



31 創立 1984.7.10 / 認証 1984.8.6 国際ロータリー第2660地区 大阪鶴見ロータリークラブ会報

事務所：〒534-0026 大阪市都島区網島町9番10号 大閘園内
電話：06-6357-8171 ファックス：06-6357-8011
例会日：毎週火曜日 12時30分 / 例会場：大閘園
会長：水間 頼孝 / 幹事：井上 修一 / SAA：山本 隆一
電子メール：rcosatrm@cf.mbn.or.jp
ホームページ：http://rc-osaka-tsurumi.jp/



本日の例会

〈第1434回〉 2014年7月29日(火) 本年度第5回

卓話

会員増強について

担当：菊井会員増強委員長

■ロータリーソング
我らの生業

■ランチタイムミュージック

次回の例会

8月5日(火)

次回卓話

30周年記念事業
若者のパスセッションに向けての原 丈人氏のメッセージ

担当：30周年実行委員会
菊井企画総務部会長

前回の報告

会長インフォメーション <PRESIDENT INFORMATION>

会長：水間頼孝

今日の会長インフォメーションは当然オールスターゲームでの藤浪と大谷の話だと思っているでしょうが、残念ながら今日は私にとって一番苦手である法律の話をしよと思ひます。

皆さんもテレビ、新聞で関心を持たれたことと思ひますが、先週の木曜日、最高裁判所は法律上の規定によって父子とされる父親と生物学上の父親のどちらを法律上の父親と認めるかについて、判断を下しました。民法は、妻が婚姻中に妊娠した子供は夫の子供と推定すると規定しています。但し、夫婦が長年別居していて夫の子供が生まれる筈がないというときにはもともとこの規定を適用しないということになっていますが、そうでない限り、この推定規定は適用されます。そしてこの推定を破ることができるのは、自分の子供ではないと主張する夫だけで、それも子供が生まれたことを知ってから1年以内に訴訟を起こさないといけません。ですから、夫以外の誰も父子の親子関係を否定で

きないのです。

このような法律関係の下、最高裁はこの推定規定は父子関係の早期確立という子供の身分の法的安定性を保つためのものであり、たとえ生物学上の父親の存在が明白でも、法律上の父親は法律の規定によって推定された父親だと判断したわけですね。法律上の父親と生物学上の父親の違いは、親権、養育監護権、扶養義務、相続などに出てきます。とても難しい問題で、5名の裁判官のうち2名の裁判官が反対意見を述べました。ですから、将来また判例変更がなされる可能性もあります。

そこで、私はこうすればいいのではないかと考えました。即ち、法律上の父親を一人とするから難しいので、法律の規定による父親も生物学上の父親も、二人とも法律上の父親で、親権、養育監護権は子供が育ってきた事情の下、家庭裁判所が決めればいいのです。いやあ、我ながら天晴れというところですが、そうするためには生物学上の父親を法律上の父親とする立法措置が必要で、これがまた難しいかもしれません。皆さんは如何にお考えでしょうか。

—ロータリーに輝きを—

大阪鶴見ロータリークラブテーマ「全会員の力で30周年記念事業を成功させよう」

幹事報告

幹事:井上修一

- 7月22日(火) クラブフォーラム (社会奉仕部門)
26日(土) クラブ米山委員長会議・カウンセラー
研修会 発米山委員長出席
第1回クラブ広報委員長会議
秀島広報委員長出席
29日(火) 30周年実行委員会

- *国際大会(ブラジル サンパウロ)の日程を6月6日～9日に変更することが決定されました。(1日前倒し)
- *GSE振り返りの集いの開催は9月6日(土)16:00シテイプラザ大阪にて行われます。参加ご希望の方は事務局までお申し込みください。
- *7月18日(金)水間会長と親クラブの大阪城東RCに表敬訪問し、30周年記念事業の案内をしまりました。

出席・親睦委員会

委員長:中嶋英貴

新入会員歓迎会のご案内

濃添会員、高木会員の歓迎会を下記の通り盛大に催します。多数ご参加をお待ちしております。

日時: 8月5日(火) 午後6時30分より

場所: アサヒスーパードライ梅田

大阪市北区西天満4-15-10

ニッセイ同和損保フェニックスタワーB1F

TEL: 050-5797-0212

会費: 7,000円

- *当日のキャンセルは返金できませんので、ご了承お願い致します。

コーラス同好会

部長:山崎修一

練習日のお知らせ

8月5日(火) 午前11時よりエメラルドルーム

8月19日(火) //

ご予約くださいますようお願い致します。

クラブフォーラム報告 社会奉仕委員長:鳥居和久

議題 9月7日(日)の鶴見区民祭りにおいて、昨年好評だったホットケーキとジュースの販売を行うに当たって、下記の3点について主に議論した。

1. 衛生面について

- *昨年同様に、手洗いマニュアルを作り、特に、調理係を交代する時に、手洗いを行ったかを厳しくチェックし、手洗いを行っていない者が、食材に触れないようにする。
- *ホットケーキの材料を混ぜる担当は、衛生帽子(使い捨ての紙製)、ディスポの手袋を着用すると良い(髪の毛が混入していた問題解決のため)。
- *昨年、ジュースの冷却タンクから取り出しに使用していた網が早々に折れ、手を突っ込んで取り出していたため、タンク内の水が汚れてしまったので、その対策が必要。
- *食物アレルギーの表記

2. 行列回避のための生産性の向上について

- *ホットケーキの生産性を上げるには、小さく薄く焼くのがベストであるが販売するにはあまり小さくても問題である。昨年と同様の大きさで焼き、焼け具合をしっかりとチェックし生焼けのないように注意すること。
- *ホットプレートの台数を増やすことである程度解消されると思う。(昨年は4台であったが今年は5台を予定している)

3. 参加者についての検討

- *横堤中学の生徒
- *日本語学校の生徒
- *ローテックス
- *交換学生

に案内を出す。

交換学生については、昨年、時期的に参加が困難であるとの意見を頂戴したので、案内は出すが、無理に参加は求めない。

4. その他

- *募金活動については、東日本大震災支援の募金活動は実施し、アーモンドの森づくりの募金活動は実施しない。(アーモンドの森づくり募金方法、内容等が決まっていないため)
- *鶴見区政40周年と重なり今年はイベント業者が入る予定である。そのためかなりの集客が望める。(大草会員が区政40周年の実行委員である。)
- *熱中症対策(昨年度は雨で気温が低かったため、テント内の温度がそれほど暑くならなかった。)

さつまいも除草報告

担当:佐藤俊一

7月19日に鶴見緑地のサツマイモを植えたところの除草に行きました。

イモの苗もそだっていますが、雑草も増えてきて担当当番の家族が暑いなかの除草作業をしました。

次回は8月23日(土)です。どなたか出席してください。



😊 NIKONIKO箱 😊

¥9,000.- 累計 ¥139,000.-

- 鳥居会員 本日卓話担当です。フォーラムもありますので、宜しくお願いします。
- 高木会員 先週は卓話のお時間を頂き、有難うございました。今後共何卒宜しくお願い致します。
- 中村会員 高木さんの入会を歓迎致します。仲良くして下さい!先週ホームクラブ欠席のお詫び。

卓話

動脈硬化とアンチエイジング治療

堂島ライフケアクリニック 佐藤守仁

担当: 鳥居会員



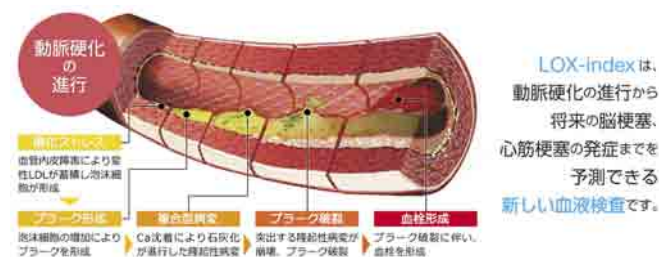
脳梗塞や心筋梗塞は、動脈硬化が進行して血管の内腔が狭くなり、やがて血流が途絶えて臓器が死んでしまう病気です。つまり、動脈硬化症という病気の終着駅ともいえます。ひとたび脳梗塞や心筋梗塞が発症すると、本人ばかりか、まわりの方達にも影響が及んでしまいます。場合によっては御本人の命に関わる事にもなるでしょう。動脈硬化そのものは、ほとんど無症状なので中々進行に気付かないのが普通です。では、脳梗塞や心筋梗塞は、それらが発症するまで座して待つしかないのでしょうか。動脈硬化の進行を予防することや、或いは硬くなった血管を、若い頃のように柔らかくしなやかにすることはできないのでしょうか。大丈夫です。世界を見渡すと有効な治療法が存在するので。それが、キレーション治療です。

動脈効果は、血管壁に酸化したコレステロール、即ち変性LDLコレステロールが、血管壁の受容体であるLOX-1に捉えられて、血管壁に沈着する事で始まります。血管内腔は狭くなり、やがて、カルシウムも血管壁に沈着して、かちかちの動脈ができあがります。コレステロールによるプラークぐらいであれば、食事や運動などの生活習慣を改善することで改善しますが、カルシウム沈着してかちかちになってしまうとなかなか元には戻りません。一端進行すると元には戻りにくいので、それ故予防の大切さが云われているのですが、自覚症状がないので予防の仕様がないうのです。

では、動脈硬化症を進行させないためには、どのような事に気をつければよいのでしょうか。まず1番目は、危険因子をコントロールする事。動脈硬化の古典的危険因子は、高血圧、糖尿病、脂質異常症、喫煙、の4つでこれらがある場合には、まずきちんとコントロールしましょう。ほかに肥満や尿酸値などです。まずこれらの危険因子が存在する場合は、これらをきちんとコントロールしましょう。血圧が高い事によりさらに動脈硬化は進行します。そして2番目に食事、関西では「お・さ・か・な・す・き・や・ねん」のゴロに合わせて、「お」：お茶とくに緑茶の成分のカテキン、「さ」：いわし、あじなどの背の青い魚に多く含まれるω-3系脂肪酸、「か」：海藻（昆布やわかめ）に含まれるアルギン酸、「な」：納豆に含まれるナット-キナーゼ、「す」：酢に含まれるクエン酸など、「き」：きのこに含まれるβグルカン、「や」：野菜に含まれるβカロテンなどのポリフェノール、「ねん」：タマネギ、ニンニクに多く含まれるアリシン、などの栄養素に注目し、適切なカロリーで肥満を予防しましょう。3番目は運動。おすすめは早歩き、自転車(ゆっくりと)、水泳(ゆっくりと)、など有酸素運動をしっかりと取り入れて下さい。予防の最後はカルシウム摂取について。

現代の日本人はカルシウムが不足しがちです。摂取カルシウムが少ないと、骨からカルシウムが溶け出して、血管や関節などの軟部組織に逆にカルシウム沈着が増え、動脈硬化が起こる現象がみられます。カルシウムパラドックスといえます。カルシウムが動脈の壁に沈着しているのであればカルシウム摂取を控えた方がよいのかと勘違いしますが、逆です。カルシウムは毎日しっかりと取りましょう。骨粗鬆症の方に動脈石灰化による心筋梗塞が多く見られる事はよく知られています。ただし取りすぎは禁物です。何事もほどほどにです。

では、動脈硬化が進行しているかどうか、あるいは脳梗塞や心筋梗塞を発症する可能性はどうか、どの様にして知る事ができるのでしょうか。当院では2つの方法があります。1つは四肢の血圧から動脈のしなやかさを測定する「CAVI」、さらには、血液検査で5年から10年さきの脳梗塞・心筋梗塞の発症リスクを予測する、「LOXindex」を用いて検査します。あわせて血液検査にて、一般内科的な見方ではなく、分子栄養学的により詳しく健康状態や栄養状態を評価致します。



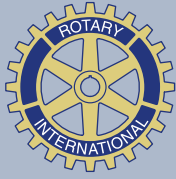
この検査で動脈硬化が見つかった場合はどうしたらよいでしょう。保険診療では、先ほど説明した予防法しかありませんが、硬い血管をより積極的に、柔らかくしなやかな血管に戻す治療法が、当院で行われているキレーション治療です。キレート剤をビタミンやミネラルと共に点滴で体内に投与して、血管壁に沈着した余分なカルシウムを、骨や尿中に移動させます。これにより血管はしなやかになって血流が増え、酸素や栄養、熱が末梢組織に運ばれるようになります。細胞から身体が若返る事ができます。動脈硬化の程度にもよりますが、週1回から2回のペースで合計10回から20回の点滴で効果が現れます。動脈硬化による高血圧で降圧剤を服用されている方であれば、お薬が必要なくなります。何よりも、身体が元気になって行く事を体感していただけるでしょう。

日本では行われていないですが、世界を見回すと素晴らしいアンチエイジング治療がまだまだたくさんあります。当然保険診療というわけには行きませんが、そのような効果的な抗加齢的治療で、病気の予防や治療で皆様のお役に立てるかと思っております。

くわしくはHP: www.dojimalife.com または www.dojimalife.net をごらんください。

前回の出席報告		(7月22日 1433例会)	
会員数	31名	ビジター	1名
(内出席規定免除 7名)		ゲスト	2名
出席会員	24名中 19名	出席総数	26名
出席免除会員	7名中 4名	前回 7/8 M/U	2名
出席率	23/28 82.14%	修正出席率	80.00%

担当: 秀島会員



www.rotary.info

ROTARY

121万の
ボランティア会員
世界200カ国

ロータリーソング

四のテスト

言行はこれに照らしてから

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

R-O-T-A-R-Y

R-O-T-A-R-Y,
That spells ROTARY,
R-O-T-A-R-Y is known on Land and Sea.
From North to South, from East to West
They profit most, Who serve the Best
R-O-T-A-R-Y,
That spells ROTARY

奉仕の理想

奉仕の理想に集いし友よ
御国に捧げん我等の業
望むは世界の久遠の平和
めぐる歯車いや輝きて
永遠に栄えよ 我等のロータリー

我らの生業

我等の生業さまざまなれど
集いて図る心は一つ
求むるところは平和親睦
力むるところは向上奉仕
おゝロータリアン 我等の集い

限りなき道ロータリー

奉仕の理想 胸に秘め
友情花と咲かせつつ
生きよう今日も ニコニコと
一筋の道 ロータリー
限りなき道 ロータリー

それでこそロータリー

どこで合っても やあと言おうよ
見つけた時にゃ おいと呼ぼうよ
遠い時には 手を振り合おうよ
それでこそ ローローロータリー

町に灯(ともしび)を

出会いの挨拶してごらん
並木さらさら葉から葉へ
人にやさしい町の風
ロータリー ロータリー
廻って 守れ 風車になって
地球がきれいな息をする

われらがロータリー

「聞こえるかい 熱い心の高鳴りが」
夢を世代に受け継いで
今日も明日もその先も
胸いっぱい友情深め
肩組んで 謳おう
われらが ロータリー