



The Hitoyoshi Rotary

人吉ロータリークラブ

通算3226回
2024年12月20日
第20回例会

The Magic of Rotary

ロータリーのマジック

2024~2025年度 R I 会長
ステファニー A アーチック

人吉市九日町30・清流山水花 あゆの里 ☎ 2171 例会場 事務局 清流山水花 あゆの里内 ☎ 6665 ☎ 6505

人吉ロータリークラブ
ホームページ

フェイスブックページ

[E-mail]

hitoyoshi-rc@mocha.ocn.ne.jp

2024~2025年度 人吉ロータリークラブテーマ
もっと、ロータリーを楽しもう

本日の例会

国歌斉唱・Rソング斉唱

会長の時間

幹事報告、出席率報告

寄付の申し出

会務報告 ゴルフ表彰

Rの友紹介

疾病予防と治療月間卓話 増田隆二会員

寄付カード

点 金童 岩井和彦 会長

歌 唱 リーダー 中島博之 委員

国 歌 「君が代」
R S 「我等の生業」

司会・進行 プログラム 竹長一幸副委員長

会長の時間

会長 岩井和彦

皆さんこんにちは。本日は、今年最後の例会となります。今月は疾病予防と治療月間です。後程、増田会員に卓話ををお願いしておりますので、どうぞ宜しくお願ひいたします。

我社の定期健康診断の話になりますが、毎年何名かは検診結果に2次検診を受けるよう紹介状等の封筒が入っています。しかし2次検診に行かず、病気が悪化した社員が何名かいて、せっかく早期に発見できていたものを医者嫌いですからとわけのわからない理由で症状が出るまで放っておいて治る病気も治らなかつたことがあり悔しい思いをしたことがありました。個人情報なので行きなさいという以外社長として言えないのが現状ですが、口酸っぱく言ってもきかない社員がいるのも現実です。

一方、毎年検診しているおかげで早期発見が出来、手術をして現在元気に働いている社員もいます。つい最近手術をして入院している社員もいて、年明けには出社出来そうなので安心しているところです。

さて、2024年10月15日~31日まで行われていた国際ロータリーの決議審議会の報告書が送付されました。今回の決議審議会には、44件の決議が提出され、18件が採択されたそうです。このうち、RI理事会への推奨が11件、ロータリー財団管理委員会への推奨が8件でした。内容を少し見てみましたが、なかなか文章が難しく、理解するのにはゆっくりと時間をかけて読み込もうと思ったところです。皆さんもマイロータリーからご覧いただけますのでご一読ください。

決議案で一つ気になったのが、決議案24R-31 神戸中ロータリークラブ(第2680地区)の提案で、「資金の分配について、地区の比率を高めることを検討するようロータリー財団管理委員会に要望する件」で、ロータリークラブの基盤は、ロータリークラブの属する地域社会に在る。地域社会の人口の維持増強、地域社会の持続的な経済発展なくしてロータリークラブの存続はありえない。中略 クラブ会員からロータリー財団への寄付を100%とすると、3年後に地区補助金としてクラブ及び地区が使える補助金は、その寄付金の23.75%に過ぎない。よって、国際ロータリーの決議により、国際ロータリー理事会は、年次基金(シェア)への寄付及び恒久基金収益に関連して、地区に分配される比率を、以下のように23.75%から34.2%に引き上げることを検討するよう、ロータリー財団管理委員会に要請することを検討するものとする。と出されています。なぜ気になったかと言うと、似た話を中川貴夫会員がされていたのを思い出したのと、神戸中ロータリークラブの決議案は、具体的な数字を出し、ロータリー財団委員会に要請されるところもすごいクラブだなあと関心を持ったところです。この決議案が実を結び、地域への奉仕活動が活発となることと、我クラブもいつか決議案を提出しロータリークラブへ異議が唱えられるようなクラブになればと思ったところです。ちなみに来年度の決議案提出期限は2025年6月30日までだそうです。

話は変わりまして、先日ロータリークラブ夫人の会が開催され、私のお袋も参加させていただきました。よほど楽しかったのか、私だけでなく会社の事務所でも見学した場所や食事のことなど事細かく話を聞いていました。残念なことに参加が少なかったそうですので、塚本年度では多くの参加をお願いしたいと思っております。石蔵会員の奥様には色々と面倒を見てもらったそうなので、石蔵会員よろしくお伝えください。

最後になりますが、本日、往路を何とか終えることができそうです。来年の復路も皆様のご協力をお願いいたしまして、会長の時間を終わります。良いお年をお迎えになってください。

幹事報告

幹事代理 加登住 亮

○熊本第6グループ IMの案内

・2月8日15時～(懇親会17:30～)

水俣 湯の児 海と夕焼け

記念講演 水俣ダイビングサービス

シーホス代表 森下誠様

登録料：2000円 懇親会：7000円

○今後の例会について

・12/27 例会取りやめ

・1/3 休会

・1/10 新年会

・1/17 友の紹介、職業奉仕卓話

出席率報告

委員長 吉野孝司

現会員数	52名	出席免除会員数	0名
出席義務会員数	52名		
欠席者数	18名		
出席者数	34名		
免除会員出席数	0名		

本日の出席率
65.38%

« 寄付の申し出 »

堤 正博会員より、「人吉ロータリークラブ在籍50年を記念して」R財団へご寄付がありました。



会務報告

【ゴルフ愛好会】 運営委員長 竹長一幸

熊本方面遠征ゴルフ12/7～12/8

★岩井会長杯 第5戦

12月7日(土) グランドチャンピオンゴルフクラブ

優勝 石蔵尚之 会員

ワンオンチャレンジ 2,000円

★岩井会長杯 第6戦

12月8日(日) ワールドカントリー倶楽部

優勝 北昌二郎 会員

ワンオンチャレンジ 3,000円

【親睦委員会】

副委員長 新堀純子

夫人の会報告

12月15日(日) 人吉RC夫人の会では、太宰府にあります九州国立博物館へ出かけました。

「人吉球磨の玉手箱」と題して、約3万年前の石器から中世より約700年地域を治めた相良氏、民衆が育んだ独特の仏教文化など普段見ることのできない国宝級の石器や仏像などの歴史資料が特別展示されていました。仏画は県外で保管されているものもあり見応えがありました。この日が展示最終日だったこともあり急遽この日程になってしまい少人数の参加になり残念でした。この博物館の方が人吉球磨の玉手箱の見所をYouTubeで流されているので、ぜひご覧になってください。



お食事は太宰府天満宮の参道の脇の歴史ある建物でフレンチをいただきました。この建物は太宰府の重要文化財になっていて、元は太宰府天満宮の神官、そして三代にわたる絵師を務めた吉嗣家の邸宅だったそうです。のちに料亭になり現在は100余年の歴史にある名家の邸宅や酒造、元銀行など価値ある建物を生かしたブティックホテルを経営している会社がホテルとレストランをしています。料理も地産地消をコンセプトにされており、大変美味しく、シェフはスイスのグランメゾンで活躍して日本でも賞をたくさん受賞されている有名な方だそうです。ぜひ皆さんパートナーを一度連れて行かれたら男性陣は株が上がると思います。

今回予算オーバーしてしまい、会長、幹事、延岡ノミニーにはご配慮いただき実のある大変楽しい会になりました。ありがとうございました。ご婦人の方々とお会いするのは年間の行事で限られています。毎回、行って良かったと思うほど楽しい会です。次年度はぜひたくさんの方の参加をお待ちしております。

【雑誌委員会】

ロータリーの友 12月号紹介 委員 片岡啓一

本年度雑誌委員会に所属しましたので、友の紹介ということで10分間お時間をいただきました。よろしくお願いします。新しい会員向けのお話ということでお聞きいただければと思います。

まず最初に、ロータリアンの3大義務っていうのはございます。入会前にオリエンテーションなどで聞かれたことだと思います。まず1つ目は、例会に出席をすること。テーブルにメークアップ届け書というのがありますが、例会欠席については救済制度がありまして、他のロータリークラブの例会に出席するとか、人吉ロータリークラブの例会に出席するとか、あるいは人吉ロータリークラブの奉仕活動

に出席をすると、そういったことでメークアップができます。ぜひご利用いただきたいと思います。

2つ目の義務は会費の納入です。これはもう当たり前のことがですが、会費納入されないと運営がやっていけませんのでお忘れにならないように。

それから3つ目。これが大事なことですが、ロータリーの友の購読。が義務と言うことになります。それだけロータリの友の購読は大変重要なこととなつてますので持って帰られても机の上や本棚に置きっぱなしにならないように、ぜひご一読をお願いします。

世界各地のロータリークラブではそれぞれロータリーに関する雑誌が発行されております。日本では昭和28年1月から毎月発行すると言うことで、価格は50円でした。名前をロータリーの友。サイズは今のサイズよりもちょっと小さめのB5サイズです。だんだん記事も多くなつきましたので、2016年からA4版に変更されました。そしてもう1点、当初は全ページ横書きでした。今は左から開けると横書き右から開けると縦書きという骨組みになっておりますが、日本の記事の中で独特のものとして、俳句や和歌、川柳などを掲載するためには、どうしても縦書きが必要だ言つことになりました、現在の縦組横組になりました。

そしてこれまで徐々に値上がりをしていましたが、2022年7月号から現在価格の、いくらかわかりますか? 250円です。この内容からするとまだまだ安いなと言うふうに私は思っております。ぜひロータリアンにとって貴重な広報誌だと思いますので、持って帰られたらご一読をお願いしたいと思います。

お手元に配布されているロータリーの友12月号をちょっとご覧になっていただきたいと思います。

前から開けていきますと、まず最初に「ロータリーとは」というページがあります。このページは毎月同じ内容で記載されておりますが、ロータリーの誕生とその成長、日本のロータリー、ロータリーの目的など詳しく記載しております。日本のロータリーが105年前に発足した事はご存知だと思いますが、まず東京ロータリークラブが大正9年に国際ロータリーに加入をしました。世界で855番目だったそうです。そして日本のロータリーは第二次世界大戦の波に洗われて、1940年に脱退し、41年から戦争始ましたが、戦後1949年にまた復帰して国際ロータリーに加盟をしました。現在、日本全体でのクラブ数が2,195、会員数が83,376人と大変大きな規模になっております。そういうことも記されております。ぜひご一読をお願いします。

それから縦組のところで私が1番気に入ってる記事、今回読み応えがあるなあと思った記事が9ページになります。「この人訪ねて」と言う記事が掲載されています。牛山裕子さん、この方戦前にアメリカで生まれたそうです。年齢は鳥井先生と同級生でございます。若々しくてこの年齢にはちょっと見えませんね。横浜の伊勢佐木町と言うところで仕事をなさつております。現在伊勢佐木町商店街の会長もされております。86歳です。たいしたもんですよね、鳥井先生いかがですか?この方ロータリー会長を2回されております。もう一回いかがでしょうか?

そういうことで今日のロータリーの友の紹介を終わりたいと思います。

【プログラム委員会】

疾病予防と治療月間卓話

「おすすめワクチン」

(医) 増田クリニック 小児科

増田隆二

本日卓話を仰せつかった増田です、職業分類は小児科医、ロータリー歴は前クラブから通算で32年、異動入会させていただいて来月で6年になります。本日は、今年私自身が接種して効果を感じているワクチンがあつたので その話を絡めて「おすすめワクチン」と題して話をさせていただきます。

今回の卓話の依頼を受けて是非お勧めしようと思ったのが「帯状疱疹ワクチン」です。1か月前から準備はじめたのですが、タイムリーなことに12月6日に報道があり、一昨日(18日)厚労省の専門部会で来年春からの定期接種が決定しました。報道でもうすでに多くの方がご存じもしくは接種を済ませられている方もいるかと思いますが、他にもおすすめワクチンがありますのでしばらくお付き合いください。

まず、なぜ帯状疱疹ワクチンなのかのお話をさせてください。私はこれまで2度の顔面神経麻痺に罹患したことがあります。1回目は2008年47歳の秋、左奥歯の激痛からひどい頭痛を伴い、最初虫歯かと思い歯科受診し歯からではないといわれ、鎮痛剤で様子を見ていたところ突然の左の顔がこわばつて左目の見開きがが怪しくなり左の口元が閉じなくなりました、慌てて検査して頭の異常ではなく左の顔面神経麻痺の診断となりました。それから3週間初めて仕事を休みました。以前から頭頂部や左背部に湿疹ができやすく頭痛や背部痛を繰り返していたので帯状疱疹の影響ではないかと考えられました。2回目は2021年60歳還暦の春、コロナワクチンの初回接種が始まる時期でその準備で人吉市と医師会との間で調整の仕事を担当して非常にストレスフルな状態と長男の大学合格発表前の緊張で、その合格の祝杯をあげている席で今度は右顔面の異常に見舞われました。極度の緊張からパッと緩んだ瞬間にやつきました。右の顔面神経麻痺でまた3週間休みました。厄年を過ぎたころから寝不足、飲酒、ストレス時に起る頭痛や背部痛(帯状疱疹後神経痛)が良くなったり悪くなったりを繰り返しながら現在に至っています。

今年になりアメリカスタンフォード大学の研究チームからヒトの調節障害につながる生体分子の変化が44歳と60歳に集中するという報告がありました。

老化は年を重ねるごとに徐々進んでいくと思われがちですが、加齢の分子マーカーを調べると44歳と60歳の時期に発生しているとのことです。具体的には免疫調節や糖質代謝は60歳に心血管疾患や脂質、アルコール代謝は40歳の移行期に発生するらしいです。

本研究から言えることは、40第60代の老化が加速する年代に近づいたら、適度な運動や食事療法を行い、規則正しい生活を心がけることが「健康寿命」を延ばすのに重要なようです。

私自身、帯状疱疹後遺症が40歳代からしばしば出現し、それぞれ免疫状態がおちた47歳と60歳の二度顔面神経麻痺を発症したのかなと合点した次第です。頭の痛みがひどくなるとヘルペスウイルに対する抗ウイルス薬を飲んで、つまり帯状疱疹の治療をしていましたが、毎度内服するわけにもいかず、今年コロナも落ち着き帯状疱疹ワクチンを接種しました。これまで月の半分ぐらい頭痛と背部痛・肩こりに悩まされていたのですが、接種後1か月してから以前に比べ頭痛の頻度がかなり減りました。ちなみに肩こりは1年前からチョコザップで簡単な筋トレを週2~3回しているだけで軽くなっています。

前置きが非常に長くなりました、スライドは50枚用意していますがまだ4枚目です。本日の本題です。①肺炎球菌ワクチン、②インフルエンザワクチン、③コロナワクチン、④RSウイルスワクチン、⑤帯状疱疹ワクチン、この5つのワクチンをお勧めします。この中で、帯状疱疹が来年春から定期接種になりますから、RSウイルスワクチンだけが任意接種となります。帯状疱疹ワクチン以外の4種類はいずれも呼吸器感染症、特に肺炎の予防に重要なワクチンです。

高齢者の呼吸器感染症の代表的な病原体は、肺炎球菌、インフルエンザウイルス、新型コロナウイルス、RSウイルスです。

全世界で見ると結核も多いですが、日本国内で見ると、肺炎は死因の第5位です。誤嚥性肺炎を含めて112.2人の方が亡くなっています。

肺炎の年齢階級別死亡率です、高齢になるにしたがって増えています。

世界の肺炎による死亡者の経年的推移ですが、高齢者では高止まりしています。高齢者の肺炎の発症機序は複雑で、加齢・基礎疾患に伴う免疫応答の違いです。肺炎罹患により健康寿命を短縮させ、高齢者肺炎が引き起こす負のスパイラルに落ち込みます。高齢者肺炎の予後規定因子です。

代表的な病原体の中からまず肺炎球菌、下気道感染症の死者数で一番多いのが肺炎球菌です。

成人侵襲性肺炎球菌感染症の臨床像

高齢基礎疾患は肺炎球菌感染症の発症リスク

65歳以上の成人に対する肺炎球菌ワクチン接種の考え方

次、インフルエンザです。

高齢者における疾病負担

季節性インフルエンザの年齢階級別死者数

季節性インフルエンザと二次性肺炎球菌性肺炎

季節性インフルエンザと侵襲性肺炎球菌感染症

インフルエンザワクチンの効果

次、RSウイルスです。

RSウイルス感染症とは

60歳以上のRSV感染症の疾病負担

高齢者RSV感染症の疾病負担

高齢者RSV感染症によるADLの低下

RSウイルスワクチン

2種類あっていずれも60歳以上の成人に接種可能ですが、ただし任意接種で自己負担が高額です。

RSウイルスワクチンの効果

RSウイルスワクチンどんな人に勧めるか

COVIT19 感染者数の推移（定点）

COVIT19 入院患者数の推移

COVIT19 入院患者数の推移

COVIT19 年齢別死者数（累積）

人吉市内の感染者数の推移

今月になり感染者数が増加傾向になり人吉医療センターとのカンファレンスが今月の18日に約3か月ぶりに再開されました。8人入院中、酸素投与・人工呼吸器必要な方もいらっしゃるようです。

オミクロン株では誤嚥性肺炎が増加しています

COVIT19 が高齢者の身体的機能低下に及ぼす影響

高齢者のLONG COVIT

今シーズンにおけるコロナワクチン定期接種に関する見解

2024年以降の新型コロナワクチンの考え方

今シーズン接種できるコロナワクチン

今回最もお勧めしたい帯状疱疹ワクチン

2種類あります、

帯状疱疹ワクチンの効果ですが、発症予防で高い有効性、私にとって良かったのは帯状疱疹後神経痛の発症予防効果が高いことです

最初にお話ししたように、来春から65歳以上の方は定期接種となり公費負担で接種可能となります。高齢者に対して定期接種となっているワクチンは、人吉市でインフルエンザ2,000円、肺炎球菌3,500円、コロナワクチン2,700円の自己負担が必要です。帯状疱疹ワクチンは50歳から接種可能で山江村などではすでに公費助成がされています。

以上、おすすめのワクチン5種類紹介させていただきました。

【寄付カード】

（ニコニコ箱）

・岩井会長 堤会員 50年 半世紀もの長い間在籍いただきありがとうございます。頭が下がります。増田会員卓話ありがとうございます。

点鐘 岩井和彦 会長

《社是・社訓、経営理念のご紹介》

吉野孝司会員（九州電力八代営業センター）

九電グループの思い（グループ理念）

ずっと先まで、明るくしたい。

「快適で、そして環境にやさしい」

そんな毎日を子どもたちの未来につなげていきたい。

それが、私たち九電グループの思いです。

この思いの実現に向けて、私たちは次の4つに挑戦しつづけます。

1 地球にやさしいエネルギーをいつまでも、しっかりと

2 「なるほど」と実感していただくために

3 九州とともに。そしてアジア、世界へ

4 語り合う中から、答えを見出し、行動を