



THE ROTARY CLUB OF SADOWARA WEEKLY BULLETIN

佐土原ロータリークラブ週報

PUT LIFE
INTO
ROTARY-
YOUR LIFE

ロータリーに
活力を--

あなたの
活力を



11月会員増強月間
ロータリー財団月間

PolioPlus



●次回卓語予定者

1988.11.11.(金) 第53回例会
本日のプログラム

1. 点鐘
2. ロータリーソング(我等の生業)
3. 「四つのテスト」唱和
4. 食事
5. 会長の時間
6. 幹事報告
7. 各委員会報告
8. 会員卓話
9. 点鐘

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 佐土原町大字上田島1883番地
TEL 0985-74-1078

会長 山脇 忍
副会長 池田仁志
幹事 齋藤数馬
会計 佐野保
会報委員長 垂水敏雄

第52回例会記録（昭和63・11・4）

会長挨拶 山脇 忍

皆さん こんにちは。 本日は第52回例会であります。

ロータリーの精神は、本質的に言ってその心にあるといわれています。

見ることも、触れることも、説明することもできません。

- なにげない出会いを深い友情に変えます。
- 退屈な任務を心躍るチャンスに変えます。
- 遍見と頑固という束縛から解放します。
- 理解と友好のきずなに結びつけます。

また、ロータリー精神は慈雨のようなものといわれています。（ほどよく万物を潤す雨）

- わがままを一掃します。
- 人を隔てる障壁を取り去ります。
- 不和を調和に変えます。
- 競争を協力に変えます。
- 人生の美と、あらゆる人に備わっている気高さを目のあたりに見せます。

以上のようなすばらしいものであります。私どもの生活に是非生かして行きたいものです。

先進国の富裕病といわれていた心臓病が、第3世界諸国で問題となり始めています。

劣悪な栄養事情、健康状態、人々の無関心などがその原因です。

第3世界諸国で死亡率の高い病気は、肺炎など呼吸器系のものが従来と変わらず多くなっていますが、フィリピン心臓財団の発表では、心臓病が第2の死亡原因となっています。

心臓病の原因は7つあります。

そのうち、年令、性別、遺伝の3つは医学の及ばないものですが、あの4つは人の力でコントロール可能なものであります。

即ち、喫煙・糖尿病・高血圧・コレストロールです。

高血圧は塩分の摂取量と密接に関連しています。

数年前のフィリピン南部の漁村で行われた調査によると、漁民たちの血圧が平均して一般より高い傾向にありました。

その一因は、彼等の食べる塩漬け魚、干し魚でした。

ロンドン大学のベンダース教授によると、1日に100gの塩を摂取すると、生命に危険が及ぶといっています。

1日に必要な塩分は、せいぜい3~4gといわれており、0.5gでも健康体を保つには十分といわれています。

人が摂取する塩分の3分の1は食物自体の中に含まれており、それだけでも生理学的には十分な量です。 水道の水にも塩分はあります。

3分の1は調理の過程で加えられ、残りの3分の1は食卓で各個人が加えます。

塩がない地区、例えばボルネオや北極、北アフリカなどは、高血圧・腎臓病・肥満・情緒不安定など、塩分に関連するとみられる病気が極めて少ないとされています。

心臓財団の調べによると、フィリピンで心臓疾患が占める死亡率は年々増加しており、60年に6.3%だったのが、現在では約20%に達しています。

喫煙も心臓病の大きな原因であります。

アメリカでは、1964年から1983年の20年間に、たばこによる心臓病のため費やされた医療費や、実現されなかった生産額の合計が3760億ドル（約49兆円）に上っています。

年間ペースだと200億～300億ドルとなり、これはたばこ産業の生産規模の3～4倍にも相当します。

たばこの害が先進諸国の喫煙者に与えた影響は大きく、米、英では極端ともいえる嫌煙運動が起こり、たばこ業界に深刻な打撃を与えています。

その分、消費量は減少していますが、その反面、第3世界諸国での消費が急増しています。

これは決して偶然ではなく、第3世界が新たにたばこ産業のターゲットとなっていることを示しています。

青年期からの喫煙者は、非喫煙者に比べて喉頭炎で4倍、高血圧とがんで7倍、かぜで約10倍の罹患率であります。

心理的な影響も大きく、若い喫煙者の中には神経質・不活発・短気で、友達付き合いの良くないない者が多いといわれています。

これらに対する最良の方法は予防することであり、そのためには、心臓病の怖さ、その知識を家庭の中で子ども達に伝えることであると結論されています。

わが国においても十分参考になる事柄だと思います。



監時報告

代理 岩切正司

本日は特に報告事項はありません。

国際奉仕委員会より

委員長 岩切正司

国際奉仕の立場からポリオ・プラス運動の一環として、当クラブ会計より60,000円を、R・I本部へ振込みました。

いずれこのことは会計から報告があると思います。

また、ポリオ・プラス募金箱を設けますので、例会出席のときにはなるべく小銭を持参のうえハッピーしていただきますようお願い申し上げます。

親睦委員会より 委員長 池田仁志

11月セレモニーとして、今月が結婚記念日に当る会員に対し会長から記念品を贈呈いたします。 いつまでも仲良く、お幸せに！！

◎結婚記念祝を受けられる方

佐野 保 会員

✿ 受祝者のハッピー・ボイス

結婚記念日のお祝い有難うございました。

これからも元気で仲良く行きたいと思います。 よろしくお願いします。

佐野 保

佐野 保会員からハッピーボックスへ多額のご寄付をいただきましたので、ご報告とともに厚く御礼申し上げます。

山脇会長より

本日は皆様へ大変嬉しいニュースをお伝えいたします。

那珂・佐土原（上田島）地区の4名の会員のご尽力により、新会員として、すばらしい方を

お迎えすることができました。

現在佐土原町大光寺住職として人望の高い、「正岡文郁」(マサオカブンイク)さんです。どうぞよろしくお願ひ申し上げます。

なお、大光寺では毎月の第2と第4土曜日に座禅を実施しておりますので、広くご参加くださいますよう併せてご案内申し上げます。

合掌」

池田副会長から次のように正岡新会員の略歴紹介がありました。

正岡文郁会員

- 昭和11年1月21日生
- 愛媛県臨済宗妙心寺派大安寺の長男
- 昭和29年 大分県立津久見高校卒
- 昭和33年 私立正眼短期大学卒
- 昭和34年～45年 神戸祥福寺専門道場
- 昭和45年 大光寺副住職
- 昭和57年3月より大光寺住職（第56代）



山脇会長卓話

ロータリーのことをESSとも称します。EはEnjoy(楽しむところ)、SはStudy(自己研鑽に努めるところ)、SはService(サービス精神に徹し、社会奉仕に努めるところ)

また、当クラブ例会の時間については、開会点鐘は12:30ですが、閉会時間の規制はありませんので再度申し添えます。

最近かぜが流行していますが、インフルエンザ菌は250種あるといわれます。予防接種をしたのにかぜにかかるというようなこともありますですが、実際には、以前香港かぜが流行した時、日本では大部分の人が予防接種を受けましたので症状も極めて軽く、死亡率も低かったといわれています。反対に、アメリカでは予防接種が殆ど実施されていないくて、有名な俳優など多数の人々が死亡したといわれています。

予防接種は毎年受けなければ効果がうすいといわれます。ウイルスは去年と今年では少しずつ変っていきますが、そう大きく変化はしないと考えられますので、やはり毎年予防接種をすることによって、かぜにかかっても軽くて済むようです。今年の場合は、かぜがこじれて合併症を引き起こすケースが多いので、治療と安静が大切と思います。

ビジター（敬称略）

日南中央	落合孝章
西都	中武兵一郎・野島清市
"	近藤延一

次いで、山脇会長より直接、佐土原RCバッジの贈呈（取り付け）が行われました。



正岡会員の入会ご挨拶要旨

「このたびロータリーの仲間に入れさせていただき、まことにありがとうございます。私には初めてのクラブですが、この中には、神宮寺さんをはじめ即に知り合いの方もおられます。私も当町に住んで20年近くになりますが、何分にも新参者でありますので、なにとぞよろしくお願ひ申し上げます。

出席報告

第52回例会 11月4日（金）

会員数	17名
ホーム欠席者数	6名
ホーム出席者数	11名
ホーム出席率	64.71%
メークアップ者数	0名

欠席者名 齋藤・児玉・坂本

垂水・上田・立山

※（今回は濱田松太郎雑誌委員長に編集をお願い申し上げました。）