

会長 松本 亘
 副会長 浜田 伸二郎
 幹事 伊賀 俊行
 副幹事 芳川 敬子
 S A A 坂本 浩孝
 事務所 西宮市甲子園高瀬町3-30
 ノボテル甲子園621号室
 電話 0798(44)5360
 FAX 0798(44)5361
 E-mail office@nishinomiya-ebisu.ri2680.org
 HP http://nishinomiya-ebisu.ri2680.org



西宮恵美寿ロータリークラブ

WEEKLY REPORT



第357回例会 2005. 9. 15(木)
 例会日 毎週木曜日
 第1例会 18:30~19:30
 他の例会 12:30~13:30
 例会場 ノボテル甲子園
 電話 0798(48)1111
 創立 1998年3月19日
 会報編集委員長 三浦 順市
 副委員長 風川 四郎

SERVICE Above Self

- Carl-Wilhelm Stenhammar -

プログラム予告

9月22日 「自然配慮型農業：アグロフォレストリーと 京都大学 林 建佑氏
 環境教育の取り組み」
 9月29日 「卓 話」伊賀 俊行 会員
 10月6日 「ク ラ ブ フ ォ ー ラ ム」

開会点鐘

松本 亘 会長

ソング 『里の秋』

風川 四郎 シンギング委員長

ビジター紹介

大江 与喜子 親睦活動委員長

田原祥一郎氏(大阪梅田RC)

日高 健一氏(西宮夙川RC)

本日のビジター2名 累計45名

出席率報告

宮腰 久司 出席副委員長

	会員	免除	出席	M.U	出席率
9月15日	22名	1名	19名		90.48%
9月8日	22	1	14	2名	76.19
9月1日	22	1	15	4	90.48

会長の時間

松本 亘 会長

ビジターの皆様ようこそおいでくださいました。

先週の衆議院選挙は自民党の大躍進でした。この躍進皆様はどのように感じましたか。これほどまで小泉首相の人氣があるとは思いませんでした。これからの政局はどのようになるか興味深いところがあります。

日曜の投票日に、鳥取へ梨を購入するために行って来ました。行く途中4月に熊森で植林した波賀町のりんご園に立ち寄って専務理事の幸福さんにお会いして来ました。10月16日(日)の親睦家族会の予約を行って来ました。りんごがたくさん実っていました。4月に植林したところを8月に下草刈に熊森の方が大勢来られたとのことで、我々が植林した木が上手く根付いてくれているか楽しみです。親睦会に多数の参加をお願いします。

今週の17日(土)に西宮RCがプロバスクラブを設立します。私と伊賀幹事とで設立総会に出席します。プロバスクラブとは、ロータリークラブが社会奉仕活動の一環として提唱するもので、地域社会の高齢者に対する活動として推奨した組織です。目的は、リタイヤした活動する能力のある人々が少なくとも月1回以上会合し、ゲストスピーカーや会員の卓話を聞き、同様な環境や興味を持つ会員との交流と親交により、共感や価値ある活動の機会を提供し、意義ある生活を推進することにあります。現在世界では、約4千クラブ、30万人の

会員と推定されています。会員のうち、元ロータリアンは約10%以上と推定されます。Probusには、ラテン語で、忠誠、誠実、信頼の意味があります。会員をお互いにProbianと呼びあっています。

委員会報告

国際奉仕委員会

日下田 宗弥 委員長

先日、WCSワークショップに出席して参りました。WCSとはWorld Community Serviceの略です。2680地区ではほとんどのクラブがWCSに参加していますが、奉仕というものはただお金を出すことだけではなく、額に汗して参加することであり、我がクラブは今取り組んでいるバスケットボールや熊森協会にしっかり取り組む、ということで、WCS参加は見送っています。ご了承下さい。

幹事報告

伊賀 俊行 幹事

- 1) ガバナー事務所より、ハリケーン「カトリーナ」募金のお願いが届きました。ご協力宜しくお願いします。
- 2) 尼崎北RCより事務局ファックス番号変更のお知らせが届きました。
新：(06)6481-4755 (旧：(06)6481-4595)

プログラム

「睡眠時無呼吸症候群」

安藤 仁郎 会員

はげしい「いびき」が止まったと思ったら呼吸停止をしており、10秒以上経ってからまた「いびき」を始めるという状態を無呼吸とし、この様な無呼吸が1晩の睡眠中に30回以上、1時間に5回以上認められるものを睡眠時無呼吸症候群(SAS)といいます。この様な状態では夜間熟眠出来ず、日中ははげしい「ねむけ」におそわれます。

この病気が有名になったのは、山陽新幹線の岡山駅で自動列車制御装置(ATC)が作動して所定位置から100mずれて緊急停止したという事故で、運転士は車掌に起こされるまで熟睡していたそうです。

海外では1990年頃から注目され、これに関する事故の例として1979年スリーマイル島の原子力発電所の事故、1986年のスペースシャトル・チャレンジャー号の打ち上げ直後の爆発事故、1989年のアラスカ沖のタンカー座礁事故などが取り

上げられています。そのような大事故の背景に作業員の睡眠呼吸障害が関与していることから、以前から社会的にも重要な疾患と考えられています。

患者本人は自覚がなく、まわりの人は単なる気のゆるみとしか思わず、中々病院にかからないのが実情ですが、れっきとした病気で適切な治療をすれば治るのです。

閉塞型のSASの原因として扁桃肥大、アデノイド、鼻閉、舌肥大、小顎症などがありますが最大の原因は肥満で50才をピークとして中年男子の肥満傾向の強い猪首の人に多い。

簡易検査として睡眠中の呼吸状態と動脈血酸素飽和度(SaO₂)の連続記録と簡易的に行うスクリーニング検査を行う。また睡眠の内容を検査するためには終夜睡眠ポリグラフ検査を行う必要がある。これは大がかりになるので病院で行いますが睡眠状態の判定として脳波、脳電図、オトガイ筋電図なども記録し、睡眠中の呼吸障害と呼吸努力の程度、循環器系

への影響を把握します。

1時間に無呼吸が30回以上は重症でひどい人は100回以上にもなります。治療として軽いいびきの場合、横寝するだけで軽くなり、そのため背中にテニスボールを入れるなどの工夫をしています。また舌根沈下を防ぐため下顎を前に出すマウスピースを作り睡眠時使用します。ほとんど肥満を伴うため、ダイエットによる減量を行う必要があります。

上気道狭窄の原因が判明する場合は外科的手術を行います。扁桃肥大があれば摘出術、また口蓋垂・口蓋咽頭形成術など気道を拡げる手術を行います。これだけでは不十分なことが多く、経鼻的持続陽圧療法(CPAP)行うとかなり改善されますが、これを中止する時期が中々むずかしく健康状態のいい時に減量運動、ダイエットを行い減量を行うことが必要でしょう。

ニコニコ箱 坂本 浩孝 SAA

- 松本会員 - ビジターの皆様ようこそおいで下さいました。 ・田原さん、すばらしい歌有難うございます。
・野老さん、元気な姿で出席有難うございます。
- 伊賀会員 - 1. 田原様、有難うございました。 2. 日高様ようこそ。 3. 10/16 リンゴ狩り他、多くの御参加を。
- 植田会員 - ①田原祥一郎様、有難うございました。 ②安藤様、卓話有難うございました。
- 財家会員 - 田原様、素晴らしい歌を有難うございました。
・安藤様、卓話有難うございました。もしもの事があつたらいけないので今のうちにやりたい事、好きな事をしておこうと思いました。
- 日下田会員 - 田原さんのこと
(1)マンションで隣組でした。(2)4月から武庫川女子大学音楽学部長に就任なさいます。
- 風川会員 - 田原様の超サービスに感謝して。
- 長部会員 - ○ 田原様、良い楽器をお持ちで羨しいです。有難うございました。浜田さん、ピアノ有難う。
○ 安藤さんの卓話は楽しいですね。
- 杉本会員 - 田原さんの素晴らしい歌声に感激して。
- 中野会員 - 1. 田原様、素敵な歌有難うございました。 2. 安藤様、卓話ご苦労様でした。
3. 本日、京都の川床最終日です。2005年の夏も終わりましたね。来年又、お会いできますように。
- 大江会員 - 田原さんの歌声と浜田さんの即席ピアノ伴奏に……。
- 坂本会員 - 田原様、歌有難うございました。安藤様、わかりやすい卓話有難うございます。
- 中川会員 - 1. 田原様の歌声に。 2. 安藤会員の卓話に。
- 官腰会員 - 楽しい例会のスタートでした。田原・浜田さんに感謝。
- 野老会員 - 永い間休みまして申し訳ございません。トルコユニバーシアードから帰国しました。結果、念願のベスト8にいま一步、一点差で入れませんでした。
- 安藤会員 - 阪神優勝マジック点灯おめでとう。来週には決まってるかな。

本日合計	15件	¥16,000
累計	104件	¥171,000

そーりーぼっくす 坂本 浩孝 SAA

- 菊池会員 - 公務多忙で失礼ばかりしています。メイクアップはしています。
- 山森会員 - 先週は所用のためお休みさせて頂きました。

本日合計	2件	¥2,000
累計	10件	¥10,000