

THE WEEKLY NEWS OF FUTTSU-CHUO

人類に奉仕するロータリー
Rotary Serving Humanity



活動するロータリー
Rotary Acting

国際ロータリー会長 ジョン F. ジャーム 2016～2017 富津中央RC会長 榎本 守男
国際ロータリー 第 2790 地区 富津中央ロータリークラブ 創立:1966/10/13 加盟承認:1966/12/12
RI D2790 FUTTSU-CHUO ROTARY CLUB Organized : Oct./13/1966 Chartered : Dec./12/1966

No.2461 第15回例会 2016. 11. 17 晴

点 鐘：榎本 守男 会長
進 行：栗原 典子 副SAA
ソング：それでこそロータリー

会長挨拶

榎本 守男 会長



皆さん、こんにちは。お疲れ様でした。嵐のような5日間が過ぎました。

会員の皆さんには、1年前から50周年記念式典の開催に関しては、ご心配をおかけいたしました。

皆さんのご協力のおかげですべての行事を成功裡に終える事が出来ました。ありがとうございました。

まずは貴重な時間を使っていただき、そして気も使ってもらい3番目には知恵を出していただき4番目には財布のひもを緩めていただき、最後には体力の限界まで持てるパワーを搾り出していただきました。

若い嘉儀南区扶輪社の会員と最終日まで互角に盃を交わすことが出来たこと大変感謝いたします。

ゴルフも個々の実力以上を發揮していただき、スコアも互角であった事を付け加えて報告させていただきます。

式典・祝賀会の全体的な印象については、ご出席の皆様から「とても暖かな心に残る記念式典でした」「羨ましい」とのお褒めの言葉を頂きました。これも偏にこのクラブ入会歴の永い会員・新人の会員・女子会・家族・事務局員が一体となったおもてなしの心がお客様に伝わったのだと思います。

クラブ創立当初から育まれたおもてなしの心と信頼によって築かれた友情を次の世代に引き継ぐことが私達の使命であるとあらためて感じました。

最後に創立50周年記念事業の報告です。私と渡辺幹事・平野会計と3名で本日午前10時に富津市役所を訪問しました。まず式典で素晴らしい演奏をして頂いた大貫中学校ブラスバンド部に対するお礼を申し上げ、岡根教育長に中学校に対する教育振興金として金50万円をお渡ししてきました。

尚、本日の例会の予定は年間スケジュール通り三枝会員の卓話です。

続いて高橋実行委員長より50周年記念関係の決算報告と慰労会開催日についての意見集約があります。是非とも日程調整してご出席よろしく願います。

〒293-0043 富津市岩瀬 841-3
いち川旅館 Ichikawa ryokan
841-3 Iwase Futtsu-shi Chiba-ken,
Tel. 0439-65-0177 Fax. 0439-65-0178
URL <http://www.futtsuchuo-rotary.org>
Mail home@futtsuchuo-rotary.org



幹事報告

渡辺 哲夫 幹事



1. 2017-18年度地区主要行事日程のお知らせが来ております。(回覧)
2. 2016年規定審議会の最新情報が届いております。(回覧)
3. 2017年国際ロータリー年次大会(アトランタ大会)参加募集案内が来ております。参加希望される会員は幹事まで申込みをして下さい。(回覧)
4. 第4分区ガバナー補佐より、IMの運営、企画を進めるうえで、ホストクラブでガバナー補佐を委員長としたIM実行準備委員会設置のお願いが会長宛に来ております。メンバー5~7名、分区幹事を含めて協力したいと思いますので、よろしくお願い致します。榎本会長、石渡副会長、渡辺幹事、高橋会員、須藤分区幹事を指名し、次回の例会終了後、打合せを行います。
5. 木更津RCより例会変更のお知らせが来ております。(回覧)
日時 平成28年12月26日(月) 休会
理由 定款第6条第1節(c)項
6. 袖ヶ浦RCより例会変更のお知らせが来ております。(回覧)
時間の変更
日時 平成28年12月19日(月)点鐘18時
場所 レストラン菜心味袖ヶ浦店(例会場)
理由 家族親睦忘年会
休会
日時 平成28年12月26日(月)
理由 定款第6条第1節(c)項
7. 木更津RCより例会変更のお知らせが来ております。(回覧)

日時 平成28年12月22日(木)

理由 家族親睦夜間例会 点鐘18時30分

8. 上総RC・袖ヶ浦RCより、週報が届いております。(回覧)
9. 富津市長から50周年記念事業として、当クラブからの中学校教育振興として、寄付の受納と感謝のお礼が来ております。(回覧)

委員会報告

50周年記念事業関連の会計報告

高橋裕之 50周年記念事業実行委員長



高橋実行委員長より50周年記念事業にかかわる会計報告がありました。決算額はトータルとしては概ね予算の域をクリアし、大変順調な結果との報告でした。実行委員長として決算を完結し、皆さんの協力に感謝するとともに、大きな任務を終えた安堵の気持ちが伝わってきました。

卓話

中高年の健康

三枝 一雄 会員



三枝一雄会員は以下のレジュメに沿って、多くの会員にとって興味深い内容をわかりやすく話された。

1. 現代医療の動向

- ①延命治療から Well being(尊厳、利益、幸福)へ
- ②Cure から Care へ(地域包括ケアへ)
- ③大病院→中小病院→診療所→自宅(在宅ケア)
 - 老健・介護病床
 - 介護老人ホーム

* 富津市における医療と介護と福祉の連携の会

2. 予防医療へのシフト

健康寿命延長へ

(平均寿命) (健康寿命) (寝たきり)

男性 80.21 — 71.19 = 9.02年

女性 86.61 — 74.21 = 12.40年

3. フレイル(Frailty)について (Frailty :衰弱)

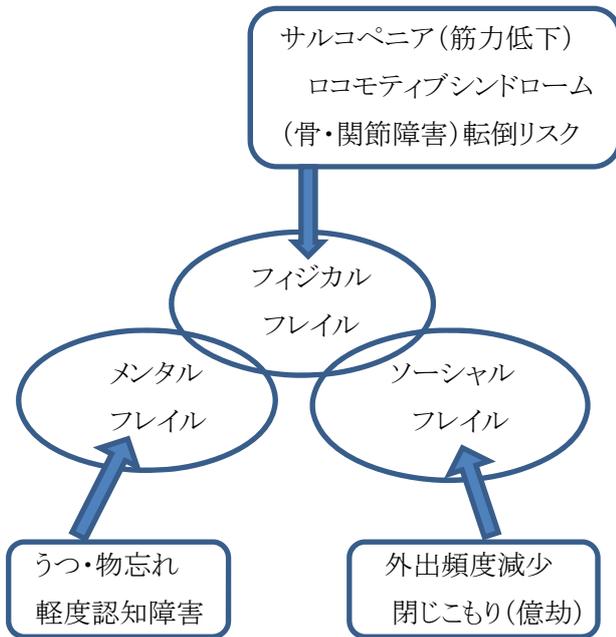
男性90才 自立約1割

75才を境に自立度低下 男性70%、女性88%

年を取って力が衰えた状態 要介護一歩手前

手当すれば戻る可能性

2014老年医学会が提唱



4. 中・壮年期から予防

- ①生活習慣病注意(レガシイがある)
- ②高齢期の老年症候群に備える

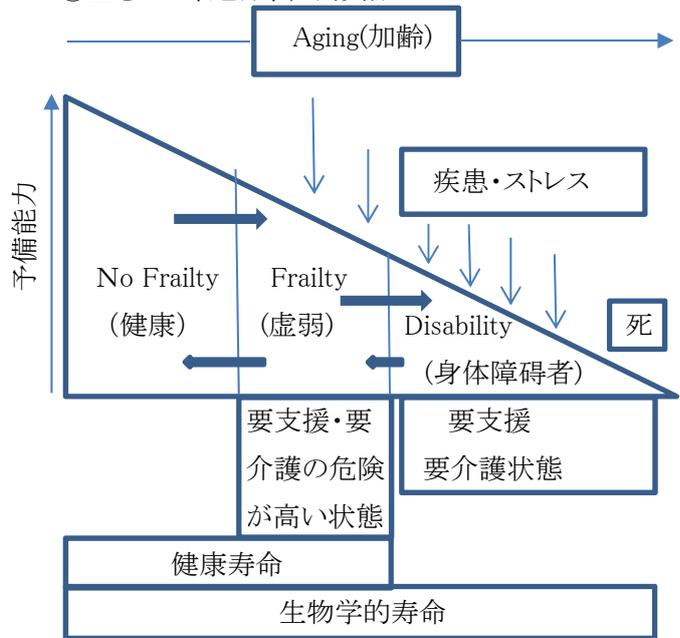
5. 健康寿命を延ばすには(介護を要しない)

- ①血管障害(脳卒中、心臓病) 4人に1人
- ②認知症 5人に1人
- ③高齢による衰弱(フレイル)

④骨折や関節疾患(ロコモティブシンドローム)

6. 生活習慣の改善

- ①禁煙
- ②食事管理
- ③体重管理
- ④身体活動(運動)
- ⑤節酒
- ⑥生きがい、趣味、社会貢献



フレイルの評価表

- 1. 体重が減少 2. 歩行速度が低下 3. 握力低下
 - 4. 疲れやすい 5. 身体の活動レベルが低下
- これら5つのうち3つ当てはまるとフレイルとみなされます。

*日本では記憶力の低下なども考慮した評価表を検討中

ニコニコBOX

原田雅式 親睦担当部長



* 田辺重機(塩山ロータリークラブ)

木更津RCのスポンサークラブのもと、1966年10月に RI 加盟承認以来、本日ここに、富津中央RC 創立50周年記念式典誠におめでとうございます。塩山より少ない人数ですがお祝いに参加させていただきました。

* 榎本守男 50周年記念無事終了。会員の皆様のご協力に感謝

* 三枝一雄 祝50周年、感謝長寿表彰

* 志波 克 実行部隊の皆様、ご苦労様でした。長寿者表彰に感謝。

高橋裕之 50周年プログラム通り滞りなく終了

鈴木 勉 中新さんに助けられ式典の司会の役を無事終えることができました。

大網庄一郎 記念式典で孫がお世話になりました。

須藤 隆 記念式典を終えて、関係者に敬意

渡辺哲夫 50周年記念式典お疲れさま

金子光晴 //

栗原典子 //

小野恒靖 //

白石幸久 //

* >1,000円 合計25,000円

出席報告

志波 克 出席担当部長



| 区分 | 会員数 | 出席 | 欠席 | MUp | 出席率 |
|-----|-------|----|----|-------|--------|
| 今回 | 31/29 | 16 | 10 | 13(3) | 100% |
| 前回 | 31/29 | 25 | 3 | 2(1) | 93.10% |
| 前々回 | 31/29 | 25 | 4 | | 86.21% |

括弧内は出席規定免除者の MUp 数

50周年記念式典写真

長寿表彰



嘉義南区扶輪社ダンスチーム+富津中央 RC 飛入



ロータリーソング・手に手つないで



嘉義南区扶輪社、塩山RC、富津中央RC

