



第 1705 回例会

平成 24 年 5 月 28 日(月)

12:30~ 海南商工会議所 4F

1. 開会点鐘

2. ロータリーソング 「手に手つないで」

3. 出席報告

会員総数 59 名 出席者数 43 名
出席率 72.88% 前回修正出席率 76.27%

4. 会長スピーチ

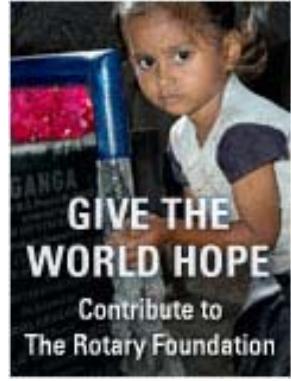


会長 田村 健治 君
先週、親しい友人と、三重県の伊勢・志摩に一泊旅行をしてきました。夕食の量は決して少なくなかったと思いますが、夜遅く、外出までしてラーメンを食べに行った人達がいました。

お酒を飲まれる方は誰しも経験があるとは思いますが、一杯飲んだあとに食べるラーメンの美味しさ！ラーメンに限らず、飲み屋で最後にシメとして食べるおにぎりや雑炊も美味しいですね。アルコールを摂取すると、肝臓はアルコールの解毒・分解作業に入ります。肝臓は糖の貯蔵庫でもあり、寝ている間や食事を摂っていない時に糖を体に分配する役目を担っているのですが、アルコールが入ってくると肝臓は解毒作業に追われてしまい、糖の分配ができなくなってしまいます。食べ物を食べても、通常より体内に行き渡る糖が少なめとなり、低血糖状態になることで「空腹→もっと糖(炭水化物)を摂取せよ」というシグナルが脳に伝わり「ラーメン食べたい…」となるわけです。

低血糖状態になると、一般的に空腹感やあくびが生じ、そののち眠気、無気力感、倦怠感を覚えるようになります。しかしながら一方で、「イライラ」を感じやすくなりキレやすくなるといった一面もあり、近年、“キレやすい子ども”が学級崩壊を引き起こし、社会問題にもなっていますが、この現象には子ども達の食生

活の変化が全く無関係でもないように思われます。昨今では朝食を全く摂らずに登校する子どもが昔より増えているそうです。そうなると低血糖状態で登校することになりますから、集中力の低下や無気力、さらには“キレる”行為を引き起こしている可能性も多いと言えます。



歴史に名を遺した人物、例えば平安時代に権力を握った藤原道長の日記には、晩年に視力が落ちたという記述があり、糖尿病の症状ではないかと言われています。同じく、戦国武将の織田信長も、その症状である手足のしびれや関節の痛みを感じ、年を追うごとに症状が増していたそうです。比叡山の焼き討ちに代表されるような残虐な行為を重ねていったことはご存じのとおりですが、その中で、冷静かつ平和な政治的判断ができなかつた可能性も否めません。

ビールが美味しいこの季節、美食・大食が原因となり、糖尿病や高脂血症など、メタボリック症候群が発症する可能性は多いと思われますので、改めて普段の食生活を見つめ直してみると良いかも知れません。最後に、次の一言を覚えてください。「朝日晚、規則正しくきっちり 3 食、腹八分目に医者要らず」です。

5. 幹事報告

幹事 山畠 弥生 君

○例会臨時変更のお知らせ

和歌山中 RC 6月 1 日 (金) → 6月 1 日 (金)
19:00~ ルミエール華月殿
6月 29 日 (金) → 6月 30 日 (土)
18:00~ マリーナシティ ヨットクラブ
(最終家族例会)

和歌山西 RC 6月 27 日 (水) → 6月 27 日 (水)
18:00~ 和歌山市加太「あたらし屋」
(最終家族例会)

和歌山東南 RC 6月 27 日 (水) → 6月 29 日 (金)
18:30~ ルミエール華月殿

○ 6 月のロータリーレート

1 \$ = 80 円

四つのテスト 言行はこれにてらしてから

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



事務所 〒642-0002 海南市日方 1294(海南商工会議所内)

電話(073)483-0801 FAX(073)483-2266

会長：田村 健治 幹事：山畠 弥生 SAA：岩井 克次

6. 研修委員会

4月中に10組に分かれてIDM形式で開催いただきました研修会について、当初、発表を考えていましたが、本日は、再度同じメンバーで座っていただき、簡単な設問用紙を用意いたしましたので、ご記入いただきたいと思います。

ロータリーのことについて、できるだけ理解を示していただき、今後の会の運営、活動に役立てていただけますようお願いします。

委員長 山名 正一 君



8. 閉会点鐘

次回例会

第1706回例会 平成24年6月4日(月)

18:30~ 海南商工会議所 4F

夜間例会 お誕生日、結婚記念のお祝い

ゲスト インドのご夫妻

グルミット様 プリート・シン様



国際ロータリー ニュース

蚊帳を届けるため道なき道を行く

パプアニューギニアの人々にマラリアから身を守る蚊帳を提供するため、米国ジョージア州で内科医を務めるロータリアン、マイケル W. フェルツさんは、獅子奮迅の活躍をしてきました。

1980年代

後半、医療支援のため、家族と共にパプアニューギニアに数年間滞在したことがあるフェルツさん。当時は、



マラリアが蔓延し、深刻な病が頻繁に発生していたそうです。1997年には、マラリア対策に取り組むロータリアンの団体「RAM-PNG」が同国で設立され、殺虫加工のされた蚊帳の配布が開始されました。これにより、蚊を寄せ付けないだけでなく、撃退する事が可能になりました。

昨年5月、フェルツさんと地元の友人であるアンドリュー・パインさんは、RAM-PNGの協力と、自身が所属するオーガスター・ウェスト・ロータリー・クラブからの支援を受け、同国山間部の村に900張の蚊帳を提供する活動に取り組みました。

岩石と陥没だらけの道なき道を進み、ついには、先に進むことができなくなってしまいました。「底冷えのする暗い山奥で、完全に動きが取れなくなった」と、その時の状況を振り返るフェルツさん。蚊帳が入った50kgほどの箱を抱えて、ぬかるみの中を徒步で行くことも不可能でした。そこで、パインさんは、近隣小学校の校長であるリューク・ウェンビさんと連絡を取りました。夜が明けると、はだしで元気に歩いてきた小学生80名が救援に駆けつけ、手分けして蚊帳を運んでくれました。「子どもたちは、蚊帳を担いで坂道を上り、峠を越え、伸びきった草をかき分け、谷を下り、泥道を歩き進み、2時間かけて運んでくれました」12月、村からついにマラリアがなくなったとの知らせがフェルツさんに届きました。