

No. 3097

2024-2025年度

会 長 中村 吉伸
幹 事 菅原 佳典
クラブ広報小委員長 川口健太郎



島 海碩 書

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
事務所 〒649-0304
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



2024-2025年度クラブ方針

「みんなの力を結集し、
未来に繋がる活動を」



次回のお知らせ

令和6年12月19日 第3099回

・外部卓話：望月 良男氏（前有田市長）

・ソング：「我等の生業」

本日のプログラム

令和6年12月12日 第3098回

・年次総会

・ソング：「それでこそロータリー」

前回の報告（第3097回例会）

開催日 令和6年12月5日(木)

点 鐘 [中村会長]

今月の誕生祝 [親睦活動小委員会 川口委員]

会員誕生：中村吉伸君(12/7)、岩橋行伸君(12/18)、
宮井清明君(12/19)、石垣洋介君(12/20)、
井上修平君(12/30)

配偶者誕生：手島ひかりさん(12/20)



12月お誕生日

(左から)

岩橋君、中村君、石垣君、井上君
おめでとうございます！

ニコニコ箱の報告 [井上SAA]

中村君：山下理一郎君、本日の卓話宜しくお祝い致します。

菅原君：山下先生、卓話楽しみです。宜しくお祝い致します。

石垣君：山下理一郎君、卓話楽しみにしています。

岩橋君：山下理一郎君、卓話楽しみです。

上野山(捷)君：山下理一郎様、本日の卓話よろしくお祝い致します。

出席報告 [クラブ管理運営委員会 川口委員]

本日の出席者18名/25名

(うち出席規定免除者7名/8名)

会長の時間 [中村会長]

本日は7月25日に入会された山下理一郎君に卓話をお願いしております。山下君も先月卓話いただいた加藤管理者のおられる有田市立病院に内科医として勤務されておりました。

山下君のお父さんは有田RC第50代会長故山下栄一郎先生であります。山下栄一郎先生のロータリーへの情熱はすごいもので、国際大会は毎年参加されていまして、50周年記念事業も成功裏に開催されまし



て、ロータリー愛を持った尊敬すべき先輩でした。山下君はまだ入会間もなく、ロータリーの事はほぼ理解していないと思いますが徐々に慣れてきて例会が生活の一部になってくると思いますので、ロータリーで最も重要とされる親睦と奉仕の機会である例会にはすべて出席していただき自己研鑽を積んでほしいと思います。

亡くなった私の父から生前よく聞かされたのですが、父が入会したとき先輩のロータリアンから「10年座っていればロータリーが分かってくる」と言われたそうです。情報量やそのスピードは50年前の10倍、20倍になっていると思いますが、人間の脳の対応力は10倍にはなっていません。入会間もないメンバーの方には焦ることなくまずは10年、じっくりとロータリーを勉強していただきたいと思います。

幹事報告 [菅原幹事]

- 1.国際ロータリー日本事務局
- ・2024年12月 疾病予防と治療月間リソース
- 2.2640地区
- ・地区大会選挙人会議の決議事項に関する報告
- ・2025学年度米山記念奨学生の世話クラブとカウンセラーお引き受けについてのご願い
- 1/15までにガバナー事務所
→本日の理事会にて協議します
- ・「再」12月3日のギビングチューズデー(寄付の火曜日) 寄付のご願い
- 50米ドルのご寄付で自然災害の被災地で家畜を提供し復興を支援



【回覧物】

- ・ロータリー財団
- 財団室NEWS 2024年12月号

【後方 閲覧/掲示物】

- ・地区選挙人会議報告
- ・決議事項
- ・(地区大会)大会決議(案)
- ・各クラブ例会変更

卓 話



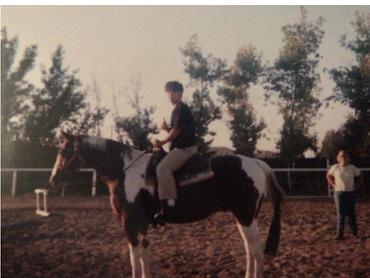
会員
山下 理一郎 君

今年7月に有田RCに入会させていただいた山下理一郎です。本日は、自己紹介をテーマに卓話をさせていただきます。平成18年より和医大研修医、平成20年より同糖尿病内分泌代謝内科入局、平成21年より有田市立病院 内科、平成26年より現在の山下内科胃腸科を継承しており、令和元年より有田市医師会の理事(地域医療・会計)を担当しております。有田RCには、平成11年に交

換留学生としてカリフォルニア州デレーノに行かせていただきました、日本では経験できないような貴重な体験をさせていただいたことは一生の宝物です、関係者の皆様、その節はありがとうございました。山下内科胃腸科の紹介 有田市初島町(国道42号線沿い)にあり、昭和62年より父(故 山下栄一郎)が開業しました。その後私が継承し、現在の標榜科目は内科・胃腸科・糖尿病内科です。仕事のタイムスケジュールですが木曜日は午後から外勤に出向しており、RCの例会の後はずっと向かわないと遅刻して職場に迷惑をかけてしまいますので、そのあたりは今後ともご配慮いただきたい部分です。趣味は水泳・投資・料理・読書・ペット(ネコ)です。水泳はえみくるARIDAをメインに通っており、時々秋葉山プールにも行っています。週4~6回のペースで1500mを昼間の診察の休憩時間に泳いでおり、このあたりは開業医のいいところかと思っています。水泳はもともと小学生の時に少しかじったことはあったのですが、大人になってからはYouTuberのトモキン先生にあらためて基礎からご指導を受けました。そこで2ビートクロールを体得しましたが、これはトライアスロンのオープンウォーターでよく使われる泳法で極限まで体力消費を抑え10kmでも20kmでも時間の許す限り泳ぎ続けられることを知り、水泳のストレス発散効果の影響もありハマってしまったわけです。ただ、ひたすら泳いでいるのですが、上半身の筋肉と、いわゆるプール飯がうまく、腹の肉が増えてしまうため、全く痩せないどころか余計にごつくなってしまいました…、余談ですがAmazon Primeでロバート秋山の市民プール万歳という番組があるのですが、番組の内容は各地の市民プールの紹介が半分・その後の食事場所の紹介が半分といった内容でなんだか最近自分のベクトルと同じだなと思っています。毎日泳いだ距離はスマホのアプリに記録しているのですが、今年は忘れもしない8月5日の令和のブラックマンデーで日経史上ワースト1(-4451円,-12.4%)の大暴落を食らってしまった影響でさすがに泳ぐ元気がなくなってしまい、それまでは毎日2000m泳いでいたのですが以後は1500mに減っています。えみくるARIDAに通っていますが、ここは2020年7月にOPENしました。ミズノが運営しており、1Fはプールや浴場、2Fがジムやフィットネススタジオになっています。とにかく施設が清潔なことが一番の推しです。地域住民の方とコミュニケーションできることも魅力ですし、和歌山県に3か所しかない厚生労働省認定の指定運動療法施設です。指定運動療法施設を別紙の手順で利用するとジムの利用料が医療費控除の対象になるので、広報はされていますがまだまだ認知度は十分ではないため、有田市民にはもっとこの仕組みを知ってもらいたいです。あとはわたしは医師会の関係者ですので、担当している地域医療の事業内容を少し紹介させていただきます。地域医療とは、病院などの医療機関での治療やケアにとどまらず、地域住民が安心して暮らせるよう、地域全体の力で住民の健康を支える医療体制のことです、医師会はこれらの様々な地域医療の問題解決に向けて日々奮闘しています。有田市民の健康状態に関してはH29-R3の集計では悪性新生物が25%と最も多い死因であり、次に心疾患が17.8%と続きます。有田市は心疾患での死亡率が和歌山市や全国と比べると高率であり、原因の

一つとして管内に循環器の高次救急病院がないことが今後の課題です。各種健診の受診率に関しては、特定健診・胃がん検診・肺がん検診は県平均よりは上回っていますが、大腸がん検診・子宮頸がん検診、乳がん検診は県平均を下回っています。特定健診における異常値の割合についてはR4のデータでは女性の高血圧、男女のHbA1c高値が管内と比較すると高いという結果でありました。やせと肥満者の割合は男性は全年齢も肥満率が高く、女性は20～40代のやせが多いということがわかっています。また、有田市医師会では年2回、市民の健康増進のための啓発活動として、生活習慣病重症化予防講演会(様式は会場開催やYouTubeでのオンデマンド配信→医師会HPより閲覧可)を行っていますので、会員の皆様にも見ていただきたいです。有田市医師会在宅医療サポートセンターについてはH28年より医師会事務局内に開設しており、地域の患者さん達が疾病を抱えたり、ご高齢になり介護が必要となったりして通院が困難となっても、自分らしく安心して自宅等の住み慣れた生活の場で医療と介護サービスをスムーズに受けていただくために運営しています。在宅担当医(主治医)や歯科医師の紹介、多職種(訪問看護師、薬剤師、理学療法士、栄養士、ケアマネジャーなど)の方々との連携会議や講演会や研修会を積極的に行い、地域の在宅医療介護のサポートを推進しています。病院を退院後に在宅での治療を希望されながら在宅担当の主治医が決まらない方、病状が悪化した方、ご高齢になり通院が困難になった方以外にも、訪問看護、訪問リハビリ、服薬管理、口腔ケア、栄養指導など在宅療養でお困りの方がおられましたら、当センターにご相談ください。

和歌山県は全体的に車社会であり、食事もおいしく、生活習慣が乱れがちになるかもしれません。都会に比べて娯楽も少なく、嗜好品に流れてしまう気持ちもわかります。個々で健康に気を付けて努力することは大切ですが限界もあるし、もともとのその人ごとの体質もあります。このような中で、各種健診に関しては比較的簡単に全体の健康状態を底上げすることができるため、できるだけ健診に行くことが重要と考えます。



閉会・点鐘

[中村会長]

例会風景



2024-25年度
新年例会「ジャズ例会」

日時：2025年1月9日(木)
18:00～ 例会
18:30～ 懇親会

場所：橘家

会費：会員 10,000円
家族 5,000円/1名

ジャズ奏者

塩本 彰 氏 (Guitarist)
Zingoro 氏 (Bassist)
上場 正俊 氏 (Drummer)

皆様と一緒に
ご参加ください！！

