



2011.5.31

国際ロータリー第2840地区

高崎セントラルロータリークラブ

会長 / 加藤 勝二 幹事 / 森本 淳 クラブ会報委員長 / 石橋 克美

2010～2011年度 国際ロータリーのテーマ
国際ロータリー会長:レイ・クリンギンスミス



「地域を育み、大陸をつなぐ」
BUILDING COMMUNITY
BRIDGING CONTINENTS

2010-2011・第26号

2010～2011年度 クラブテーマ

『職業奉仕の原点に帰り、仲間作り、楽しく明るい例会を』

- 本日の例会：5月31日(火) 個別プロジェクトの総括
- 次回予定：6月7日(火)会長の日、委員長引継(協議会)

・・・例会報告 / 5月17日(火)・・・



◀卓話
乾 宏行 君

■健診結果の見方と対応

最近の医学の進歩には著しいものがあります。現代に生きる私たちはその恩恵に浴することができるわけですから、それをうまく利用し健康で元気な人生を送りたいものです。人間ドック(健診)で全ての病気が見つかるわけではなく、主に癌と生活習慣病を標的に諸検査を行ないます。癌の中でも胃癌、大腸癌、前立腺癌、さらに女性では子宮癌、乳癌は比較的発見しやすいもので、早期に発見できれば予後の良い病気です。生活習慣病(成人病)は主に高血圧、高脂血症、糖尿病のことで、さらに喫煙が加わると「死の四重奏」といわれています。ですから健診結果をみるとときには、まず血圧の数字に注意しましょう。高い値が続いているということは、脳、心臓、腎臓の細い血管に常に負担がかかることになり危険な兆候です。高血圧治療の目的は将来の脳出血などのリスクを減らすことにあります。数値の高い人はかかりつけ医に相談しましょう。LDL コレステロール(悪玉)が高く、HDL コレステロール(善玉)の低い人は血管の内側にコレステロール蓄積して、血管が詰まってしまう恐れがあります。脳で起これば脳梗塞、心臓で起これば心筋梗塞で、どちらも命に関わる病気です。放置せず、治療を受けたほうが賢明です。こちらリスクを減らすことが治療の目的です。HbA1c(ヘモグロビンエーワンシー)は過去2、3か月の血糖値の状態を表しています。これが高いということは血糖の高い状態が続いていることを示し、将来的に眼(網膜)や腎臓に障害が起こる可能性があるため治療が必要です。糖尿病は最終的には毛細血管の病気なのです。また喫煙は肺癌だけでなく多く

・・・例会報告 / 5月10日(火)・・・



◀会長の日
加藤会長



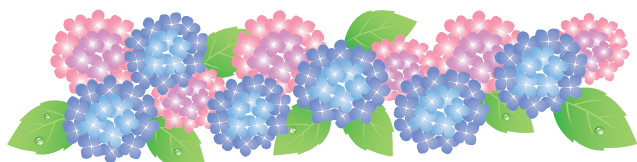
5月誕生日のお祝い▶
遠藤潤君 井田泉君

■ニコニコBOX(5月10日)

- 橋爪 良真 君 5/14 地区協行ってきます
- 吉村 修二 君 4月本人のお誕生日・奥様のお誕生日
- 井田 泉 君 本人のお誕生日
- 加藤 勝二 君 奥様のお誕生日
- 大嶋 秀男 君 奥様のお誕生日もう誕生日は…の年ですかね
- 飯嶋 藤平 君 奥様のお誕生日お花ありがとうございました
- 関口 朋克 君 妻と次男の誕生日でした。すみませんが早退致します

■出席報告(5月10日)

会員総数	32名
出席計算会員数	32名
当日出席者	24名
会場出席率	75.00%



の癌の発生率を高めます。さらにタバコを吸うと血管の壁がキュッと収縮し、酸素や栄養の供給が低下します。これまで述べたように生活習慣病は体中の血管を傷める病気なので、喫煙習慣は将来の合併症（イベント）のリスクを飛躍的に増加させます。最近、禁煙のための薬も開発されています。資料をよくお読みになり、かかりつけ医にご相談ください。

■倉渕町のキャンプ場と涵養林に植樹しました。



参加メンバーの皆様、お疲れ様でした。

5月22日（日）に、倉渕町のキャンプ場と手前の涵養林に植樹致しました。今期中にもう一度実施を予定（加藤会長談）高崎セントラルRCメンバーの奮っての参加をお願いします。

■ニコニコBOX（5月17日）

乾 宏行 君 今日は私の話にし少しおつきあい下さい
 加藤 勝二 君 乾会員、卓話ありがとうございます
 三井田賢一 君 乾先生、本日の卓話ありがとうございます
 橋爪 良真 君 地区協行ってきました

■出席報告
（5月17日）

会員総数	32名
出席計算会員数	31名
当日出席者	19名
会場出席率	61.29%

<6月の例会・行事予定>

- 6月7日（火） 会長の日、委員長引継（協議会）
- 6月14日（火） 委員長退任挨拶
- 6月21日（火） 年度最終例会
- 6月28日（火） 休会（定款5-1-C）



例会場・事務所 / 高崎ビューホテル 高崎市柳川町70
 TEL 027-310-7722 FAX 027-310-7733
 E-mail : takasaki-cent@rid2840.jp
 例会 / 毎週火曜日 18時30分