



THE ROTARY CLUB OF SADOWARA WEEKLY BULLETIN

佐土原ロータリークラブ週報

ROTARIANS

UNITED IN SERVICE—DEDICATED TO PEACE

CHARLES C.KELLER

ロータリアン

奉仕に結束
平和に献身



4月雑誌月間



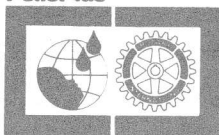
1988.4.22 (金) 第26回例会

本日のプログラム

1. 点 鐘
2. ロータリーソング(手に手をつないで)
3. 食 事
4. 会長の時間
5. 幹事報告
6. 各委員長報告
7. 点 鐘

● 次回卓語予定者

PolioPlus



佐土原ロータリークラブ

例会日 毎週金曜日(12:30~13:30)

例会場 ホテル神宮寺 TEL 0985-73-0015

事務所 〒880-03 佐土原町大字下田島9883番地1

会 長	山 脇	忍
副 会 長	江 藤	康 雄
幹 事	岩 切	正 司
会 計	佐 野	保 雄
会報委員長	垂 水	敏 雄

第 25 回例会記録 (昭 63・4・15)

会長挨拶

山 脇 忍

皆さん こんにちは。 本日は第 25 回例会でございます。

今回は、増加の傾向にあります痛風についてお話ししたいと思います。

わが国では従来は非常に少ない病気で、ごく限られた人にまれにみられる病気でありました。

しかし近年、食事情の欧米化及び飲酒の増加によって、著明に増加し、現在日本の痛風人口はおよそ 40～50 万人と推定されるありふれた病気になっています。

更に、血清尿酸値が高いにもかかわらず、関節炎発作のみみられない症例、即ち無症候性高尿酸血症は、痛風症例の 10 倍近く存在するといわれます。

従って痛風は今後益々増加する疾患であると考えられます。

痛風は非常に活動的で、その社会で中心的に活動している中年男子に突然発症すること、及び種々の成人病の合併率が高く、放置すると潜在性に進行して寿命を短くするという点で、問題のある病気であります。

痛風は、尿酸の代謝異常によって尿酸が体内に蓄積し、血液中の尿酸濃度が飽和濃度を越えて上昇し、その析出によって、急性関節炎発作や痛風結節をきたす病気です。

更に、尿路系に生ずる尿酸の析出のため、尿路結石や腎臓機能障害を伴うこともあります。

更に、栄養過多という点で共通性のある高脂血症や糖尿病を高率に合併し、それにより動脈硬化症、心疾患、脳血管障害や高血圧症などを合併しやすいのが特徴であります。

痛風の発作は、下肢、とくに下肢末端の小関節に急性単関節を発作性に繰り返します。

罹患関節として最も頻度の高いのは拇趾趾英関節で、関節発作全体の三分の二はこの部分に初発します。

通常、関節発作は一つの関節に発症し、二つ以上の関節が同時に侵されることは殆どありません。

発症は突然で、数時間のうちに最高となり、炎症徴候である局所発赤、腫脹、温度上昇が認められ激痛を伴います。

これらの徴候のうち、発赤が、頻度と程度において最も高度であります。

関節発作は通常 3～4 日持続した後消退しはじめ、2～3 週間ではほぼ完全に消失します。

関節炎発作は最初は 2～3 年乃至数カ月に 1 回の割合で発生するが、次第に発生間隔が短くなり、ついには一つの関節発作が治らないうちに他の関節が侵され、その個体としては常時何処かの関節が痛んでいる状態（慢性関節炎発作期）となります。

関節発作の誘因として、高プリン食摂取、大量の飲酒、遠足、過労、打撲、外傷、手術、ストレスなどが知られています。

従って、痛風発作を防止するには、その誘因を回避することです。

つまり、高プリン食摂取、飲酒、宴会、遠足、足先の過労、外傷、打撲、手術、ストレス等を避けることです。

高プリン食品とは、魚類一般、貝類、ベーコン、牛肉、豚肉、鳥肉、肉スープ等であり、低プリン食は、穀類、いも類、牛乳とその加工品、野菜、果物、油脂、海藻などです。

山協会長より

このたび、RI理事会では、1989年の規定審議会に、RI定款の一部改正案として、第5条の、男性のみを会員とする規定を削除するよう求める提案を出すことを決めました。

このことに関して、各RCの賛否の意向を、5月1日までにRI事務局に報告するよう依頼がありましたので、次の例会までに検討しておいてください。

幹事報告

齊藤数馬

1. 宮崎地区のRCから例会の変更通知が次のようにきております。

記

宮崎RC …… 4月26日の例会々場を、
宮崎科学技術館に変更

5月3日は休会

宮崎西RC …… 4月29日は休会

宮崎北RC …… 5月4日は休会

宮崎中央RC …… 5月5日は休会

2. 例会終了後、明日からの地区協議会に出会される方の配車計画を相談します。



C.N.について 実行委員長 江藤康雄

先ず、各担当委員長から経過報告をしていただきます。

総務

委員長 佐野 保

宛名等の記載が不十分で、返戻してきた案内状が数通ありましたが、調査のうえ再発送しました。

宮崎北RCの岡本会長から、宮崎市内5クラブの会長・幹事協議会を開いて、佐土原

RCのチャーター・ナイトへの協力を推進したい、とのありがたいお知らせをいただきました。

なお、全員登録予定のクラブに対しては、できるだけ早目に訪問されるのがよいと思うとご助言もいただきました。

昨日、濱田会員と延岡中央RCを訪問しましたが、予め幹事さんに連絡しておいたため、持参した横幕も掲示していただき、私たちの紹介などご高配をいただきました。皆さんも是非訪問前に、そのクラブの幹事さんにはご連絡されることをお勧めします。

財務委員 坂本 勝彦

本クラブ会員のC.N.登録料30,000円未納者は、至急納入してください。

企画

委員長 池田 仁志

会場等の諸看板の記入文字については決定しました。

オープニングセレモニーで予定していた、霧島九面太鼓が、当日はどうしても都合がつかなくなったと断ってきましたので、佐土原ダンジリの太鼓を検討しているところです。

その他の、広瀬共栄幼稚園鼓笛隊、アナイバンド、巨田神楽、津軽三味線の出演については交渉を進めています。

式典・記念事業

委員長 児玉 武文

前回の報告した内容から具体的な進展はありません。

式典及びレセプションのレイアウトを引続き検討中です。

渉外

上田県議を同伴しての県知事への出席要請は、4月18日に行くことになりました。ボーイスカウト・ガールスカウトの協力についての内諾を得ました。

一番問題なのがフラワーガールの依頼ですが、目下交渉中です。

担当委員長の進捗状況報告にもありましたが、準備完了予定日に遅れている部門がかなりあります。

5月の連休や日曜を除くと、チャーター・ナイトまでの準備期間は50日ぐらいしかありません。

何とか間に合うだろうという甘い考え方を払拭して、直ちに実行に移せるように準備を進めてください。



梅の実る季節が近付いてきました。

医学的な根拠はもちろんありませんが、福岡市の小学校校長会で配布された資料を紹介させていただきます。(九州大会で配布されたもの)

これは、国分市の養護老人ホーム慶昌園で体験している「脳卒中予防法」です。

○準備すべきものは次のとおりです。

1. 鶏卵の白味だけ1個分
2. ふきの葉3~4枚(ツワぶきは駄目)

出席報告

第25回例会 4月15日(金)

会 員 数	20名
ホーム欠席者数	4名
ホーム出席者数	16名
ホーム出席率	80.00%
マークアップ者数	0名

欠席者名 上田・岩切
宮元・立山

3. 清酒小さじ3杯 (焼酎は不可)
4. 生梅の塩漬1個 (しそ漬にする前)

○脳卒中予防飲物の作り方

1. ボールに白味を入れ、よくかき混ぜる。
2. ふき(みずふきが可)の葉を刻み、すり鉢でつぶしてから、ふきんでしぼり、その汁小さじ3杯を(ふきの葉が小さい時は適宜枚数を増す)ボールに加えて、よくかきませる。
3. 清酒小さじ3杯をボールに加えて、よくかき混ぜる。
4. 生梅の塩漬をよくすりつぶしてから、ボールに加えよくかき混ぜる。

○注意すべきことは、必ずボールに1~4の番号順に入れることと、一品を入れるごとによくかき混ぜることです。

この飲物は一生に一度飲むだけでよいという付記までしてあります。

私ども夫婦も、数年前に試飲してみましたが、無害であったようです。好奇心の強い方は、一度挑戦してみられませんか……。

ビジター(敬称略)

宮崎北 園山謙二 特別代表

“ 齊藤芳春 特別代表補佐