



第19回例会

平成18年11月15日(水)
サンパレス福島

本日のプログラム

1. 開会点鐘
2. ロータリーソング
3. 四つのテスト
4. 来訪者の紹介と会長挨拶
福島西 RC 金子與志邦様
5. お食事をどうぞ
6. 会員増強委員会より現況報告
7. 会員スピーチ
渡辺敏光会員 (新会員スピーチ)
植木洋司会員 (健康管理について)
8. 各委員会報告
9. 閉会点鐘



会長挨拶

齋藤 ミヨ会長

先週の例会は、2530地区ガバナー 寺島岩男様、地区幹事の野地利雄様に訪問頂き、ガバナーよりスピーチを頂きました。

7月19日のガバナー公式訪問東北第一区7クラブ地区合同例会が初めての試みに大変不安もありましたが、南RCクラブ会員一致のチームワー



会員増強委員会 菅野良二副委員長

《会員増強委員会より現況報告》

今年度当初73名で1名増えて現在74名です。先週の例会に入会予定者ということで3名の方々に出席頂きました。

他に2名の予定の方がおりますが、今年度目標の会員数80名を達成するため、皆様のご協力お願い致します。



クが大変すばらしかったため、初めての出発点に自信を持つことが出来ました、大変うれしい報告を頂きました。

地区大会におきまして、多くの参加を頂き、皆様の協力で無事終えることが出来ましたことに対しても、喜んでお帰りになられました。

私も会長として皆様の協力にこの上なき喜びでございます。また、地区大会で各種表彰がございまして、クラブの多くの皆様の努力が実り、ガバナーより感謝状が届きましたので、後程伝達致します。

9日木曜日には、秋季全国火災予防運動週間初日に行われました防火パレードに、17名の参加を頂き、消防本部職員、愛隣幼稚園児と共に“消さないであなたの心の注意の火”をスローガンに呼びかけ、南RCの広報活動が出来ました。

本日の会員スピーチは、渡辺敏光会員、植木洋司会員でございます。二人のスピーチを期待申し上げ、挨拶と致します。

《会員スピーチ 渡辺敏光会員》

皆さんこんにちは、新会員の渡辺でございます。今日のスピーチ悩みましたが、現在の自分の職業について、お話をすることが一番と考えました。自分が勤務しております「信用金庫」について、お話をしたいと思います。



メタボリックシンドロームの診断基準

- ◎ 内臓脂肪蓄積(ウエスト・腹囲)
男性 85cm以上 ・ 女性 90cm以上
- ◎ 中性脂肪 150mg/dl以上 かつ/または
HDLコレステロール 40mg/dl以下
- ◎ 高血圧 収縮期血圧 130mmHg以上
拡張期血圧 85mmHg以上
- ◎ 空腹時血糖 110mm/dl以上

現在、信用金庫は全国に292金庫あり、職員数も約14万人であります。福島県内には当金庫も含め8金庫があり、それぞれの地域ごとに営業を展開しています。信用金庫は、中小企業や地域住民のための協同組織による地域金融機関です。

相互扶助を基本理念としており、会員や利用者ならびに地域のニーズにお応えすることを経営の基本に、その社会的使命・役割の達成にむけて、三つのビジョンを掲げています。「地域社会繁栄の奉仕」、「中小企業の健全な発展」、「豊かな国民生活の実現」です。

信用金庫は19世紀に、イギリスのマンチェスター地方で生まれた協同組合運動がルーツと言われています。信用金庫は、昭和26年に信用金庫法が制定されて誕生し、昭和26年6月15日に公布、施行されたことにちなみ毎年6月15日を「信用金庫の日」と定め献血活動・清掃活動・募金活動などの地域強調事業を展開しております。

今後ともロータリアンとして「職業を通じて社会に奉仕する」ことを常に念頭におき頑張っていきたいと思っています。本日は、御清聴有難うございました。

《会員スピーチ 植木洋司会員》

今日のメインテーマであります、メタボリックシンドロームについて話したいと思います。

我々検診する立場からすると、生活習慣病の肥満・高血圧・糖尿病などの病気をさがそうという事で、厚生労働省の方針で生活習慣病の検診をしてきている訳ですが、根本であるどうしてという意味では豊かな生活の中で、食生活の偏り、過食、運動不足など、今の日本人は太りすぎになっているわけです。

最近話題になっているのが、高血圧・糖尿病の基準を一つひとつは超えていないが、それぞれがいくつか合わさると動脈硬化が進み心臓の病気や脳の病気など、動脈硬化の結果としての病気が増えているそうです。

2005年頃から、複合因子による病気の発症が言われたし、一つの定義で病態が成り立っていると次の病気がでますよと言う事で、皆さんにお配りした資料にありますように、基本的には太りすぎ、特に内臓脂肪による太りすぎが根源であるという事が最近のデータで解ってきました。

内臓脂肪を作り出す脂肪細胞からアディポネクチンと言うホルモンの一種が分泌され、狭心症とか糖尿病などを抑えているが、内臓脂肪が溜まると、アディポネクチンが分泌されなくなると結果として今言ったような病気を引き起こすようです。



米山・財団各表彰者



今月・来月のプログラム

- 12月6日(水) クラブ年次総会
- 12月13日(水) ゲストスピーチ 福島消防本部
夜間理事会 18時～(おりおり)
- 12月20日(水) 家族忘年会
18時～(サンパレス福島)
- 12月27日(水) 休会

担当者 鈴木 光一