



【2011-2012年度 RIテーマ】  
こころの中を見つめよう  
博愛を広げるために  
カルヤン・パネルジー

FUJIEDA SOUTH ROTARY CLUB

藤枝南ロータリークラブ会報

例 会：毎週金曜日 小杉苑 藤枝市青木2-35-30 TEL：054-641-3321  
事務局：藤枝市青木1-11-10 TEL：054-647-2300 FAX：054-647-2040  
E-mail:club1991@fujieda-rotary.org

会長：伴野正明 副会長：早川清人 幹事：村松章隆 副幹事：内山淑夫

第986回



<http://www.fujieda-rotary.org>

- ソング 四つのテスト・あおげば尊し
- ソングリーダー 縣 博幸君



十秒に一人が  
亡くなる  
『糖尿病』

会長報告 伴野 正明君

今日は、31日に今年度目玉の一つの親睦ボウリング例会があります。100ピンやっとの人もハンディキャップ戦ですから、ガチンコ勝負で親睦できます。マイボールのハンディキャップ0でも、いつも200オーバーといきません。参加申し込みの締め切り日はまだですが、できるだけ多くの人の参加をお願いします。

本日はボウリングを楽しむための基礎知識をお話します。ガーターで挟まれた所がレーンですが、ここはボールが滑るようにオイルが引いてあります。ファールラインを超えると、靴裏にオイルがついて滑ります。危険とともに、そのオイルがアプローチについてしまい、アプローチが滑りやすくなり、投げづらくなります。靴裏は液体にも弱いので、突っかかってしまい転倒の危険が起きますから、ジュース等こぼしたときはすみやかに拭き取ってください。右の投球者が優先です。

接触の危険防止です。

ボールの持ち方があります。親指は完全にはめこみ、中指と薬指の第二関節まで入れて、手のひらがボールに着くスパンがベストボールです。

<アドレス>背筋を伸ばし、まっすぐ立ちます。目標のスパット（レーン上にある三角形のマーク）をしっかりと捉えます。

<スイング>軽くボールを前に押しだし、ボールの重みで振り子運動をさせます。腕は伸ばしません。目線、両腕、右足先を目標のスパット方向へ向けます。体の軸をまっすぐ保ち、肩、体をひねらないようにします。腕は床に対して垂直です。

<リリース>親指はピンの方向に向け、中指と薬指と手のひらでボールを前方に押し出すように投げます。ボールが最下点を通過してから手から腕を引き上げる時に、親指が10時方向に向くよう（握手をするようにとも言います）少しだけ回転させます。ストレート系の軽いフックボール

になります。いつもヘッドピンに当たるように、立つ位置と目標スパットを調整します。スペアを取るの、位置を変えての応用問題です。180アップを目指してがんばってください。

理事会報告 村松 章隆君

- 3. 4月のプログラムが承認されました。
- 親睦旅行について協議され継続審議となりました。
- お花見例会について日程・場所が承認されました。  
4月7日(土)富峯院にて12時より
- 富士山の日事業のご協力(東日本大震災復興支援寄付)について、クラブ会費より 1人/1000円の寄付が承認されました。
- 「富士山世界文化遺産両県民会議」の入会について、団体登録が承認されました。
- 「青少年育成のためのボーイスカウト運動のご支援」について否決されました。

幹事報告 村松 章隆君

- 第2620地区より、地区協議会のお知らせが届いております。
- 社会福祉法人ハルモニアより、静岡県委託事業「地域における施設の拠点機能活用事業/フェルフェア塾」の実施報告書が届いております。
- 藤枝市国際友好協会事務局より、会報かが届いております。
- (株)NHK プラネット 中部支社より、講演会のお知らせが届いております。

出席報告 縣 博幸君

本日のホームクラブ 出席者	前回の補正出席者
29 / 40 72.50%	35 / 40 87.50%

- (1)欠席者(事前連絡とメイクアップをどうぞ)  
池ヶ谷君 池谷君 稲葉君 内山君  
鈴木徹君 玉木君 樽井君 富澤君  
望月君 藪崎君 川口君
- (2)メイクアップ者  
山田 壽久君(島田)

ビジター

青島 彰君(藤枝) 松葉 隆夫君(藤枝)

スマイルBOX 縣 博幸君

- 藤枝 RC は本年40周年を迎えます。4月8日に記念例会・祝宴を開催します。大勢の皆様をお待ちしています。 青島 彰君

- 誕生日プレゼントありがとうございました。ゾロ目になりました。毎日ウォーキングで、昨年から3kg弱体重減となっておりますので、似顔絵はちょっぴり不満。絵の姿に戻らぬよう、健康ウォークをつづけたいと思います。

植田 裕明君

スマイル累計額 370,063円

外部卓話



坂本 益雄様

『10秒に1人が亡くなる糖尿病』  
糖尿病における最新の治療法と新薬についてという事で、坂本医院の坂本益雄様より講演を頂きました。内容の一部報告をさせていただきます

1. 現在、糖尿病患者と予備軍を含んで1870万人います。  
全世界では10人に1人亡くなっています。
2. 糖尿病に成ると健常者に比べ10歳くらい平均寿命が少なく血糖の管理が悪いと成ります
3. 糖尿病に成る方は、遺伝によるもの・食物の食べ過ぎによるものがあります
4. その中で、型と呼ばれるインスリンが足りない方、型と呼ばれるインスリンの作用が悪い方がいます。坂本医院では糖尿病の患者の中で3歳から成っている方がいます
5. グルコーススパイルに成ると大変に良くはありません。グラフで説明頂きました
6. 1921年インスリンが発見されこの時の治療はごはんを食べさせないという治療でした。途中、合成ヒトインスリンが発明され、ブタやウシの膵臓から採取され作られました。最近では2009年に作られたインクレチン等があり、早く効いて早く作用が終わる、長く効くなどの薬が出来ました。
7. インクレチンは 細胞を刺激し低血糖を起こさない治療薬です(ピグトーザなど)
8. ヘモグロビンA1Cが1%下がると死亡率

が変わります。

9. 糖尿病は血管の病気です。不良血管の写真で説明頂きました。
10. 糖尿病の特徴をして糖尿病と肺炎の特徴の違いを説明頂きました。
11. 糖尿病の3大合併症を資料から説明を頂きました。発病後10年ぐらいすると神経障害・網膜症・腎症の合併症になり最後には透析に成ってしまいます。
12. 蝦夷の写真を見せて頂き説明を頂きました。
13. 新薬DPP-4はインクレチン関連でビッグトーザ等があります
14. ヘモグロビンは出来るだけフラットの形に成る様にした方が良いです  
おおよそ血糖が70～140の間に来る様に出来れば良いです。
15. ここで症例1として、報告者森竹の症例を報告しました。  
変な奴ですが、ビッグトーザを使って良くなったと報告されました。
16. 糖尿病の治療として3本の柱があります。  
1つ目は、食事療法です  
2つ目は、運動療法です  
3つ目は、薬の治療です  
ただし、いくら薬の治療があっても、食事治療や運動治療が欠けては良くなり、悪くなりますので気を付けて下さい。一度、糖尿病になると治りません。

以上を報告とします。

また、講演の録音がパソコンで聞けますので、欲しい方は申し出て下さい。CDにてご用意させて頂きます

今週の一言

松浦 正秋君

<私のタイプ>

「少し愛して、永～く愛して」30年前のサントリーのCMに出演していた大原麗子さんのセリフです 憧れました 3年前に亡くなり残念です

## 例会プログラム

例会日	クラブ行事	摘要
3/16(金)	休会	
3/23(金) 第987回	P E T S 報告	
3/31(土) 第988回	親睦ボウリング例会	
4/7(土) 第989回	お花見例会	
4/13(金) 第990回	外部卓話	

(担当 / 高杉)