



津南ロータリークラブ週報

第2630地区 ROTARY CLUB OF TSU-SOUTH



2016~2017

例会日/毎火曜日

例会場/津都ホテル 津市大門7-15

事務所/津市大門10-7

ピッチャーズビル2階

TEL 225-2373 FAX 213-6175

会長/竹内 敏明

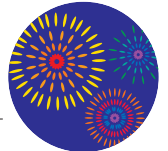
幹事/岡部 宏司

E-mail: src.tsu@dream.ocn.ne.jp

ホームページ: http://tsu-minami-rc.com/

第2441回例会 2016年8月2日(火) 天候 晴

—— 8月は会員増強及び拡大月間 ——



例会予定

- 8月9日(火) 外来卓話
ガバナー補佐 中村 晶宣様
クラブ協議会 13:40~
- 8月16日(火) 特別休会
- 8月23日(火) 会員卓話 薄井 美弥会員
- 8月30日(火) 会員卓話 千原 一典会員

進行担当

[飯田SAA]

国歌斉唱 ロータリーソング 奉仕の理想

来訪者

[竹内会長]

津RC 阿部 和久君

出席報告

[薄井委員長]

8月2日 出席率 47名中 37名 78.72%
7月19日 修正出席率 47名中 47名 100.0%

委員会報告

《親睦委員会》

[何川委員長]

- 8月会員誕生日のお祝い:
飯田 聡君、川喜田 久君(古希)
- 8月配偶者の誕生日のお祝い:
村木 徳子様、岡部由美子様
- 8月結婚記念日のお祝い:
家田 吉成君

《出席委員会》

[千代延委員]

2015~2016年度皆出席者名(27名)

29年 村木正二	12年 長谷川顕一
	8年 後藤修一、西井健之、澤田勝志
	5年 鈴木康義
	4年 旭 晋、樋口直人、中尾哲也
	佐々木喬
	3年 川本 豊、大川吉崇、竹内敏明
20年 松田英明	2年 阿部祐司、薄井美弥、山口満也
18年 林 裕行	1年 千代延郁男、吹戸研一
15年 今野信太郎	萩原 大、日南田隆司
今西孝彰	伊藤孝行、土田研輔、吉村哲夫



会長報告

[竹内会長]

- ◆先日、千代の富士さんが61歳で逝去されました。鋼鉄のような頑強な体をした千代の富士さんでも膵臓がんに命を奪われました。大変無念であったと思います。後日、膵臓がんについてお話ししたいと思いますが、今日は千代の富士さんのご冥福をお祈りし、会長報告とさせていただきます。

幹事報告

[岡部幹事]

- ★高林 学氏入会の件
- ★8月9日(火) 例会終了後クラブ協議会開催の件
- ★9月24日(土) IMの件
- ★10月22日(土)10月23日(日) 地区大会の件
- ★国連支援募金「ダメ。ゼッタイ」¥5,000送金
- ★例会変更 3件

刀根大士会員からのメッセージ紹介

ご機嫌いかがですか? 3日前から北海道西は大雨で電車が運休、道路も冠水し閉鎖になるなど大変です。ところで、50周年記念誌出来ましたか? 出来ていたら大変恐縮ですが此方に送って頂けないでしょうか!

少しばかりですが、お菓子を送りましたので皆さんでお召し上がりください。津はまだまだ暑さが厳しいと思いますのでご自愛下さいませ。 刀根

佐々木50周年記念誌委員長より記念誌完成の報告

ニコBOX

[吉村委員長]

阿部 和久君 お邪魔します。よろしくお祈りします。(津RC)

竹内 敏明君 ・私達日本国民にとって8月は広島・長崎での被爆、そして8月15日の終戦と平和について考えなければならない月ではないかと思っています。平和な世界でありますようお祈りします。
・今野先生、卓話よろしくお祈りします。

岡部 宏司君 本年度の卓話、トップバッターです。今野様よろしくお願い致します。

川喜田 久君 早退申し訳ありません。

村木 正二君 今野会員、トップバッターの卓話よろしくお願い致します。／

大川 吉崇君 ・今野信太郎様の卓話を楽しみにさせていただいております。
・遅くなりましたが、樋口様にはお世話をお掛けしました。有難うございました。

栗田 明君 今野信太郎先生のお話を拝聴させて頂きます。

澤田 勝志君 このところ暑い日が続きますね。今日は今野会員の涼しい卓話を楽しみに…／

今野信太郎君 本日、卓話をさせていただきます。月間関連にはほど遠いお話です。よろしくお願い申し上げます。

山口 満也君 今野さん、卓話ご苦労様です。楽しみにしています。

薄井 美弥君 やはりヒマワリはこの8月の照りつける太陽によく似合いますよね。今野先生、今日はぞ〜っと涼しくなるお話楽しみにいたしております。今年度トップバッターですね。はじまり良ければ…ですね。

記念誌委員会一同 50周年記念誌ようやく発行できました。会員皆様はじめ関係各位のご協力に感謝いたします。

今野信太郎会員の卓話楽しみにしています。

西井健之君、土田研輔君、萩原 大君、吉村哲夫君、小川恭平君、飯田 聡君、伊藤 仁君、山本哲也君、松田英明君、今西孝彰君、後藤修一君、旭 晋君、何川 高君、佐々木喬君、伊藤孝行君、樋口直人君、日比隆幸君、庄司正樹君、山田俊郎君、中尾哲也君、鈴木康義君、小泉智英君、三浦敏秀君、林 裕行君、奥田邦雄君、阿部祐司君、日南田隆司君

月間関連卓話

眼科健診のすすめ

今野信太郎 様

何となく目がかすむが、年のせいだと思っ
ていませんか？ 40代を過ぎると多くの方々が最初に視力が落ちたことに気づくのが、老視（いわゆる老眼）です。

今回は、最近増加傾向で失明原因4位の加齢黄斑変性症についてお話を致します。

加齢黄斑変性症は、眼底中央にある一番よく見える部位である黄斑部分が障害されます。老化により黄斑網膜の老廃物を処理する働きが衰え、黄斑部に老廃物等が沈着し、網膜の細胞内組織に異常を来たすと考えられています。紫外線による暴露や喫煙、遺伝、さらに生活習慣が関係すると言われてい
ます。

症状は、ものが歪んで見えたり、視野が黒ずんで見えたりします。障害部位がわずかであれば、自覚症状は少なく、「年のせい」として片づけているかもしれません。

眼科一般検査に加えて、眼底3次元画像解析を用いて黄斑部の状態を確認したり、蛍光眼底撮影で網膜血管や脈絡膜血管からの異常の有無を確認します。

治療は最近では抗VEGF（血管内皮増殖因子）硝子体注射が主体ですが、光線力学療法、レーザー光凝固術が施行されます。記憶に新しい所と思いがすがiPS細胞の移植も行われ現在も治験中です。禁煙や紫外線から目を守るためにはサングラス装用も予

防効果があります。もう一つ最近注目されているのが、スマートフォンやパソコン等液晶画面のブルーライトにも注目が集まっています。

また、黄斑部にはルテインと
いう強い抗酸化作用を持つ物質が多く含まれ、加齢による目の老化を防いでいます。ルテインは体内で生成されません。日々の食事から継続的に摂取する事が大切で、ルテインを多く含む食事には、ホウレンソウ・ケール・ブロッコリーが、抗酸化作用のビタミンとして、ビタミンE・C・βカロチンがあり、ミカン・大豆・玄米・ニンジン・カボチャなど、抗酸化酵素を構成するミネラル（亜鉛）を含む食事として、牡蠣・海藻が挙げられます。

何れにしても、早期発見・早期治療は進行を遅らせることができるばかりでなく、失明を予防する事にも繋がります。目の健康は、「健康寿命」を伸ばす第一歩となります。もし、視力障害があれば普段の生活活動や行動は制限されることとなります。見えない事から外出が減り、引きこもりがちになったり、ご飯が美味しく見えなくなります。新聞やテレビを見る気力も損なわれ、家で横になってゴロゴロと家庭の粗大ゴミで嫌われるかもしれません。人間の情報の80%は目から入るとも言われています。「健康寿命」を伸ばすためにも自分の目を大切に生活しましょう。

配布プリントの答え ミナミジサイチョウ コンゴウインコ アカアマガエル ポアコンストリクター シロサイ ヨウム ミドリニシキヘビ パンサーカメレオン ボブキャット ツノミカドヤモリ イエアマガエル フトフムネアカゴシキシガイ インコ ヤマビタイヘラオヤモリ ダチョウ 人間

例会変更のご案内

名 張RC 8月15日（月）特別休会
8月29日（月）赤目山水園にて 夜間例会のため
※ビジター受付は、8月29日（月）12：00～12：30まで事務局にて行います。

鈴鹿西RC 8月16日（火）特別休会 ※ビジター受付はご容赦願います。
8月23日（火）バーベキュー鈴鹿峠にて 納涼例会のため
※ビジター受付は、23日（火）鈴鹿商工会議所4Fにて12：00～12：30まで行います。
8月30日（火）→27日（土）コンフェット鈴鹿平安閣にて
鈴鹿・亀山グループIM・ガバナー公式訪問合同例会のため
※ビジター受付は、23日（火）30日（火）鈴鹿商工会議所4Fにて12：00～12：30まで行います。

久 居RC 8月15日（月）特別休会
※ビジター受付は、久居グリーンホテルフロントにて12：00～12：30まで行います。