



Sabae Rotary Club

R | 第2650地区 2019-2020年度 鯖江ロータリークラブ

2019-20年度 国際ロータリーテーマ

2019-20年度 第2650地区スローガン

ロータリーは
世界をつなぐ



伝統と革新
世界はひとつ



鯖江ロータリークラブ会長方針

心で繋がろう

会長 清水 康弘

第2908回
9/6(金)

9月第1例会

点鐘:12:30

テーマ **健康診断**

会員卓話 **馬場 一彦 会員**

第2909回
9/13(金)

9月第2例会

点鐘:18:30

会場:神明苑ビアガーデン

夜間納涼例会

第2910回
9/20(金)

9月第3例会

点鐘:12:30

テーマ 「SDGsと鯖江市の取り組みについて」

めがねのまちさばえ戦略課
卓話 **仲倉 由紀 様**

4つのテスト

- 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

出席率70.7%

9/6(金)
第2908回
例会報告

注:9月13日の夜間納涼例会送迎バスは
17:30商工会議所出発です

鯖江商工会議所3階中ホール

開 会 点 鐘	会 長 の 時 間
四 つ の テ ス ト	幹 事 報 告 等
国 歌 斉 唱	プ ロ グ ラ ム
ロ - タ リ - ソ ン グ	閉 会 点 鐘

ロータリーソング



「それでこそ ロータリー」
幸道 森市 ソング副委員長

ソングの歌詞「めくり」が新しく
なりました。なんと、1枚ずつデザ
インが違います。



委員会報告

大橋 良史 社会奉仕委員長



9月22日(日)の防災についての講演会、「鯖江RC創立60周年記念講演」のチラシ・ポスターが出来上がりました。皆様のご参加・ご協力・来場者確保をどうかよろしくお願ひします。

皆様にお配りする封筒に、チラシ5枚と参加者名簿を入れています。是非とも当日参加いただけますようお願いをいただき、名簿を事務局にFAX頂きますようお願いをいたします。60周年事業が成功しますように、皆様のご協力をお願いします。

大島 恒彦 親睦委員長



今ほど幹事よりお知らせいただいた通り、9月13日に神明苑に於いて夜間例会を行います。当日ビアガーデンを使いますので、軽装で結構です。商工会議所前からバスが午後5時30分に出発いたしますので、10名の乗られる方は、間に合うようお越しください。直接行かれる方は、午後6時30分点鐘に間に合うようお越しください。会員34名、アクト2名出席予定です。会費無料、お風呂に入る方は各自でお願いします。

幹事報告

酒井 雅憲 幹事

来週9月13日の例会は、神明苑で18:30からです。商工会議所前から17:30にバスを用意しています。

9月22日の60周年事業には、会社の社員の皆さんに出席いただけるよう、ご協力をお願いします。

結婚祝



大橋 良史 会員
岡本 圭子 会員
野呂 和夫 会員
榊原 広輝 会員
川手 博明 会員

誕生日祝



大島 恒彦 会員
森屋 亮 会員

勤続表彰



榊原 広輝 会員
齋藤 多久馬 会員

福井県内RC例会日

無印:12:30-開始

K:18:30-開始

L:19:00-開始

月曜日	福井東RC(AOSSA)	若狭RC(竹野やまね・7-12月7日〜7/26)	木曜日	福井RC(ユアーズホテル福井)	金曜日	福井あじさいRC(新井バ・ヴェルカ)
火曜日	福井南RC(福井織協ビル)	水曜日	福井北RC(サ・グランア・ズ)	L	福井水仙RC(福井パレスホテル)	福井西RC(バ・ド・グランド・ヴェルカ)
K	福井マニカスRC(サ・グランア・ズ)	K	丸岡RC(丸岡城のまちふじ)		武生府中RC(越前たけふ農協会館)	三国RC(三国観光ホテル)
	勝山RC(勝山市民活動センター)		大野RC(大野商工会議所会館)		L	敦賀西RC(ニューサンピア敦賀)
	武生RC(武生商工会館)		敦賀RC(福井銀行敦賀支店)			

会員
卓話

馬場 一彦 会員

テーマ 「健康診断」



美人看護師による 「健康診断」

血圧測定・採血・尿検査
を行いました。
後日、検査結果が分かり次第
個別に診察があるそうです。



卓話者 馬場 一彦 会員 テーマ 「健康診断」

本日は、採血を主体に健診を行いました。
ご参加ありがとうございます。今日の卓話は
健康診断についてお話しします。

生まれてから健康診断を受けたことのない人はいないと思います。生後9か月から健診が始まります。乳幼児健診は1歳6か月児、3歳児健診があります。保育園では年2回、小学校に上がると年1回の健診が中高校、大学まで続いています。社会人になると、会社員の場合は健康診断が義務付けられていますが、自営業の方は自分で役所が行う健診か、病院がおこなっている人間ドック等を利用するようになります。自営業の方には、長年健診を受けていない方がみうけられます。

私は乳幼児3歳児、保育園、小学校の健診に行っています。3歳児健診は保護者が同伴し、始めに子供の名前、年齢の質問をしますが、本人が元気よく答える子、何も話さない子、親御さんが答えてくれるなどのパターンがあります。初めて見る私をお子さんがどのように感じているのか、おそらくは、気持ち悪い爺と見えているのではと思っています。“終わりです”と言うとどの子も元気よく部屋を出ていきます。最近では少子化の影響もあり、1回の健診で数年前だと35人くらいでしたが、今は25~30人くらいになっています。保育園では健診を年2回おこなうことが義務づけられています。私が健診を依頼されている保育園は公立と私立があり、公立は50人前後、私立は190人前後園児がいます。3歳未満のお子さんは泣く子が多く、一人泣き始める

と連鎖的に広がり、合唱になってしまいます。年長くらいになると“お願いします”“ありがとうございました”と元気な声が聞かれます。園児は口を診られることを嫌がる子が多いです。以前口を診た時に吐いた子がいて、昼食後なので食べたものを吐いて被害をこうむったことがあります。

小学校健診は、1年生から6年生では体の大きさにかかなりの差があり、3年生以上になると男女別に健診がおこないます。最近では運動器検査がおこなわれています。こどもロコモと言われ、朝礼で立ってられない、よくこける、雑巾がけができない、倒立ができない、倒立する子を支えられない、ボール投げができない、転んだ時に手をつけずに顔面を打ってしまう、足がすぐにつつまってしまう、授業中最後までじっと座ってられない等の症状があります。柔軟性の低下、姿勢変化、筋力低下、バランス能力低下が原因と考えられています。反対に運動のし過ぎによるスポーツ障害も指摘されています。運動不足による体力運動能力低下、運動しすぎによるスポーツ障害の二極化しています。

大学病院に勤務していた時には、色々な所から健康診断の依頼がありました。中高一貫校の健診は2000人ほどの生徒を10人でおこない、中1から高3まで体の大きさの違いにビックリしたものです。率先して行きたくなる健診がありました。それは、航空会社の女性乗務員の健診です。その健診の話がくるとすぐに行く医師が決まっていた。航空会社の健診に行った医師の話では、今ではセクハラと言われるような状態での健診風景だったそうです。こどもロコモの状態は、60代以上の人にあてはまる点が多く、骨や筋肉量は20~30代がピークです。骨や筋肉は適度な運動で刺激を与え、適切な栄養を摂ることで維持されます。骨や筋肉では40~50代で身体の衰えを感じ、60代以降は思うように動けない体になってしまいます。筋肉、骨に運動や生活で適正な負荷をかけることが必要です。本日の健診では生活習慣が関わることでおこる異常をチェックし、習慣を改めることで長持ちさせることが目的になります。生活習慣の改善をしてもよくならない場合はクスリのお世話になることとなります。会員の健康向上になれば幸いです。



ここにBOX報告

- 馬場 一彦 会員 卓話をさせていただきます
- 窪田 健一 会員 健康診断をうけ
- 岩尾 顕治 会員 //
- 野中 敏昭 会員 卓話を楽しみに 健康診断を受けて
- 西尾 俊一 会員 卓話を楽しみに
- 佐野 直美 会員 馬場先生のお顔拝見でき午後皆さん元気一杯働けることでしよう
- 野呂 和夫 会員 結婚祝いをいただいて
- 大橋 良史 会員 結婚祝い頂いて 9月22日の講演会ご参加ご協力をお願いします
- 岡本 圭子 会員 結婚祝いをいただいて 馬場会員の卓話を楽しみに
- 大島 恒彦 会員 誕生日を頂いて
- 神原 広輝 会員 勤続表彰を頂いて
- 梅田 吉臣 会員 残暑厳しいですがお休いたわりましょう

会長の時間

会員名簿(含む事務局員)

姓	名	姓	名	NO.	姓	NO.	姓
	明		森市	1	土井	24	森屋
	えみ子		政直	2	園	25	深見
	一彦		泰和	3	岡本	26	清水
	英彦		直美	4	笠原	27	西尾
	雅彦		博明	5	岩尾	28	川手
	義勝		敏昭	6	佛山	29	川上
	吉田		敏夫	7	吉田	30	増永
	圭子		芳則	8	橋本	31	大久保
	健一		邦旺	9	窪田	32	大橋
	顕治		明朗	10	桑原	33	大島
	幸雄		優喜	11	孝久	34	瀬ヶ花
	広輝		友美	12	幸道	35	瀬谷
	康弘		洋治	13	黒田	36	田村
	康夫		隆充	14	佐野	37	馬場
	恒彦		竜也	15	橋原	38	梅田
	治宏		恭	16	笹尾	39	武内
	秀晃		良史	17	酒井	40	牧野
	重之		和夫	18	酒井	41	堀江
	俊一		衛	19	酒井	42	木村
	俊博		梨津子	20	小山	43	野中
	俊明		多久馬	21	小部	44	野呂
	昌敬			22	小淵	45	齋藤
	昌示			23	松村		

食事中に「会員名簿」と書かれた用紙がくばられ、左側にあいうえお順に名前が記され、右側にはNO.と姓がランダムに書いてありました。どうも、左の名前に右の姓の番号を繋げるということらしいです。皆さん、姓と名を正しく繋げられましたでしょうか?このゲームは会長の時間に替えさせていただきます。