

岡山東 週報



2019-20年度 国際ロータリーテーマ

ROTARY CONNECTS THE WORLD

ロータリーは世界をつなぐ

国際ロータリー会長

マーク・ダニエル・マローニー

2019-20年度 岡山東RC 活動方針

『～把手共行～、ともに楽しいと実感できるロータリーを!』

岡山東RC 会長 藤岡千秋

会長	藤岡千秋	幹事	貝原明宏
会長 エレクト	諸國眞太郎	副幹事	松本崇
		S.A.A.	大西直規
副会長	佐々木篤	副S.A.A.	菅野正則

Rotary



岡山東ロータリークラブ

国際ロータリー 第2690地区 第9グループ

事務所 / 〒700-0902 岡山市北区錦町1-8 木材会館4F

TEL. 086-222-9590 FAX. 086-224-4288

http://www.okayama-higashi-rc.jp/ E-mail oke@ok6rc.jp

例会場 ● 岡山プラザホテル 〒703-8256 岡山市中区浜2-3-12 TEL.086-272-1201

例会日 ● 木曜日 12:30~13:30

2019.8.22 第2436例会

No.2272

▶本日のプログラム

「ドミニカ共和国での国際医療協力参加報告」

諸國眞太郎 会長エレクト

「会員増強月間にちなんで」

大塚学 会員増強委員長

8月29日のプログラム

「人として大切なこと～しずかちゃんのパパの教え」

公益財団法人 YMCA セとうち代表理事

太田直宏 様

例会報告 (8/8)

出席報告

会員数 102名(内出席免除者14名)

出席者 85名(内出席免除者出席10名)

出席率 86.73%(前々回訂正後出席率97.00%)

ビジター 5名

お食事

【麻婆豆腐セット】麻婆豆腐, 焼売, 御飯,
中華スープ, ザーサイ, ウーロン茶

会長挨拶

皆様、こんにちは。改めまして暑中お見舞い申し上げます。昨今、特にこの時期、朝夕のニュースに必ずといっていいほど熱中症の話題が出ます。私も先週火曜日、梅雨明けの猛暑の中、同窓会で久しぶりにゴルフに行きました。長年経験してきたことで別に気に留めることなくプレーに臨みましたが、スタートをし、間もなくパターする時、立ちくらみと少々目のまいがあり、それはそれなりに過ごしましたが、午前中のプレーで今までにないような苦しい経験をし、もちろんスコアにならないほどでした。夏の暑さのせいと気軽に思い、昼食時に水分をしっかりと取り、午後は通常のゴルフができました。帰って熱中症についていろいろ知識を得、暑いからというだけで済ましてきたことに対し大いに反省すると同時に、高齢であることを自覚し、この時期馬鹿にできない熱中症について充分に認識することが肝要と思いました。岡山東ロータリークラブは多くのお医者様がいらっしゃり、浅学で知識のないことを恥ずかしいと思いましたが、自分の経験から申し上げました。熱中症の症状、原因、対策、予防について、インターネットの検索で詳しく出てきます。日本全国熱中症で多くの方が命を落としており、他人事ではなく、屋内外を問わず正しい知識をもって熱中症を自覚し、日常の生活をしてくださるようお願い申し上げます。

幹事報告

1. 8月4日(日)、クラブ雑誌・広報委員長会議が出雲ロイヤルホテルで開催され、当クラブより富山直司広報委員長が出席されました。
2. 8月5日(月)、6RC幹事会が開催され、出席して参りました。

3. 8月のロータリーレートは、1ドル=108円です。
4. 次週8月15日(木)の例会は休会です。次回例会は8月22日(木)です。
5. 他クラブの週報を回覧いたします。

例会訪問

岡山中央ロータリークラブより、会長 河田隆介様、副会長 江原芳男様、S.A.A. 中田昌子様、出席担当 橋信吾様、会員 勝本公平様にお越しいただき、河田会長よりご挨拶をいただきました。

●岡山中央ロータリークラブ 河田隆介会長 ご挨拶

岡山中央ロータリークラブとしては、今年度は毎月メークアップツアーをすることになり、今回は最初の訪問でございます。いろいろなクラブでつながりたいと思っておりますので、よろしくお願いします。



米山功労者表彰

公益財団法人ロータリー米山記念奨学会より米山功労者の方々に感謝状が届き、藤岡会長より授与されました。

●第5回米山功労者マルチプル 藤岡千秋 会長



●第3回米山功労者マルチプル 貝原明宏 幹事



●第2回米山功労者マルチプル 佐々木 篤 副会長



●第1回米山功労者 大西直規 S.A.A.



●第1回米山功労者 大河原 喬 会員



委員会報告

●創立50周年実行委員会 記念誌編纂委員会 渡邊修司 副委員長

本日都合によりご欠席の若林宣夫委員長のメッセージを代読します。

創立50周年記念事業として最後の登板となりました「50周年記念誌」の発刊につきましては、ようやく完成し皆様に配布・贈呈の運びとなりました。

我がクラブの記念誌発刊は、10年毎の発刊となっており、今回で5回目の発刊となりました。直近の「40周年記念誌」に引き続き、今回の「50周年記念誌」の編纂についても携わらせていただき、無事発刊することが出来ました。これも会員皆様のご協力のお陰であり心よりお礼申し上げます。本記念誌発刊に当たっては、石井バスト会長の適切なアドバイス、舟橋直前会長の冒頭挨拶をはじめ関係各位のご協力をいただき、また友野印刷・大橋製本の両社にも大変お世話になり、共に厚くお礼申し上げます。

この「50周年記念誌」をご高覧いただき、我がクラブの先人たちが築き上げた岡山東ロータリークラブ

の素晴らしい歴史と伝統をますます高め、更なる飛躍を心から祈念しております。

●親睦活動委員会 安藤究真 委員長

本日、レターボックスの方へ、第1回新会員歓迎会のご案内をポストイングしております。新会員は近藤郁母会員・平上善雄会員、日時は9月5日(木)18時30分、場所はアークホテル岡山で開催いたしますので、皆様多数のご出席をよろしくお願いいたします。

●社会奉仕委員会 井上和宣 委員長

本日、「大規模災害被災地 つながるプロジェクト 地域と日本の未来のために PART2 リフレッシュキャンプ」のご案内をポストイングしております。ご参加の程お願いします。なお会員子女等の参加ご希望があれば調整します。

●ゴルフ同好会 平井真也 親睦活動委員会 副委員長

本日、例会終了後、この例会場にてゴルフ同好会2019-20年度総会を開催しますので、参加予定の方はご協力の程よろしくお願いいたします。

●麻雀同好会「東風の会」 佐々木篤 同好会幹事

本日、会員の方には第1回競技会のご案内をポストイングさせていただいております。日時は8月31日(土)13時から、場所はロイヤルマージャンCL、ご参加をよろしくお願いいたします。

●広報委員会 富山直司 委員長

8月4日(日)に出雲市で開催されたクラブ雑誌・広報委員長会議に出席して参りました。本年度も My Rotary の登録推進を、今年度の地区登録目標は65%とのことですので、皆様のご協力をいただければと思います。後日、登録方法等改めてポストイングさせていただきます。

「ロータリーの友」8月号のご紹介をさせていただきます。

(横組み記事)「会員増強・新クラブ結成推進月間特集」

特集「クラブを活性化させる同好会」(7ページ～): 痛風友の会等の紹介, 同好会・課外活動の10のメリット(13ページ)。

特集「クラブ活性化の鍵は会員増強」(14ページ～): 高崎ロータリークラブの今(14ページ), 横浜中ロータリークラブ「91歳ロータリアンの会員増強力」(16ページ)

「ロータリー米山記念奨学事業の基礎知識」(23ページ)

(縦組み記事)

「この人 訪ねて」(9ページ～): 1人のロータリアンにスポットを当てる記事, 今回は宮崎ロータリークラブ・佐藤寿美さん

「ロータリーアットワーク」(22ページ～): 倉敷水島ロータリークラブの取り組み(23ページ下段)

「5月号の感想」(30ページ): 当クラブ佐藤英明会員の感想掲載

8月8日のプログラム

「熱中症を舐めるなよ」

大澤俊哉 会員

近年、熱中症で救急搬送される患者が増加しております。熱中症による死亡者も増加傾向です。特に高齢者の患者数、死亡者数は急激に増加しています。

熱中症は高温の環境が原因となって起こる体調不良や障害を総称した呼び方です。人間の体は本来、優れた体温調節機能を備えています。体内の熱が上昇すると皮膚の血管が拡張して血流量が増え、血液の熱を皮膚から放散します。それでも、不十分なときは発汗することによって体温を下げます。しかし、高温多湿の環境下では皮膚から熱を放散しきれず、体内に熱がこもり体温調節がスムーズにいかなくなることがあります。熱中症は、こうして体温を調整する自律神経の働きがコントロールを失い、体温がグングン上昇してしまう機能障害です。気温が40℃近い場所でのように予防をとっていかかが大事です。今年は去年を上回るペースで救急搬送されております。



熱中症は、お年寄りになるほど自律神経の働きが衰えてくると、クーラーをつけずに我慢する性向など、いろいろな意味で高齢者に起こりやすい疾患です。地球温暖化で2008年から2009年にかけて対策が叫ばれてきました。割合的には自宅の部屋の中で搬送される人が半数以上で、次が道路上での作業中、その次がゴルフなどの運動中です。皆様の家族の高齢な方にはクーラーを使っていたらよいようなアドバイスいただければと思います。

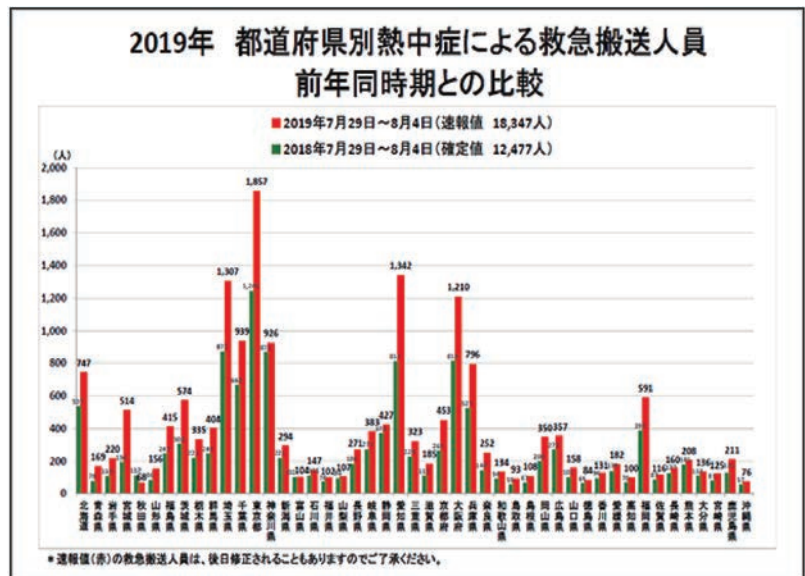
その症状は、軽度なものから重篤なものまで多彩です。Ⅰ度でめまい・失神のような「立ちくらみ」、筋肉痛・筋肉の硬直、いわゆる「こむら返り」、大量の発汗、Ⅱ度で頭痛・気分の不快・吐き気・嘔吐・倦怠感・虚脱感など、従来「熱疲労」といわれていた症状、Ⅲ度で意識障害・痙攣・手足の運動障害、あるいは従来「熱射病」といわれていた高体温があります。

予防ですけれども、いずれにせよ涼しいところに移動させ、水分補給を十分に行うことが大切です。また、呼びかけに対して反応がない、おかしいという状態、つまり意識障害が疑われれば、躊躇なく救急車で医療機関へ搬送するべきです。熱中症の

予防は、普段からの体調管理が重要です。適度な栄養、十分な睡眠、過度な飲酒を避けるなど基本的な日常生活態度が最も大切です。まずは暑さを避ける、暑さに対して、水分を十分にとる、室内ではクーラーを適切に使う、屋外では帽子、日傘など直射日光を避け、黒い服より、白い服を着るなど対策が必要です。

真夏にゴルフをするときは、炎天下のゴルフ場では一年間に数回は救急車が呼ばれると言われておりますので、より一層の対策を立てて臨んでいただくことを切に願います。絶対に無理はしないこと、前日は十分な睡眠をとること、前日に飲み過ぎたときには不参加を表明することを躊躇しない、水分補給をラウンド30分前からこまめに行うこと、アルコールによる利尿作用に注意すること、真水の摂取は避けて塩分の含んだスポーツドリンクを飲むこと、体をクールダウンさせるアイテムが売られておりますのでそれを活用することなど。帽子は必須ですし、日傘の利用も男だから格好悪いと思わずに考えて下さい。なお熱中症とは関係ないですけれども、かなり目もやられますので、サングラスも忘れないで下さい。

皆さんのご健康を祈ります。



(総務省消防庁ホームページより引用)



(総務省消防庁ホームページより引用)

ゴルフ同好会 2019-20 年度 総会 (8/8)

8月8日(木)例会終了後、当例会会場にて2019-20年度岡山東 RC ゴルフ同好会総会が挙行されました。更井正人ゴルフ同好会会長挨拶、藤岡千秋会長挨拶に続き、議案審議に入りました。第1号議案：2018-19年度収支予算承認について、第2号議案：2019-20年度事業計画(案)および収支予算(案)について、第3号議案：その他と進みました。本年度の当同好会会員は66名、3分の2以上のご出席と各議案承認を得て、当総会はつつがなく閉会いたしました。

当同好会の目的「岡山東 RC の親睦活動の一環として、ゴルフを通して、趣味を同じくする会員相互の親睦を図る」を果たし、本年度も皆様のご手腕を發揮され充実したゴルフライフを楽しまれることをご期待申し上げます。

[文章提供：岡崎秀紀 会員]



Rotary



岡山東ロータリークラブ
50周年記念誌
2008~2018

