



「富士山百景」初秋富士

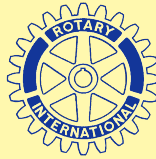
VOL. 2589

Rotary International

「善意を育み、奉仕の実践を」

第2589回例会 2017.9.20

ソング「それでこそロータリー」



富士ロータリークラブ **WEEKLY**

<http://fuji-rc.com/>

例会日:毎週水曜日 12:30
 例会場:ホテルグランド富士
 TEL(0545)61-0360
 事務所:〒416-0913 富士市平垣本町8-1
 ホテルグランド富士内
 会長:滝 克芳
 副会長:植 田 眞 晴
 幹 事:石 井 誠
 副幹事:佐 藤 昌 久

会長挨拶

滝 克芳

台風一過、ぶり返した暑さも徐々に収まり、秋らしい気候になってきました。先週の観月会では、有志の皆様による素晴らしい歌と楽器演奏をありがとうございました。レベルの高いのには驚かされました。来月には「山歩会」も復活し、参加者を募っているとのこと。富士クラブでは多趣味、芸達者が増えてきたせい、長年継続している「ゴルフ同好会」・最近実施した「釣り会」・先週の「歌と演奏の会」・来月復活する「山歩会」など、新しい同好会が誕生しています。会員以外の人でも参加できるような、色々なサークルが出来上がってくればクラブ以外の人でも参加できるような、色々なサークルが出来上がってくればクラブ以外の方との交流も進み、ロータリーを知っていただく機会にもなるし、入会するきっかけにもなるかもしれません。まだ隠れ芸達者さんがいるかもしれません。今後も新たな同好会ができてくることを期待しています。

幹事報告

石 井 誠

- ・第2589回の幹事報告をします。
- ・9月21日から「秋の全国交通安全運動」が始まります。つきましては例年同様に街頭指導を行いますのでキャップとジャンパーを着用し、6:50に市役所東側駐車場にお集まりください。
- ・地区大会が11月12日に焼津グランドホテルで行われます。基本全員出席なので宜しくお願ひします。
- ・新入会員の入会届を今週中に会員宛にFAXします。異議のある方はFAXが届いてから1週間の内に石井までFAXをお願いします。

～国際奉仕委員会より～

9月13日の観月会にご招待を頂き有難うございましたと富士山日本語学校の校長、近藤様からお礼のご連絡を頂きました。

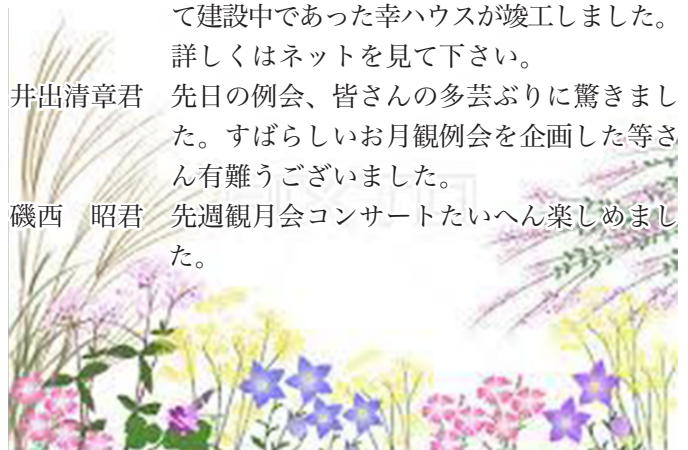
親睦委員会

岸本 泰次

夫人誕生日 吉 田 智 子 9.20
 結婚記念日 瀧 真 砂 人 S62.9.26
 入会記念日 瀬 尾 究 H11.9.22
 田 村 洋 H28.9.21

☆私のスマイル

- 池田正明君 妻のバースデイにお花をいただきありがとうございました。
- 岸本泰次君 40日間、宇宙旅行に行ってきました。身体中の筋肉が落ち大変な思いをしています。
- 滝 克芳君 観月会での素晴らしい歌と演奏をありがとうございました。レベルの高さに驚きました。今後のご活躍期待しています。
- 瀧 真砂人君 先日、私に似た男前の孫が生まれました。健康で、元気一杯に育ってほしいと思います。又、先日の観月会では、皆様の才能の豊かさにびっくりしました。お疲れ様でした。
- 池谷周一郎君 久しぶりに例会に出席です。
- 等 健次君 皆さんのおかげで楽しい「音楽の夕べ」にすることができました。感謝です。ゴルフ会では思いもかけず優勝してしまいました。ありがとうございました。
- 川村統勇君 がん末期の患者さんが寄り添える場所として建設中であつた幸ハウスが竣工しました。詳しくはネットを見て下さい。
- 井出清章君 先日の例会、皆さんの多芸ぶりに驚きました。素晴らしいお月観例会を企画した等さん有難うございました。
- 磯西 昭君 先週観月会コンサートたいへん楽しみました。



例会プログラム予告

- 10月4日 卓話
- 10月11日 卓話

2589回

会員数	計算会員数	欠席者数	出席者数	出席率
32名	32名	5名	27名	84.3%

2587回 8/23確定

会員数	計算会員数	欠席者数	出席者数	出席率
32名	32名	4名	28名	87.5%

ポールハリスフェロー受賞者

岸本泰次君・太田義隆君・本野 仁君・池谷周一郎君



会員卓話

田邊整形外科医院
院長 田邊登崇君

「ロコモティブ
シンドロームについて」



皆さんは健康寿命ということばをご存じでしょうか。平均寿命は0歳時における平均余命ですが、健康寿命は介護などを要さない状態での平均年齢です。この差を見ると約10年くらいあり、人は天寿を全うする前に平均して10年くらいは何らかの介護を要する状態になっていると考えられます。

また、その介護が必要になる要因として運動器の障害、すなわち骨折や関節、神経疾患が4分の1を占めています。国民の有訴率、つまり、私にはこんな症状がありますよ、という調査では、腰痛や関節痛が常に上位に見られます。そんな中で、“運動器”についての認識は低い状態です。呼吸器や消化器などは知っていても、運動器となると、今ひとつ何を指しているのか、分からない様です。運動器とは、身体運動に係わる骨、筋肉、関節、神経などの総称です。別な言い方をすると、身体を構成し、支え、身体運動を可能にする器官であるとも言えます。

運動器の認知度の低さを改善して、認知度を上げ、関心を高めることで運動器障害を予防・改善し、日常生活が制限される人を減少させることが必要と考えられる訳です。そこで、2007年、日本整形外科学会が超高齢社会を見据えロコモティブシンドロームという概念を提唱しました。市民の方々の運動器への関心を高め、ロコモ予防することを通じ、健康寿命の延伸に寄与することを目的としています。

ロコモティブシンドロームは運動器の障害のために移動機能の低下をきたした状態を言います。略称としてロコモ、と呼ぶようにしています。これは、メタボリックシンドロームにヒントを得、メタボと同じようにロコモ、という言葉でわかりやすく世間に広めようという意図があります。

政府も学会と一丸になってロコモの認知度をあげようとしています。ちなみに、メタボについては、第1次健康日本21の最終評価において、「認知度の上昇」は92.7%に達し、「目標値(80%)に達した」A評価であったものの「メタボリックシンドロームの該当者・予備軍」は「変わらなかった」C評価と報告されていますので、果たして認知度の上昇だけで疾病が予防できるのかは正直不透明なところがあります。また、ロコモは和製英語ですから、海外での認知はほとんど無く、海外で“ロコモティブシンドロームってどんな状態だとおもうか”の質問に、“汽車に乗りたくない病気？”と答えたという話もあり、まだまだ苦戦を強いられています。

ちなみに海外では、ロコモの代わりにサルコペニアという言葉が良く用いられます。日本語ですと、筋肉減少症とでもいいでしょうか。とは言え、一般の人にはロコモという言葉で関心が高まるのが一番です。そして、ロコモの予防、ロコモに当てはまる人の悪化の防止が必要です。つまり予防医学的見地からロコモを判別することが必要となる訳です。

(以下紙面の都合上割愛させていただきます。)

編集者 吉田浩之

秋の全国交通安全運動



9月21日 6:50集合

第419回富士ロータリークラブゴルフ同好会

朝霧カントリークラブ 開催日2017.9.18(月)

順位	プレーヤー名	OUT	IN	GROSS	HDCP	NET
優勝	等 健次	46	53	99	32.0	67.0
準優勝	赤 堀 浩子	46	47	93	24.0	69.0
3位	榮 賀 明	44	46	90	19.0	71.0
4位	宮 下 和美	52	50	102	29.0	73.0
5位	松 浦 浩	51	47	98	24.0	74.0
6位	井 出 直樹	42	49	91	16.0	75.0
7位	吉 野 榮司	48	48	96	20.0	76.0
8位	植 田 眞晴	56	56	112	36.0	76.0
9位	野 坂 富士雄	52	49	101	23.0	78.0
10位	町 田 升伯	52	50	102	24.0	78.0
11位	小 林 繁樹	51	46	97	18.0	79.0
12位	内 山 泉	55	49	104	25.0	79.0
13位	井 出 清章	51	48	99	19.0	80.0
14位	瀬 尾 紘子	61	54	115	32.0	83.0
15位	磯 西 昭	59	66	125	35.0	90.0
16位	高 橋 美和	71	62	133	36.0	97.0

