



No 2787

2015-2016年度

会長 中元耕一郎

幹事 上野山栄作

R広報委員長 児島 良宗



担当：脇村副委員長

第2640地区
 例会日 毎週木曜日 12:30
 例会場 紀州有田商工会議所6F
 〒649-0304
 事務所 有田市箕島33-1
 紀州有田商工会議所2F
 有田ロータリークラブ
 Tel (0737) 82-3128
 Fax (0737) 82-1020
 創立 昭和34年6月15日
 ホームページ <http://www.aridarc.jp>
 e-mail office@aridarc.jp

～ 四つのテスト 言行はこれに照らしてから ～

1. 真実かどうか
2. みんなに公平か
3. 好意と友情を深めるか
4. みんなのためになるかどうか

テ
R
I
マ
世界へのプレゼントになろう
Be a gift to the world
世界へのプレゼントになろう

テ
R
I
マ
奉仕の理想車を走らせよう!!
Let's drive your ideal car of the service!!

本日のプログラム

平成28年6月30日 第2788回

- ・最終例会
- 中元 耕一郎 会長・上野山 栄作 幹事
- ・ソング：「四つのテスト」

次回のお知らせ

平成28年7月7日 第2789回

- ・初例会
- 新旧会長・幹事引継 クラブ運営方針発表
- ・ソング：「君が代」「奉仕の理想」

前回の報告（第2787例会）

開催日 平成28年6月23日(木)

点 鐘 (中元会長)

会長の時間 (中元会長)

整形外科疾患の中で、特に多い疾患は変形性関節症です。これは膝や腰の軟骨がすり減り骨と骨が擦れ合い、関節が変形し、膝の痛みや腰の痛みが出現する病気です。人間の関節軟骨は一旦磨り減ると二度と再生しません。年齢を重ねれば重ねるほど、膝や腰の軟骨が磨り減るリスクが高まります。

変形性膝関節症の治療方法としては、消炎鎮痛剤や湿布の処方、あるいはヒアルロン酸の関節注射など行ないます。しかし、一番有効な治療法は膝や腰の周囲の筋力を鍛えることです。例えば、変形性膝関節症の場合には、特に太ももの前面の筋肉が大事になります。大腿四頭筋といいますが、ここの筋力をしっかりさせることが重要なのです。膝の周囲の筋力がつくと、膝の関節にかかる負担をカバーしてくれるからです。

われわれ整形外科医は、変形性関節症の患者さんが来院すると、まず症状のある関節周囲の筋力増強訓練を指導します。何故なら一番有効で、かつ医療費もかからず、薬などの副作用の心配もないからです。

ところが、私がこれらの筋力増強訓練をいくら患者さんに指導しても、なかなか自宅で実践してくれないことが多いのが実情です。そんな患者さんには医院に来て頂いてリハビリをしてもらっています。そうして、少しずつではありますが、筋力増強効果を上げていきます。

ロータリーで言う奉仕の心も同じではないでしょうか。常日頃から奉仕の心を磨かなければ、奉仕の心は徐々に錆びついていくのではないのでしょうか。毎週の例会に参加し、勉強し、また奉仕活動にしっかり取り組むことで奉仕

の心が鍛えられ、奉仕の心の灯が光りだすのではないのでしょうか。

この「奉仕の心」を磨くということは、口で言うのは至極簡単ではありますが、決して生易しいものではないと思います。なかなか動かない、大きくて重い石を動かそうとする作業に似ているような気が最近してきました。そして、その動かない大きくて重い石は、もしかしたら奉仕の理想車なのかもしれません。しかし、たとえ大きく重くて運転しにくい車であっても、動かそうと努力することが大事なのではないのでしょうか。会長の任務が終了しても、今後も毎週の例会にしっかり参加し、少しずつ上手に車を動かす筋力をつけて行きたいと思います。

幹事報告 (上野山(栄)幹事)

1. ガバナー事務所より国際大会参加のお礼が届く。
2. ガバナーエレクト事務所より
 - ①クラブ社会奉仕委員長会議の案内が届く。
(次年度脇村社会青少年奉仕委員長へ)
 - ②公式訪問前の事前アンケートのお願いが届く
3. 2640地区 地区を正常化する会より地区正常化する会への会計処理についての報告。了承の依頼。
4. 和歌山県薬物乱用対策推進本部より、平成28年度「ダメ。ゼッタイ。」国連支援募金運動に対する協力願いが届く。
(次年度脇村社会青少年奉仕委員長へ)
5. The Rotarian (回覧)
6. 例会変更 (後方掲示)

委員会報告

* 次年度クラブ奉仕委員会(中村委員長)
例会終了後、次年度クラブ奉仕委員会の打合せ、各委員長、委員は経済クラブに集合してください。

* 情報・研修委員会(橋爪(正)委員長)
クラブ情報規定委員会会議(6/19)の報告



上野山(英) 会員組織副委員長



橋本社会青少年奉仕委員長

出席報告 (脇村例会運営副委員長)

本日の会員数27名
(出席規定免除会員9名)
出席会員数22名
(出席規定免除会員7名)
88.00%
6/9 84.00%
MU:なし

ニコニコ箱の報告 (中村SAA)

中元君:今週の火曜日、職場のつばめが全羽巣立ちました。各委員長様、活動報告よろしくお願い致します。

上野山(栄)君:各委員長さま、委員会活動報告よろしくお願い致します。

浅井君:この度第87代議長に選任されました。ひとえに皆さん方のご指導のお陰であり感謝申し上げます。今後も県政の発展に微力を尽くして参ります。来週の最終例会も必ず出席出来るように頑張ります。

酒井君:本日、各委員長様、ご発表よろしくお願い致します。

松村君:浅井さんが県議会議長室に招待してくれました。お茶をごちそうしてくださるそうです。浅井さんが例会に出席された時はお返しにお茶を注がさせていただきます。

橋爪(誠)君:委員長様、発表ご苦労様です。拝聴します。

石垣君:浅井様、議長就任おめでとうございます。中元会長、写真ありがとうございました。

橋本君:たいへん重要な仕事が思い通り順調にいきました。ニコニコ!!

中村君:本日も活動報告をよろしくお願い致します。浅井先生、議長御就任おめでとうございます。



嶋田(崇)国際奉仕委員長
米山奨学副委員長



橋爪(正)ロータリー財団委員長



中元クラブ活性化戦略計画委員長

閉会・点鐘 (中元会長)

活動報告の発表

本日、発表されました各委員会の活動報告につきましては、後日配布します「クラブ概況」をご覧ください。



次週7月7日(木)
初例会です。

皆さん、ご出席よろしく
お願いいたします。