日本では血圧が高い程、特に40~64歳の方は、何らかの病気になり易いことがわかりました。つまり血圧を下げれば病気に成り難いと言えます。また、2007年(国内)の調査で、ずばぬけて問題となるリスクが喫煙である事が示されました。凡そ14万人が喫煙が原因で死亡しています。その次に高血圧が高い数字を示しています。

また、適切な血圧の治療を行ってれば、死亡率が下がることは明確に証明されています。今回、早朝でしたので高血圧になり易く、また色々な原因も考えられます。仮面高血圧に該当する場合がありますので、常日頃の血圧を把握した上で治療を行って下さい。

皆様、もう一度、生活習慣を見直して頂きたいと思っております。