



下館ロータリー クラブ会報

下
日本一の大神輿
2013-2014
SLの始発駅
館



写真提供 筑西市 広報広聴課

第 2597 例会

第 2318 号 発行日 平成 26 年 2 月 12 日

- 例会日：毎週水曜日 PM12:30 ダイヤモンドホール
- 事務所：ダイヤモンドホール
(筑西市玉戸 1053-4 0296-28-8511)
- ホームページ
<http://www.shimodate-rc.gr.jp/>
- 会長 諏訪 哲也 ■ 副会長 奥沢 裕二
- 幹事 溝口 明洋
- 会報委員会
委員長 早瀬 浩一 委員 野上 竜哉 武井 宏樹



2014 年 2 月

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5 休会	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19 休会	20	21	22
23	24	25	26	27	28	

2014 年 3 月

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24 30	25 31	26 休会	27	28	29

今週のプログラム

2 月 12 日 12:30 ~ 13:30

- 「世界理解月間に因んで」
国際奉仕委員会
小葉 拓巳 委員長

次週のプログラム

2 月 22 日 13:00 ~ 18:00

- IM
『地区補助金を活用した奉仕活動について』

4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？



ハーバート J. テララー

お客様

後藤 千秋 様 (ごとうクリニック医院長)
佐藤 世事 様 (しもだて紫水 RC P.P)
中村 兵左衛門 様 (しもだて紫水 RC)

会長挨拶

お客様のご紹介を致します。ごとうクリニック医院長後藤千秋先生です。しもだて紫水 RC 佐藤世事 P.P です。同じく、中村兵左衛門会員です。ようこそお出でくださいました。後藤先生には、後ほど糖尿病についての卓話がございます。宜しくお願い致します。

第 4 回日台親善会議は 26 日、台湾台北圓山大飯店 12 階にて開催され、奥沢副会長、神山プログラム委員長、河添 RA 委員長と 4 名で行ってまいりました。約 790 名の参加は、大会場 1,494 m²が狭く感じる程です。600 名予定が日本からの増員でこれだけの参加になりました。それだけ関心が深いものだと感じます。開会式を待っている間、竹製ぐい飲みでの烏龍茶と中国菓子のおもてなしです。本場の烏龍茶はとても美味しく頂きました。また最上階からの眺望は感動的です。

次年度 RI 会長の黄其光 (Gary C.K. Huang) 氏による 2014-2015 年度テーマ、中語「光耀扶輪」、英語「LIGHT UP ROTARY」日本語「ロータリーに輝きを」の記念講演がありました。『孔子の言葉に「暗さを呪うより、蠟燭に火を灯した方がいい」があります。ロータリアンは孔子

諏訪 哲也 会長

の考え方を実践し、ひとつひとつ蠟燭に火を灯します。120 万人のロータリアンが火を灯せば、世の中は明るくなります。力を合わせ「Light Up Rotary」して欲しいのです。私たちロータリアンは世の中を良くしたいと云う気持ちがあり、能力も有り、実践している人たちです。暗闇の中に一人で座っているより、私たち 120 万人のロータリアンと一緒に、さあ「Light Up Rotary」しましょう。』と話されました。

翌日は、台北市内の台北府門 RC ヘメイクに行きました。総統府の「府」と「門」で「府門」と名付けたそうです。パナー交換とご挨拶をさせて頂き、二泊三日の訪台は、あっという間に過ぎて行きました。2 月には、昨年未開催された日韓親善会議(ソウル)と今回の日台親善会議の帰国報告をさせて頂きます。

しもだて紫水 RC へ「3RC 合同新年会」の決算報告に 28 日、行ってまいりました。ご承認をいただきました事を報告します。明日は筑西きぬ RC へ行ってまいります。

本日は後藤先生による「糖尿病の話」です。宜しくお願い致します。



幹事報告

【幹事報告】

- 第 22 回 2820 地区ローターアクトクラブ地区大会の案内を受理しました。2 月 15 日 土浦のラ.フォレストアディ.マンフィカにて 12 時 30 分登録開始になります。詳細はテーブルにお配りさせていただきました。
- 2 月のロータリーレートは 1 ドル=102 円になります。

溝口 明洋 幹事

外部卓話

ごとうクリニック

医院長 後藤 千秋 様

糖尿病と合併症



■日本で糖代謝異常例は増え続けている

最新の国民栄養調査（2007年）によると、糖尿病及びその可能性がある方は、2,210万人にもおぼると推計されています。その内訳をみると、「糖尿病が強く疑われる人（HbA1c 6.1%以上）」が890万人で、5年前の調査よりも約20%増加しています。

さらに注目すべきは、糖尿病の予備群である耐糖能異常（IGT：Impaired Glucose Tolerance）が多く含まれると考えられる「糖尿病の可能性が否定できない人（HbA1c 5.6～6.0%）」が1,320万人と、5年前の約1.5倍に増加しており、この予備群に対して何らかの介入をしていかないと、今後ますます、糖尿病が増加し続けるものと懸念されます。

■日本人糖尿病患者が急増している

「もはや、戦後ではない」の言葉を皮切りに、日本経済は急激に成長しました。それにより、所得が増加し、食生活も豊かになりました。しかし、その代償は非常に大きく、糖尿病が著しく増加することとなりました。2007年の国民健康・栄養調査によれば、HbA1cが6%を越え、糖尿病が強く疑われる方は890万人です。この約半世紀の間に、実に38倍も増加したこととなります（1955年と比較）。

■脳・心血管系イベント患者の約2/3に糖代謝異常が認められる
脳卒中や心筋梗塞患者に経口糖負荷試験（75gOGTT）を行うと、約40%がIGTであることが報告されています。このことから、脳卒中や虚血性心疾患等、動脈硬化性疾患患者さんの多くに糖代謝異常が潜在していると考えられます。これは、糖尿病の診断がされてことのない脳卒中患者さん（アテローム血栓性脳梗塞61例、ラクナ梗塞36例、心原性脳塞栓12例）に75gOGTT（経口血糖負荷試験）を実施し、2時間後血糖値より耐糖能を評価した成績です。また、糖尿病の診断がされたことがなく、急性心筋梗塞に対する再灌流治療施行3か月後に75gOGTT（経口血糖負荷試験）を実施し、2時間後血糖値より耐糖能を評価した成績です。

【糖尿病とは】

インスリンの作用不足による慢性の高血糖状態を主徴とする代謝疾患群である

1 型糖尿病：インスリンを合成・分泌する膵ランゲルハンス島β細胞の破壊・消失がインスリン作用不足の主要因である

2 型糖尿病：インスリン分泌低下やインスリン抵抗性をきたす素因を含む複数の遺伝子に、過食、運動不足、肥満、ストレスなどの環境因子および加齢が加わり発症する

■診断のための検査

1. 糖代謝異常の判定区分と判定基準

- ①早朝空腹時血糖値 126mg/dl 以上
- ②75gOGTTで2時間値 200mg/dl 以上
- ③随時血糖値 200mg/dl 以上
- ④HbA1c(NGSP) 6.1% 以上

①～④のいずれかが確認された場合は「糖尿病型」と判定する。

①～③のいずれかと④が確認された場合には糖尿病と診断してよい

【糖尿病合併症の種類】

1) 細小血管合併症

- ①糖尿病網膜症
- ②糖尿病腎症
- ③糖尿病神経障害

2) 大血管合併症（動脈硬化症）

- ①虚血性心疾患
- ②脳血管障害
- ③糖尿病足病変

【血糖及び血糖以外のコントロール】

1. 標準体重の維持：BMI22 前後

2. 血圧 130/80mmHg 未満

3.LDL コレステロール 120mg/dl 未満

（冠動脈疾患があるとき）：100mg/dl 未満

4. 中性脂肪 150mg/dl 未満

5.HDL コレステロール 40mg/dl 未満

糖尿病治療薬に関する項目としては、経口血糖降下薬の分類にDPP-4 阻害薬が追加された点が大きなポイントです。2 型糖尿病の2 大病態の一つであるインスリン分泌能の低下を改善する薬剤にDPP-4 阻害薬が位置づけられました。その主な作用は血糖依存性のインスリン分泌促進とグルカゴン分泌抑制です。

■インクレチンとインスリン分泌

インクレチンとは、栄養素の摂取に伴い消化管から分泌され、膵β細胞に作用してインスリン分泌を促進するホルモンの総称です。現在、インクレチンとして、小腸上部のK 細胞から分泌されるGIP と小腸下部のL 細胞から分泌されるGLP-1 の2 つが知られています。2 型糖尿病患者では、健常人に比べて、インクレチンによるインスリン分泌促進作用が低下しています。また、2 型糖尿病患者では、GIP を静脈投与してもインスリン分泌を促進しませんでした。GLP-1 はインスリン分泌を促進することがわかりました。そのため、2 型糖尿病治療という観点からは、GLP-1 の作用に関心が向けられてきました。

インクレチンを用いた新しい治療戦略

インクレチンの働きを利用して血糖値を下げる薬剤としては、DPP-4 阻害薬、GLP-1 受容体作動薬がある。

スマイル BOX

黒澤 昌之 委員長

諏訪 哲也さん ごとうクリニック 医院長 後藤先生、卓話宜しくお
願ひします。しもだて紫水 RC 佐藤 PP、中村会員
ようこそいらっしゃいました。

溝口 明洋さん ごとうクリニック 後藤先生ようこそおいで下さい
ました。本日卓話宜しくお願ひ致します。

佐藤世事さん ロータリアンとしての資質を高める為にお伺いし
ました。ご指導下さい。

日向野 陽さん 来る 2/22 インターシティミーティングが開催
されます。ホストクラブとして会員のご協力お願
ひ致します。後藤先生の卓話を祝して。

加藤 昌美さん ごとうクリニック院長 後藤千秋先生の卓話楽し
みにしています。しもだて紫水クラブ佐藤会員、中
村会員ようこそおいで下さいました。

関谷 徹さん 後藤先生、卓話宜しくお願ひ致します。

- 永井 啓一さん 後藤先生の卓話楽しみにしております。宜しくお
願います。IM の PR 日向野さん、白井さんご苦
労様です。
- 佐藤 昭さん 医院長 後藤千秋先生宜しくお願いします。私も個
人的にお世話になっております。
- 小栗 拓巳さん 後藤先生ようこそおいで下さいました。興味深く
拝聴させて頂きます。
- 神山 芳子さん 後藤先生お忙しい中卓話を有難うございました。
日台親善会議、多くの出会いと共に楽しいで参り
ました。
- 河添 康徳さん 後藤先生、本日はお忙しいところ有難うございま
す。先日、日台親善会議に参加してきました。諏
訪会長、奥沢さん、神山さんお世話になりました。
- 鈴木 健一さん ごとうクリニック 後藤千秋先生ようこそいらっ
しゃいました。糖尿病は関心を持っております。
勉強致します。
- 武井 宏樹さん 後藤先生の卓話を楽しみにしております。
- 奥沢 裕二さん 今月も本業を支えてくれた従業員たち、そして家
族に対し感謝し、ロータリアンとして奉仕部門に
協力の意を表したい。
- 新井 利平さん 今月も本業を支えてくれた従業員たち、そして家
族に対し感謝し、ロータリアンとして奉仕部門に
協力の意を表したい。
- 新井 雅勝さん 今月も本業を支えてくれた従業員たち、そして家
族に対し感謝し、ロータリアンとして奉仕部門に
協力の意を表したい。

本日の合計 29,000円 / 累計 1,038,000円

出席報告

石川 夏実 委員長

例会日	会員数	出席	欠席	病欠	免除
1/29	41	35	5	0	1

■ メークアップ

月 日	メークアップ場所	氏 名
1月22日	結城 RC	日向野 陽さん、新井 和雄さん 白井 信行さん
1月23日	ガバナー事務所訪問	諏訪 哲也さん
1月23日	下館 RAC	諏訪 哲也さん、奥沢 裕二さん 鈴木 光則さん、河添 康徳さん
1月26日	第 4 回日台親善会議	諏訪 哲也さん、奥沢 裕二さん 神山 芳子さん、河添 康徳さん
1月26日	筑西きぬ RC	日向野 陽さん、新井 和雄さん 白井 信行さん
1月27日	台北府門 RC	諏訪 哲也さん、奥沢 裕二さん
1月28日	しもだて紫水 RC	諏訪 哲也さん

合同大花見例会

2014 年 3 月 29 日 (土) 8:00 ~ 14:00

会場：母子島遊水池

設 営：8:00 ~ 10:00 撤 収：13:00 ~ 14:00

開会セレモニー：10:00 ~ 10:20 解 散：14:00

大花見例会：11:00 ~ 13:00

■主幹：社会奉仕委員会



下館ロータリークラブ 今後のプログラム

- 2月19日 休会 (IM 振替休会)
- 2月22日【第2598例会】13:00 ~ 18:00
IM「地区補助金を活用した奉仕活動について」
- 2月26日【第2599例会】12:30 ~ 13:30
帰国報告「日韓親善会議・日台親善会議報告」
諏訪会長、奥沢副会長、神山委員長、河添委員長
- 3月5日【第2600例会】12:30 ~ 13:30
「ローターアクト週間に因んで」
元青少年奉仕地区委員 日立北 RC 田所光政様
- 3月12日【第2601例会】12:30 ~ 13:30
「下館ローターアクトクラブ現況報告」
ローターアクト委員会 河添 康徳 委員長
- 3月19日【第2602例会】12:30 ~ 13:30
「ギリシャ神話にみる星の心理学」
元ジャーナリスト・現舞踏評論家 伊地知優子先生
- 3月26日 振替休会
- 3月29日【第2603例会】8:00 ~ 14:00
合同花見例会

国際大会まで残り 109 日！！

シドニー国際大会 2014年6月1日～4日



年に 1 度のロータリー国際大会で、世界
中の仲間との出会いを楽しみませんか。シ
ドニーで 2014 年 6 月 1～4 日に開かれる
国際大会には、ポリオやソーシャルメディ
アなど各分野で活躍するエキスパートも参
加し、奉仕のアイデアを得る絶好の機会と
なります。もちろん、友愛の家では、交流を通じて協力と親睦の輪
がさらに広がるでしょう。

今年大会はご家族連れでぜひご参加ください。コアラを抱いたり、
ブリッジクライミングやクルーズを楽しむなど、家族旅行に最適
です。



お問い合わせ先 国際奉仕 委員長 小栗 拓巳 まで

本日の昼食



エビフライ・カニコロック盛り合せサラダ
添え、イカとじゃがいものジェノベーゼ、
コーンポタージュ、漬物、ライス

第 2596 例会

親睦活動委員会

2014 年 2 月 2 日 観劇とグルメ会

会長挨拶

諏訪 哲也 会長

おはようございます。早朝よりご集合頂きまして有難うございます。先日、日台親善会議に参加して参りました。その台湾では旧正月入り、年間で最も重んじられているハレの日なのです。本日、親睦活動委員会主管の「観劇とグルメ」の移動例会は、当クラブにとっても一大イベントであります。会員・家族合わせて 23 名大勢のご参加有難うございました。新橋演舞場桟敷席での「母を訪ねて膝栗毛」は、第 2 代目水谷八重子、藤山直美等、どの方が主役をされても良いほどのトップ男優、女優の勢揃いで、なかなか予約が執れないものですが、親睦活動委員会のご配慮で現実になりました。有難うございます。そして、観劇の後は銀ブラ、帝国ホテル最上階でのディナーと続きます。今日は素晴らしい一日となること間違いなしです。ご期待下さい。楽しんで参りましょう。

