

Rotary



八尾ロータリークラブ会報

2017
vol.56
No.32

3/8



人類に
奉仕する
ロータリー

四つのテスト

言行はこれに照らしてから

1. 真実か どうか
2. みんなに公平か
3. 好意と友情を深めるか
4. みんなのためになるか どうか



八尾RCバナーの主旨
「我々のクラブは、若いも若きも
相手を敬愛し、和気あいあい、
楽しいクラブライフを送っている
ことが誇りであります」

国際ロータリー テーマ

**人類に奉仕する
ロータリー**

国際ロータリー 会長 ジョン・ジャーム

八尾ロータリークラブ テーマ

**奉仕への情熱と創意を
積み重ね、品格を高めよう**

会長 山本 昌市

国際ロータリー 第2660地区 テーマ

**The Ideal of Service
ロータリーの根幹精神**

国際ロータリー 第2660地区 ガバナー 松本 進也

第2714回 例会 プログラム

▼開会「点鐘」

▼ロータリーソング

「我らの生業」

▼ビジターの紹介

八尾中央RC

会長 藤木良顕様

青少年奉仕副委員長

近田直人様

▼出席報告

▼ロータリーの友紹介

幡田 賀紀 会員

▼その他の報告

▼会務報告

「会長の時間」「幹事の時間」

▼SAA報告 ニコニコ箱

▼卓話

「職業奉仕について」

職業奉仕委員会・

長竹 浩 委員長

井川 孝三 委員

▼閉会「点鐘」

▼卓話予告

3/15「インターアクト活動報告」

金光八尾高校

3/22「笑いと健康」

矢野宗宏様

3/29「ロータリー雑感」

居相英機元会長

4/8(土)IMロータリーデー

4/12「私を語る」

幡田賀紀・相馬康人会員

会長の時間

卒業式を祝う

先週25日、2016年度米山奨学

生終了式・歓送会、昨日は、金光八尾高等学校の卒業式に出席して参りました。厳粛に行われる儀式には心が洗われ、心新たに生まれ変わった気持ちになるものです。…そして来月には入学式や入社式の移動シーズンに入ります。

合格祝い、就職祝いと人生には、数多くの「お祝い」に出会います。

子供の成長にあわせてお祝いがあります。

「祝う」と言う「儀式」の意味というものが、軽くなっていく今の日本に於いて、儀式は人の「心」を豊かにしてくれます。特に他人の慶事を祝うことは、非常に大切だと思いますし「心」に共感するものが多く有ります。

送る人、送られる人、それぞれの立場で感慨深い日々となります。

今は、価値観や行動のスピードが昔とは、全く違いますが、旅立ちや門出に対する人々の思いは、今も昔も変わらないと思います。

みんながお互いを理解し、素晴らしい人生でありたいと思っています。

社会と人生が、合理性の欧米文化によって、営まれている今の日本では、「儀式」だけは、特に必要不可欠ではないでしょうか。

先週の佐野元会長の卓話で、死生観の話がでておりました。

人生の卒業式を「死」、入学式を「生」とすれば、その度に「心」が、生まれ変わる。

一段進めばまた一段、その段階ごとに原点に立ち返り、生涯終わるまで、向上していかなければならないと言う事でしょう。私達は、その様な時を、人生の節目として捉え、送られる人は、決意を新たに、送る人は、旅立つ人の前途を祝福します。

しかし、一方では悲しい葬儀と言う儀式があります。

お通夜、告別式、法要などの一連の儀式が遺族に心の、一つの決別をさせてくれます。

よく法事でお寺の住職さんが、人の「死」に立ち会う事で「生」と言う実感が解ると言われます。家族や友人・知人を失った時、人生最大の出来事であり、その記憶は死ぬまで消えません。その気持ちを的確に表現した、アメリカのカウ

ンセラーの言葉があります。

親を亡くした人は、……過去を失う。配偶者を亡くした人は、……現在を失う。子供を亡くした人は、……未来を失う。……と言われていました。

「失う」と言う事は、また「発見する」と言う事でもあります。

私の両親は、既に他界しておりますが、今回卒業式に出席して「自分の親の気持ち」で当時の私を振り返りながら、私の過去と両親を重ねながら、式を終えました。

儀式に立ち会う事で、自分の「過去」を再確認させてくれました。

人間は古くから、よい事や不幸な事を、経験する事に、けじめとして儀式を行ってきました。その事によって、喜怒哀楽の感情を周囲の人々と分かち合う習慣を作ってきました。

嬉しい時や、悲しい時、それぞれの気持ちを分散する事によって、人は、一人では生きられない事を発見するのでしょうか？

幹事報告

▼先月25日に、地区の米山歓送会が開催され会長、松井委員長、宮川カウンセラーと奨学生の三宅さんが出席されました。

▼28日に金光八尾高校の卒業式が行われ、会長他で出席しました。
▼本日例会後、理事役員会を開催します。

▼5～7日、台北東RCへの公式訪問と現地企業の視察を行います。

ご挨拶

▼大阪西RC・奥田 勝巳 様
事業所はスーパー「ライフ」隣の大阪シーリング印刷です。またメイクアップにおじゃますることもあろうかと思いますが、その際はよろしく願いいたします。

その他の報告

▼ゴルフ部・小谷 逸朗 会員
4月13日に四輪会を開催します。多数のご参加をお待ちしております。

▼児林 秀一 会員

先日、フィリピンのサンタマリアRCを訪問してまいりました。先方にはとても喜んでいただいて、救急車やコンピュータ施設を寄贈した事業などの話を聞かせていただきました。コンピュータのハードは古くなったようですが、建物の部屋は今も使われているそうです。

ぜひまた八尾RCとも交流したい、とのことでした。訪問時の写真を回覧しますので、ご覧ください。

▼国際奉仕委員会・

稲田 賢二 委員長

5～7日に台北東RCへ16名で訪問します。例会出席と企業訪問を行う予定です。

また訪問にあたり、佐野会員からはお土産用の歯ブラシを、また田中副会長からは餞別をいただきました。ありがとうございます。

「生活習慣病の予防が
健康長寿の秘訣」

▼佐々木 洋 名誉会員



病気はある日突然起こるので、日頃からの予防が重要です。

超高齢化社会の加速により、医療費は増大する一方です。総人口は減少しますが、高齢者の人口は逆に増加していきます。

若い層が減っていくと、高齢者を支える若者たちも大変です。現役世代が高齢者を支えるイメージは、たくさんで1人の老人を支えるかつての胴上げ型から騎馬戦型へ、そしていずれは下の人数がさらに減って、肩車型へと移行していくこととなります。

政府も支える側となる分母の人数を増やそうと、子育て支援などを強化しています。

全体に占める高齢者の割合が21%を超えると、超高齢社会と言われます。しかしこのところでは、高齢者の定義を変える動きも見られます。高齢者を75歳以上にしようという議論もあります。

高齢者の増加に伴い、社会保障費も増大しています。医療費や薬剤費が高騰しているのが原因ですが、最近ではオプジ

ーボなどの高価な薬も大きく取り上げられています。

2025年には、いわゆる「団塊の世代」が75歳以上の後期高齢者になります。約810万人いると言われています。

高齢者が住み慣れた地域で暮らし続けられるよう、国では地域包括ケアシステムなどの対策を考えています。在宅を原則にして、周辺に必要な施設を整備します。

自分らしい暮らしを最後までしてもらおうというねらいですが、そのためには健康寿命をのばすことが大切となってきます。

それを実現するためには、生活習慣病の予防が必要となってきます。フレイル、サルコペニアという言葉がありますが、他にもロコモティブシンドロームも健康寿命を縮めます。

日本は世界有数の長寿国として知られていますが、健康寿命を見てみますと、平均寿命より男性で9年、女性で12年短くなっています。つまりこの期間は、車椅子や寝たきりで過ごさねばならないわけです。この健康寿命をのばすことが、これからの課題です。

生活習慣病とは、糖尿病や高血圧など生活習慣が深く関与している疾患の総称です。予防には健全な生活習慣が重要となってきます。

現在は人口の47%が高血圧症、高脂血症、糖尿病のいずれ

かを持っていると言われていいます。生活習慣病の元は肥満で、肥満には多くの危険子があります。

肥満の指標にはBMIがありますが、内臓脂肪型の肥満が危険です。腹囲が男性で85cm、女性で90cm以上ある方は、メタボの危険性があると考えられます。

メタボの予防には、きちんとした食事が大切で、朝食が特に重要です。

また運動の頻度と糖尿病の発症頻度は比例します。通勤時の歩行時間と高血圧の発症も比例します。

日本人の死因の下地になるのが、生活習慣病と言えます。そ

理事会議事録

日時:2017年3月1日(水)

承認事項

- 1.議事録承認
- 2.会計報告
- 3.2017年決議審議会 決議案提出の件
- 4.NPO法人国際ロータリー日本青少年交換委員会(RIJEYC)を多地区合同奉仕活動であることを承認し移行する件
- 5.米山奨学生受け入れの件
- 6.地区研修・協議会分担金の件
- 7.「IM開催時移動例会」開催の件

今後の予定

月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日
		1 理事会	2	3	4	5	31		4月 母子の健康月間			1	2
6	7	8	9	10	11 PETS	12	3	4	5 理事会	6	7	8 IM第4組 ロータリーデー	9
13	14	15	16	17	18	19	10	11	12	13	14	15 地区研修・ 協議会	16
20	21	22	23	24	25	26	17	18	19	20	21	22	23
27	28	29	30	31	水と衛生月間 3月		24	25	26	27	28	29	30

して、そのもとになるのは肥満です。

死因の3位は脳卒中で、血管が詰まったり、または破れたりします。脳卒中により亡くなる率は下がってきましたが、後遺症が残って寝たきりになるケースもあります。

このほか、がんは2人に1人がかかる、身近な時代になってきています。3人に1人が、がんで亡くなる時代です。

どうぞこれからも、健康にはご留意ください。

ニコニコ箱

▼山本(昌)会長 弥生月に入り、ポチポチ桃色の風を感じて

おります。本日、卓話、佐々木先生よりよろしくお願い申し上げます！

▼田中副会長 理事会欠席お詫び！佐々木名誉会員、本日、卓話宜しく願います。

▼山陰幹事 佐々木先生、長生きの秘訣楽しみにしています。

▼佐々木名誉会員 卓話頑張ります。

▼佐野会員 佐々木名誉会員、卓話楽しみにしています。誕生内祝い。

▼寺坂会員 ご夫人誕生日。

▼中川(将)・児林会員 例会欠席お詫び。

▼三宅会員 欠席ばかりですみません。これからも宜しくお願いします。

▼菅野会員 佐々木先生、本日卓話よろしく。

▼今西会員 台北東RC公式訪問欠席お詫び。

▼飯田・濱岡会員 佐々木先生、本日の卓話楽しみにしています。

▼柏木会員 佐々木先生、卓話楽しみにしております。ご夫人誕生日。誕生内祝い。

▼松井会員 在籍内祝い。

▼吉田会員 坂本様、先日ありがとうございました。

▼野村会員 おさわがせしました。

▼西村会員 少しずつ暖かくなってきましたね！

▼小谷会員 とても良い事がありました。

出席報告

月日	会員数	出席	(内出席規定適用免除者)	出席率	メイクアップ	確定出席率
2/15	58	37	8	68.52%	4	75.93%
2/22	58	41	6	78.85%		
3/1	58	43	8	79.63%		