

2023年 3 月 16 日 第2511回例会
3 月 第 3 例会

RIテーマ:IMAGINE ROTARY

「イマジン ローター」

本年度会長テーマ

「原点回帰－親睦と職業奉仕－」

「水 と 衛 生 月 間」

◆ 会長時間 ◆

新原会長



前回の創立記念夜間例会並びに懇親会では、多数の会員の皆様にご出席いただき、大変ありがたく存じます。54年目の第一歩を、明るく楽しく踏み出せたのではないかと思います。

設営に尽力いただきました管理運営部門担当 片山理事、親睦活動委員会 平原委員長をはじめ委員会の皆さんには大変お世話になりました。会長運営方針にも掲げていますように、親睦はロータリー活動の根幹であり、ロータリークラブの基礎となるものです。親睦を深めるためには、お互いに胸襟を開き、人間性を理解することによって深まるものだと思います。そのためには、飲食を伴う懇親会が重要な機会だとも思います。

また懇親会后に大変うれしい話がありました。それは、米山奨学生を修了したフエンさんから「広島西RCが大好きで、例会に来るのがとても楽しかった。できることなら今後も例会にお邪魔したいのだが無理でしょうか」という申し出を、カウンセラーを務めた米山奨学委員会 吉田(浩)委員長から受けたことです。奨学期間が終わると、奨学生は自動的に米山学友の身分を得ることができますし、学友をゲストとしてクラブ例会に招くことは、ロータリー章典でも推奨されています。こういったクラブのファンを増やすことは、広島西RCの社会的認知度や信頼感を高めることに繋がると思いますし、こういった方々に来訪いただけるこ

とは、クラブ例会が国際交流の場にもなり、私たちの国際理解にもつながることだと思います。フエンさん以外の学友の方々や、地区補助金留学生も含め、ぜひ前向きに検討したいと思います。

☒ 物故会員に黙祷

広島RC 白井 隆康 (しらい たかやす) 会員 (旧榎石崎本店 元代表取締役社長) が3月4日(土)にご逝去されましたので、謹んでお知らせいたします (享年85歳)。

☒ 遠来のお客様 遠藤茂敏 (えんどう しげとし)、町子 (まちこ) ご夫妻



台北城東ロータリークラブ名誉会員
元横浜北ロータリークラブ会長
現在 沖縄県糸満市在住
(諏訪 昭登 君のご友人)

● 会務報告 古本幹事

- ☒ 新会員候補者の照会を配布しておりますので、よろしくお願ひします。
- ☒ 姉妹クラブである台南RCが来年1月に創立70周年を迎えられます。つきましては、台湾での前夜祭及び記念式典に参加する、おおよその人数を把握したいと思いますので、回覧にご記入をお願いいたします。なお、詳細は次年度に入りご案内予定です。

※2022年規定審議会に伴い改訂された「ロータリー情報ハンドブック」の購入を取りまとめますので、ご希望の方は回覧にご記入をお願いいたします。

●委員会報告

※プログラム・出席委員会

出席報告 熊本委員長

本日（3月16日・木曜日）

会員数	87名	出席者	75名
欠席者	12名	ご来客	2名
ご来賓	1名	ゲスト	0名
		計	78名

4週前の例会2023年2月9日・木曜日

出席率 100%



※ロータリー情報委員会 加藤君

マイロータリー登録のお願い

※国際社会奉仕委員会 大谷委員長

モハニの会30周年記念 ダサイン IN いつかいち



令和5年3月12日(日)、モハニの会30周年記念ダサイン IN いつかいちが開催されました。広島西RCは、26年前より参加しており、交流を持ち続けております。

今回も会長を含め4名が参加し、協賛金として10万円の寄付をさせていただきました。

当会には、200名近くのネパールや他の外国の方、地元の支援者などが参加され、民族衣装につつまれたネパールの収穫祭儀式や踊りなど

の文化に触れ大いに盛り上がり、地元からは、和太鼓や日本舞踊、よさこいなどの披露で、海外の方との文化交流が行なわれ有意義な時間となりました。

このような文化交流は、ネパールに限らず他地域とも行うことで、市民同士の国際理解が深まるよい機会であるとより認識できました。

※吉田(大)次年度幹事

例会終了後、4階「ミモザ」において第3回次年度理事会を開催いたしますので、次年度理事会メンバーは出席願います。

●同好会報告

※紫友会 松岡(輝)世話人

3月11日(土)に行われました紫友会3月例会の成績をご報告いたします。3月にもかかわらず、まるで初夏を感じさせるような絶好のゴルフ日和でしたが、スコアだけでなく、強烈な花粉と黄砂とも戦わなければならないラウンドとなりました。

栄えある優勝はOUT47 IN52 グロス99で小宇羅世話人が念願の紫友会初優勝を果たしました。準優勝にはグロス89という素晴らしいスコアで中村(哲)君がシニア優勝とともに入賞されました。3位はグロス92で斉藤君でしたが、スコア集計の折、世話人の不手際でHDが0.9掛になっておらず3位はグロス84 NET72.3の上野(寛)君でした。ベストグロは田原君、BBは香川(基)君でした。なお次回4月例会は恒例の14RC合同懇親ゴルフ大会となっております。また今月下旬には5月開催予定の遠征ゴルフのご案内をいたします。



●卓話予告

日時	テーマ
3/30(木)	クラブフォーラム 国際奉仕部門担当

● 会員記念日

🕒 ご入会記念月おめでとうございます。

(5名)

長谷川君 (S53年) 小橋君 (H14年)
松岡(輝)君 (H22年) 浜田君 (H22年)
玉木君 (R4年)

🌸 創業月おめでとうございます。

(11名)

中村(哲)君 カクサン食品㈱
大本君 大本・三宝・桑原法律事務所
斉藤君 日成産業㈱ 西原君 ㈱イーエヌシー
中岡君 ㈱ナカオカ 小橋君 コアサ興産㈱
木本君 ㈱吉島タクシー 加藤君 ㈱御菓子所高木
荒川君 アイフ建設㈱ 平原君 ㈱平原商会
千代山君 ㈱センゴク木材

● スマイルボックス SAA 柴田委員長

👤 台北城東RC 遠藤 茂敏さん (自主申告・ダブル)

“ハイサイ” 沖縄からまいりました。

今日は温かくお迎えくださり、どうもありがとうございます。フェイスブックで諏訪(昭登)様と知り合い、本日、出席させていただきました。

どうぞ今後ともよろしく願いいたします。

👤 新原君 (自主申告・トリプル)、平原君、古本君

夜間例会 懇親会では、創立記念にあまり相応しくない歌を披露しましたが、楽しく明るい歌を歌おうと思ってとっさに閃いたのがあの歌でした。3月2日に平原委員長から突然の依頼を受けて、1週間、車の中、入浴中などずっと聞き続けていましたので、いまだに頭から離れず気が付くと口ずさんでいたりします。

しかし、そのような歌を会員の皆さんの前で披露できたことは、一生の思い出となりました。お耳汚しでしたが、ありがとうございました。

選曲する時間を与えてくれなかった親睦活動委員会 平原委員長、無理やり女性をステージに上げて、恥の上塗りをしてくれた愛すべき相棒の古本幹事ともども出宝させていただきます。

■ 卓 話



健康寿命を延ばしましょう ーがん・生活習慣病の予防ー

医療法人社団葵会 広島平和クリニック 院長
RI 第2710地区 がん予防推進委員会委員
広島東RC 会員

廣川 裕 氏

プロフィール

昭和27年呉市広町の生まれ。

昭和52年広島大学医学部を卒業後、放射線科医となり広島大学病院の他、筑波大学陽子線治療センター、米国コロンビア大学留学などを経て、広島大学医学部放射線科助教授を約10年間、順天堂大学医学部放射線科主任教授を約2年間歴任した。

平成17年より医療法人社団葵会学術理事として広島平和クリニックに勤務し、PET-CT検査による「がんの画像診断」を開始した。平成21年には院長に就任して高精度がん放射線治療センターを開設し、PET-CT検査と高精度放射線治療を統合した外来型の「がん専門クリニック」として地域がん診療の一翼を担ってきた。

平成16年にNPO法人がん患者支援ネットワークひろしまを設立し、「市民のためのがん講座」などの事業で「がん予防啓発」のボランティア活動に従事。

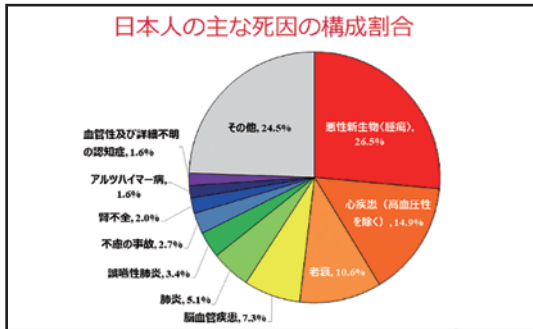
平成20年から広島東RC会員 (ロータリークラブ歴は約15年)。国際ロータリー第2710地区がん予防推進委員会委員。

RI第2710地区の石川 良興ガバナーは、今年度のガバナー信条を「人生100年時代に向けて、健康寿命を延ばそう」～がん・生活習慣病の予防～とされて、地区がん予防推進委員会を中心に地区内各クラブでこの信条を考慮して活動するように指示されています。

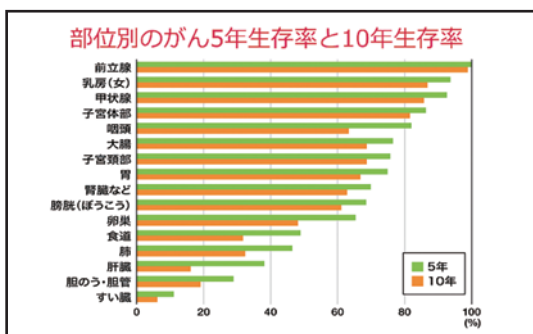
日本人の平均寿命 (2022年) は男性81.47歳、女性87.57歳ですが、近年重要視されている健康寿命との差 (不健康な期間) は、男性で約9年女性で約12年もあり、健康寿命を延ばすことこそ重

要な課題です。

日本人は毎年約100万人が亡くなっています。死因ランキングは「がん・心疾患・老衰・脳血管疾患・肺炎」の順であり、これら5位までの原因で2/3の方が亡くなります。中でも男性で29%、女性で20%の人が「がん（悪性腫瘍）」で亡くなります。したがって、いかにがんにならないようにするか（がんの一次予防）、がんにならないとしても早期発見（がんの二次予防）するか、そして早期治療につなげて「がんで死なないようにする」ことが大切です。



がんの種類によっては、進行する速さの違いや転移しやすさ・発見しやすさの違いと、色々なパターンがあります。例えば前立腺がんは、男性がかかるがんとして最も多いがんですが、近年発見される前立腺がんの多くが早期がんであり、日本の最新データでは5年生存率は100%、10年生存率でも99.2%と、前立腺がんは「不治の病」どころか「不死のがん」という特徴があります。



一方、膵臓がんは早期でも診断時にすでに切除できない場合があるため、生存率が低くなっています。膵臓がんはがんが発生しても症状が出にくいので、早期の発見が簡単ではありません。そのためがんが見つかった時には比較的ステージが進

んだ方が多いのが現状です。ステージが進むと再発・転移のリスクが高くなります。

「がんを防ぐための新12か条」が提案され広く支持されています。この新12か条のトップには、喫煙と受動喫煙の有害性が挙げられています。たばこにはニコチン以外にも多種類の有害物質が含まれていて、肺がんに限らず多くの部位のがん発生に関連しています。喫煙習慣は、がん以外にも脳卒中や虚血性心疾患などの循環器疾患、慢性閉塞性肺疾患（COPD）などの呼吸器疾患、更に生活習慣病の糖尿病、妊娠周産期の異常（早産、低出生体重児、死産、乳児死亡など）、歯周病など、さまざまな病気の原因にもなります。

がん予防新12か条には、アルコール・食事内容・運動・体重管理などの項目が続いています。がん予防のためだけでなく循環器病や脳卒中など生活習慣病の予防のためにも、十分な野菜を含むバランスの良い食事内容で、過剰なアルコールや過剰なカロリー・塩分量を避けることを継続すれば、あなたの健康寿命は必ず延ばせるだろうと思われれます。最後の第12条には、「正しいがん情報でがんを知ることから」が挙げられています。自分の健康は自分で保つという気概を持ち、各種の関連情報を自ら調べて健康リテラシーを高めることも重要です。



<p>例会日・木曜日 12:30~13:30 例会場・ANAクラウンプラザホテル広島 会長 新原 靖 幹事 古本 竜一</p>	<p style="text-align: right;">広島西RC 検索 </p> <p>事務所・〒730-0011 広島市中区基町6-78 リーガロイヤルホテル広島13F TEL 082-221-4894・FAX 082-221-4870 E-mail: hwrc@godorc.gr.jp 作成・会報雑誌・広報委員会</p>
--	--