



奉仕を通じて 平和を

Peace Through Service



国際ロータリー第2660地区 ■ 吹田江坂ロータリークラブ

# SUITA ESAKA ROTARY CLUB

## CLUB WEEKLY BULLETIN

創立年月日 / 1990.2.27  
事務所 / 〒564-0063 吹田市江坂町1丁目23番101号(大同生命江坂ビル12F)  
TEL06(6821)0222 FAX06(6821)0206 E-mail:esaka-rc@lake.ocn.ne.jp

例会場 / 新大阪江坂 東急イン・3F 〒564-0051 吹田市豊津町9番6号 TEL06(6338)0109 例会日 / 毎週火曜日 12:30~13:30  
会長: 寺井正昭 幹事: 成松重人 会報委員長: 田中弘

### 2013年4月2日 第1084回例会(第1083号)

#### ○○ 本日の例会 ○○

今週の歌 「君が代・我等の生業」

卓話 「在阪43年！」

八橋志夫会員

前回〔3月26日〕例会記録

#### 来客

西村元秀君(吹田西)

#### 会長の時間

寺井会長

先週はネコの話をしましたので、今日は犬の話をしたいと思います。我が家ではいま2匹の犬を飼っています。2匹とも野良犬あがりの雑種です。1匹は家の周りを4~5日うろうろしており、家内が見かねて家に引き入れました。しばらく飼い主を探しましたが、首輪もなく、フィラリアという病気にかかるていましたので、多分野良犬だと思われます。もう1匹は、家の近くの淀川河川敷で捨て犬同士の間に生まれた、紛れもない野良犬です。この犬はかわいそうな子でして、私たちが保護した時は生まれて2年程経っていました。野良犬時代に虐められたのか、極端な人間不信に陥っており、我が家に来て3年程になりますが、いまだにリードを付けての外への散歩が出来ない状態が続いています。なんとか普通の状態にしてやろうと思い、犬の訓練士とかに相談しましたが、幼い時に受けた恐怖心は成犬にな

#### 出席報告

吉野委員

##### 【3月26日】

在籍会員 36名 (内出席規定適用免除者 10名)  
出席会員 30名 (内出席規定適用免除者 6名)  
ホームクラブ出席率 93.75%

3月5日のMUを含む出席率 93.75%

#### ○○ 次回例会のお知らせ(4月9日) ○○

卓話 「100年企業の特徴」

西山俊明会員

つてしまってからでは取り除くことは難しいとのことでした。嫌がることは避け、気長く付き合ってやって下さいとのことでした。今は、敷地内で放し飼いにし自由にさせてあります。やっと手渡しのおやつも食べるようになり、我々とはスキンシップも出来るようになりましたが、他の人が来れば隠れてしまいます。

最近は、街中での野良犬は少なくなりましたが、飼い主が河川敷等に捨てていき野良犬になるケースがよくあります。また、ブリーダーが商売用に飼っていて、商売がうまくいかずに行き詰まり放置するケースも時折見かけます。先日新聞に出ておりましたが、昨年和泉市で、元ブリーダーが160匹の犬に十分な餌や水を与えず放置しているのが発覚しました。あばら骨が浮き出るほどやせ細り、皮膚病にかかった犬も多かったようですが、衰弱した犬の治療に府内の95動物病院が無償で協力し、そのうち140匹の犬が元気を取り戻し、里親を捜しているとのことです。久し振りに聞く良いお話をしました。

#### 関西大学RAC例会出席担当

Eグループ 新井、北村(雅)、延、北村(康)、  
成松、寺井、内田各会員

4月8日(月)・22日(月)

会場: 関西大学千里山キャンパス  
中央体育館 図書資料室

時間: 19:00~20:00

## ニコニコ箱

新井会員 早退申し訳ございません！  
延 会員 先週おかげ様で東京無事終わりました。更にがんばります。  
榎谷会員 今日の卓話よろしく。  
芳賀会員 早退します。  
橋本会員 欠席のおわび。  
北村(雅)会員 娘の結婚が決まりました。やれやれです。  
北村(康)会員 長い間ニコニコしてないのでします。  
田中(茂)会員 前回欠席のお詫びです。  
山崎会員 連続欠席のおわび。  
本日分 50,000円  
累計 1,061,000円

## 関西大学RAC第61回例会出席報告

### 田中(弘)会員

日時：3月25日(月) 19:00～20:00  
場所：関西大学千里山キャンパス  
中央体育館 図書資料室  
出席者：木元、田中(弘)  
他大学RACとの提携(友好クラブ)に向けて  
新入生獲得について  
4月8日(月)19:30～ 新入生歓迎コンバ

## 旅行同好会(3月12日・第1081回)

### 西本幹事

この度、かねてよりの会員皆様のご要望を受け「吹田江坂ロータリークラブ旅行同好会」を計画することに致しました。  
年間2回程度で旬の旅行を計画して行きたいと思います。第1回目は先日の卓話にもございました「出雲大社への旅」を別紙の旅程と下記の概要にて計画致しました。奮ってご参加賜りますようお願い致します。家族の参加も歓迎致します。

なお12名以上のご参加がない場合は中止させていただきます。

日時：平成25年6月1日(土)～2日(日)

場所：玉造温泉 ホテル玉泉

島根県松江市玉湯町玉造53-2

TEL 0852-62-0021

費用：1人 45,000円～55,000円程度

参加人数により変わります(宴会費込、相部屋)

旅程：別紙

## 卓話

### 「寿命と生活習慣病」 榎谷信彰会員

#### (1) 寿命

##### 平均寿命

##### 日本

女性 86.35歳…26年間世界1位 2位(1

位香港)

男性 79.59歳…4位 8位

女性 長野県 島根県 沖縄県 大阪40位

男性 長野県 滋賀県 福井県 大阪41位

最下位 男女共に青森県

##### 世界

##### 長寿

平成25年 女性115歳 大川サヲ(大阪(ギネス)) 男性115歳 木村次郎左衛門(京都)

過去 女性122歳5ヶ月(仏)、女性120歳8ヶ月 泉重千代(日本)

##### 寿命への影響

- ・30%遺伝 70%環境因子(生活習慣)
- ・テロメアDNA(生物学的時計) テロメラーゼ
- ・長寿遺伝子(サーチュイン) 腹八分目・ポリフェノール・運動
- ・活性酸素(フリーラジカル) エネルギー代謝の副産物、細胞の錆、過度な運動、紫外線、タバコ
- ・生活習慣病

#### (2) 生活習慣病

- ・生活習慣(食事、運動、ストレス、喫煙...)で影響を受ける疾患(糖尿病、高血圧、高脂血症等)  
共通点：肥満(内蔵脂肪)とインスリン抵抗性の増大

##### メタボリックシンドローム i+ii～ivの内2項目

- i) 腹囲 男性 85cm 女性 90cm
- ii) 高血圧 130mmHgかつ/又は 85mmHg
- iii) 空腹時血糖 110mg/dl
- iv) 脂質(中性脂肪 150mg/dlかつ/又は HDLコレステロール 40mg/dl)

##### 脂肪 - 生体内最大重量の内分泌器

- ・レプチン、アディポネクチン、その他蛋白質及び多くのホルモン分泌

(紙面の都合により次回につづく)