



2017~2018

国際ロータリー第 2730 地区

週報 佐土原ロータリークラブ

RI テーマ
ロータリー：
変化をもたらす

会長：郡司 武俊 副会長：鷓野 隆春 RI2730 地区ガバナー 押川 弘巳
幹事：梶田 與之助 会計：太田 雅文 中部分区ガバナー補佐 久寿米木和夫
事務局：吉野由里子 会報委員：藤堂孝一 RI 会長テーマロータリー：変化をもたらす
例会場：ワールドコンベンションセンターサミット 2730 地区テーマ『ロータリーを知り理解を深めよう』
例会場住所：〒880-8545 宮崎市大字塩路浜山
例会場 TEL：0985-21-1133・FAX 0985-21-1144
事務局住所：宮崎市佐土原町下田島 11703-18 TEL0985-62-7833 FAX0985-62-7877

第 1.459 回例会 平成 29 年 10 月 4 日(水)

<今日のプログラム>

- 1.)点 鐘 国家斉唱
- 2.)ロータリーソング 「奉仕の理想」
- 3.)4つのテスト唱和 4.)本日のビジター紹介
- 5.)会長の時間 6.)幹事報告
- 7.)出席報告 8.)ハッピーBOX 披露
- 9.)各委員会報告 *米山奨学金授与式
- 10.)地区大会参加報告「参加者」
- 11.)SAAより次週例会案内
- 12.)点 鐘

第 1.458 回例 平成 29 年 9 月 27 日 (水) の記録

■4つのテスト唱和 小牧義隆会員

言行はこれに照らしてから

- 1. 真実かどうか
- 2. 皆に公平か
- 3. 好意と友情を深めるか
- 4. みんなの為になるかどうか



■会長の時間 会長 郡司武俊会員



皆さんこんにちは、本日は第 1458 回の例会です。最近読んだ専門誌に興味深い文献がありました。ウィレンドルフのウィーナス

と肥満という題です。俳優は役柄に応じて体重を減らす人がいますが、これはカロリーリストラクションの効果です。カロリーリストラクションとは摂取カロリーを通常の 70%まで減らす考え方。この考えは人間では実証できていないが、サルをカロリーリストラクションで 20 年間実験した結果では、病気において明らかに少なく、毛並みや見た目も若かった結果が出た。1908 年にオーストリアのウィレンドルフ地方の旧石器時代 (2 万 2 千年~2 万 4 千年前) の遺跡で、考古学者のヨーゼフ・ソンバティが超肥満体の石造を発見した。これがウィレンドルフのウィーナスです。この像はその地方では産出し

ないウーライトという石で彫刻されていて約 11 センチ程度の小さいものです。そのスタイルははちきれんばかりの乳房、豊満な臀部、腹部には脂肪が波打っている。現代であればメタボリック症候群の診断でカロリスの適応です。このようなメタボリック体系は飢餓との戦いであった当時としては豊穡 (豊かに実る、土地など良く肥えた) 多産繁栄のシンボルであった。200 万年前に誕生した人類の歴史のほとんどが飢餓との戦いであった。飢餓に陥れば太ることも不可能だし、子孫を残すことも出来なかった。このことからこの像を神としてあがめ奉られたと思われます。そこで、人類は飢餓に備えて体内に脂肪を溜めるようになりました、これが進化です。この進化によって氷河期も乗り切れた要因だと言われています。国際肥満学会は肥満の研究や治療に功績のあった研究者に対して賞を贈っていますが、その名称はウィレンドルフ賞といいこの女神に由来します。1963 年にミシガン医科大学の J・V・ニール教授が「儉約遺伝子説」提唱したこの説は食べ物十分無かった時代に儉約遺伝子を持ち、エネルギーを蓄える能力の高い種が生き残り、この遺伝子が現代に引き継がれた。しかしこの遺伝子は食べ物十分ある時代に入ると過剰になったエネルギーすなわち脂肪が肥満、糖尿病の原因となったという説。この説は現在でも定説になっている。そこで肥満はなぜ健康に悪いのか、食事から取った余剰な栄養分は、脂肪酸に変わり皮下や内臓周辺に溜まっていく、この巨大化した脂肪細胞は様々な悪玉物質を分泌する、その結果糖尿病、高血圧、高脂血症といった疾患が起こりやすくなります。また体内に蓄積された脂肪酸は紫外線、放射線、排気ガスの作用でフリーラジカルという異常物質に変わり易く、時に遺伝子を傷つけて細胞を癌化させる。活性酸素とは他の物質とくっついて酸化しやすい状態になっている酸素のことでこの活性酸素が体内の物質を酸化させて、しみ、しわなどの老化や様々な病気を引き起こします。歯槽膿漏の酷い人は活性酸素が多いとの研究報告があります。我々人類を長い間助けてくれた「儉約遺伝子」が今は我々を苦しめているの

は皮肉な結果です。

■幹事報告

幹事 梶田與之助会員



< 文書事項 >
> * 特別支援教育講演会のご案内
* 第 5 期 RLI パート II 参加

評価表「アンケート集計報告」

* 第 5 期 RLI パート III のご案内

< 案内事項 > 30 日土曜日地区大会の集合時間は 10:30 受付会場前です。ジャケット着用。

■出席報告

内藤昭子会員



会員数	27 名
免除数	2 名
出席数	16 名
欠席届	11 名
MU 届	0 名
出席率	64.0%

■ハッピーBOX 披露

中武幹雄会員



< ニコニコへ >

● 林 重元夫人 千里様 ~ いつも主人がお世話になっています。この度は綺麗なお花と美味しいお菓子をいただきありがとうございました。まだ子供が小さい為夜間や、日曜日等の活動に参加できないことがありご迷惑をお掛けしますが、今後ともよろしくお願ひします。

■30 周年実行委員会

宇治橋信雄会員



先日 30 周年実行委員会を開催しました。内容を報告いたします。

1. 招待状の送付 (来賓) は 1 1 月始
2. 各クラブのメール、1 1 月初め、3. 記念誌の作成を始めないと間に合わない。写真など集めているか。当日流す DVD も具体的に日程など計画を立てる。「担当ひばり野」4、会場との打ち合わせは進んでいるか？飲み物は勝手に高いものを注文する人がいるので出せないことをホテルに話しておく。決まった時点で最終見積もりを作ってもらい、委員会で協議。当日は会員の食事は無いが、懇親会終了後にお疲れさま会をするか。「宇治橋担当」
6. 各クラブに訪問して 30 周年のお願いをしなければいけないが、担当者を決めて実行する。
7. 女子部の会合を決める。2 月 25 日の協力お願いを作成して郵送する。「内藤担当」

■会員卓話

蔵田良純会員



私初めての会員卓話ですが皆さまにどこで会っても、やあ！と言ってもらうため、見つけた時には おい！と呼んでもらう為に、まず私のことを知ってもらう必要があると思います。(まずは真実かどうか) 頭を使うより体を使います。学生の頃は若草どおりで目が合っただけで「ワン！」と吠えていたものです。唯一学生の頃に自慢できるのは空手で高校の時九州大会 2 回全国大会一回出場しています。ただ当時は宮崎県では空手道はマイナーな競技で県内では身長が高かった分リーチも長いので「せ～の」で手を出せば勝ったんですね、ただ全国大会は当時大阪の東淀川体育館で行われたのですがいかんせん観客が多く舞上がった上に対戦相手が秋田工業の選手でなんと身長が 190cm 位ある相手なもので、あえなく 1 回戦負け。監督の機嫌が悪く翌日変える予定が台風で来て長崎で有名な眼鏡橋も壊れるくらい激しく道路は寸断されそれから 2 日間監督と過すはめになりました。ついてないのか？実力がないのか？散々です。そんな私ですが頭を使わない分気合と根性をはぐくみ社会人になって上司の言う事を素直に学び実践し「ニンジン」をぶら下げられ気合と根性で、海外キャンペーンともなるとなんの疑いも無くひたすら数字を作り上げ会社のお金で環太平洋主要都市に行くことが出来ました。当時を振り返ると週末お客様のところへ車で訪問し高速道路を使って帰ったのですが、翌週交通費の清算をしたとき総務の当時 40 代の社員から「蔵田～っ彼女とデートした時の梗塞代を請求するんじゃない」と怒られたんですね、私は何の事か分からず翌々確認してみるとチケットが日曜日になっていたんです。私はどこかの議員みたいに頭が良いものですから交通費をごまかす知恵など無いのです。さすがに「ワン！」と吠えました。それからすると私も大分マルクになったものです。今はみんなに公平で好意と友情を深めたいと思っておりますので「ニャン」と言おうと心掛けております。

め、見つけた時には おい！と呼んでもらう為に、まず私のことを知ってもらう必要があると思います。(まずは真実かどうか) 頭を使うより体を使います。学生の頃は若草どおりで目が合っただけで「ワン！」と吠えていたものです。唯一学生の頃に自慢できるのは空手で高校の時九州大会 2 回全国大会一回出場しています。ただ当時は宮崎県では空手道はマイナーな競技で県内では身長が高かった分リーチも長いので「せ～の」で手を出せば勝ったんですね、ただ全国大会は当時大阪の東淀川体育館で行われたのですがいかんせん観客が多く舞上がった上に対戦相手が秋田工業の選手でなんと身長が 190cm 位ある相手なもので、あえなく 1 回戦負け。監督の機嫌が悪く翌日変える予定が台風で来て長崎で有名な眼鏡橋も壊れるくらい激しく道路は寸断されそれから 2 日間監督と過すはめになりました。ついてないのか？実力がないのか？散々です。そんな私ですが頭を使わない分気合と根性をはぐくみ社会人になって上司の言う事を素直に学び実践し「ニンジン」をぶら下げられ気合と根性で、海外キャンペーンともなるとなんの疑いも無くひたすら数字を作り上げ会社のお金で環太平洋主要都市に行くことが出来ました。当時を振り返ると週末お客様のところへ車で訪問し高速道路を使って帰ったのですが、翌週交通費の清算をしたとき総務の当時 40 代の社員から「蔵田～っ彼女とデートした時の梗塞代を請求するんじゃない」と怒られたんですね、私は何の事か分からず翌々確認してみるとチケットが日曜日になっていたんです。私はどこかの議員みたいに頭が良いものですから交通費をごまかす知恵など無いのです。さすがに「ワン！」と吠えました。それからすると私も大分マルクになったものです。今はみんなに公平で好意と友情を深めたいと思っておりますので「ニャン」と言おうと心掛けております。

