



2005 ~ 2006 年度  
R I テーマ

# SERVICE Above Self 超我の奉仕

超我の奉仕

国際ロータリー会長 カール ヴィルヘルム ステンハマー (国籍・スウェーデン)

2720 地区

## 別府中央ロータリークラブ



例会日 火曜日 12 時 30 分  
ところ トキ八別府店 7 F ぼたんの間  
TEL 23-1111  
事務所 別府市西野口町1番1号 青山通りビル3F  
〒874-0931 TEL (0977) 23-9000  
FAX (0977) 23-9019  
http://www.beppu4rc.jp/chuo/  
E-mail:info@beppu4rc.jp

理事	鳴海淳郎	理事	吉富今男	役員	会長	平野英壽	S A A	河村貴雄
"	溝部 仁	"	薬真寺章三		副会長	上妻 浩	直前会長	森 宗明
"	村津忠久				幹事	木村きぬゑ		
"	梅津ヤヨイ				会計	岩尾昭治		

VOL . 18 - 20  
2005 年 12 月 6 日

## 第 801 回 例会

会報委員長 大島由美子

点 鐘 12 : 30

体 操 自律神経強化体操

国 歌 君ヶ代

R S 奉仕の理想

唱 歌 砂 山

B . G M 「オーケストラで綴る  
日本の流行歌」より  
緑の地平線  
二人は若い  
男の純情 他

ゲ ス ト ドプロボリスカヤ・アンナさん  
(米山奨学生)

ビジター 中村正三 (別府北RC)

### 出席報告

委員長 津末美代子

本 日 の 出 席	会 員 総 数	26 名
	出 席 者	18 名
	事前メイクアップ	3 名
	理 事 会 承 認	0 名
	出 席 免 除	0 名
欠 席 数	出 席 率	69.23 %
	出 席 率	57.69 %
前 々 回 の 訂 正	事後メイクアップ	2 名
	理 事 会 承 認	0 名
	出 席 免 除	0 名
	修 正 出 席 率	88.46 %
11/22	連 続	- 回
	通 算	- 回 100 %

### ・メイクアップ

事前 河村 (別府) 小川、溝部 (別府東)  
事後 吉富、土谷 (別府)  
欠席 木村、薬真寺、土谷、高宮、大島

### 会長の時間

会長 平野 英壽

家族月間が生まれるまで

今日は、先週の話の続きをしてみたいと思います。

「ロータリー家族」に対して、温かい心づかいを示す月間が今月の家族月間です。ロータリー特別月間に2003年から加わりました。

家族月間には、“家族週間”という前身があり、

その登場は10年前にさかのぼります。1995 - 96 年度 R I 会長ハーバート・ブラウン氏は、「世界平和は、地球・家族から始まる」との考えを表明し、1995年11月の R I 理事会において、2月の第2週を“家族週間”と指定することになりました。そして、2003 - 04年度 R I 会長ジョナサン・マジアベ氏が、家族の重要性を主眼にしたことを称え、2003年の R I 理事会におき、12月を『家族月間』と指定し、2月の第2週の“家族週間”



を廃止したのです。

この月間は先に述べたように、「ロータリー家族」に対して温かい心づかいを示すのはもちろんの事ですが、もう一つロータリアンではないロータリー家族をロータリアンに呼び込もうという会員増強の狙いも含んでいます。

でもまずは、家族について大きく思いをめぐらし、月間を契機に恒久的なテーマとして、年間を通じて家族に対し重点的に取り組む活動をしてみて下さい。その先駆けとしまして「新年家族会」に、今年度はご家族と参加してはいかがでしょうか？

又、当クラブの会員増強の予定数もまだ目標に達しておりません。年内に1人でも2人でも結構です。情報がありましたら、ぜひお知らせ下さい。

さて、今日の例会が終わりまして後2回で前半の行事が終わります。残すところ、来週の年次総会、再来週の忘年会です。年末で大変お忙しいでしょうが、「後2週」頑張ってお出席をお願いしたいと思います。

7. 例会変更のお知らせ

湯布院RC 12月14日(水)の例会は、忘年例会の為同日18:30~別府市に時間・場所変更

中津RC 12月21日(水)の例会は、クリスマス夜例会の為同日18:30~金色温泉こがね山荘に時間・場所変更

大分中央RC 12月21日(水)の例会は、クリスマス家族会の為同日18:00~大分第一ホテルに時間・場所変更

大分城西RC 12月21日(水)の例会は、クリスマス家族会の為同日18:00~大分全日空ホテルオアシスタワー21Fエトワールに時間変更

大分キャピタルRC 12月21日(第3水)の例会は、クリスマス例会の為同日18:30~大分東洋ホテルに変更

宇佐RC 12月22日(木)の例会は、クラブ協議会・年次総会の為同日18:30~かんぼの郷宇佐に時間・場所変更

大分東RC 12月22日(木)の例会は、クリスマス家族会の為同日18:30~大分第一ホテルに時間・場所変更

定款第5条第1節により休会するクラブ

- ・12月26日(月)大分臨海RC、大分1985RC
- ・12月27日(火)日出RC、大分RC
- ・12月28日(水)中津RC、くにさきRC、別府北RC、湯布院RC、大分中央RC、大分城西RC、大分キャピタルRC
- ・12月29日(木)宇佐RC、杵築RC、別府東RC、大分東RC
- ・12月30日(金)別府RC、大分南RC

年末年始は定款休会するクラブが多い為、メイクアップされる際にはご注意ください。

8. 次週の予定

「年次総会」

9. 本日の回覧

「新年家族会」(1月10日例会)出・欠席  
身体障害者小規模作業所ゆけむりより「しめ縄」購入申込み  
豊後高田RC、宇佐RC、佐伯RC週報

10. 本日の配布

ロータリーの友 12月号

幹事報告

副幹事 近藤 賢司

家族月間

1. 本日の卓話

『睡眠時"無呼吸症候群"について』

桜田健治会員

2. 本日のゲスト

ドプロボリスカヤ・アンナさん(米山奨学生)

3. 事務局住所変更のお知らせ

10月1日の合併により湯布院ロータリークラブの事務局住所が下記の通り変更となりました。

旧住所: 〒879-5102 大分郡湯布院町川上2915-14

新住所: 〒879-5102 由布市湯布院町川上2915-14

Tel・Fax (0977) 85-5155

4. 喪中につき、年末年始のご挨拶はご遠慮させていただきます。

- ・土谷 昌秀会員(ご祖母様)
- ・大久保清子会員(ご尊父様)
- ・近藤 賢司会員(ご尊父様)

5. 本日例会終了後、13:40~「第6回定例理事・役員会」を開催致します。

6. お祝い

結婚記念日 鳴海 淳郎会員(12月12日)

\*ご自宅にお花が届きます。



ガバナー月信 11 月号

「家族月間 ( Family Month ) にあたって」

鳴海淳郎 R 情報委員長

スマイルボックス 副委員長 大久保清子

平野会長

先日、12月2日(金) 当社の第4回チャリティーゴルフコンペを開催致しました。雨の降る中、40人の方に参加していただき、12万円少々の募金が集まりました。又今年も、光の園・白菊寮に寄付したいと思えます。

上妻会員

大変寒くなりました。商売にはありがたいのですが、体には十分気を付けましょう。

鳴海会員

わたしのホームページの一つ、クリニックレポートが評判で、よく薬品会社の社内研修に招かれることが多く、この12月1日で8社10回に及びました。

社員を前に、アトピー性皮膚炎をはじめ、治療薬の軸を占める抗アレルギー薬の選び方や使い方について、わたしの長い経験をもとに、場合によってはロータリーの職業奉仕の話をも交えての1時間ですが、あっという間に過ぎてしまいます。

研修会が終わると一人一人から感想が寄せられることが多く、支店や各エリアの成績が上がったという報告を受けたりしますと、皮膚科医として、またロータリアンならではの感動を禁じ得ません。

本日はこれらに感謝してスマイル致します。

椛田会員

お久しぶりです。今日は卓話です。雪が降ろうとも風が吹こうとも来なくっちゃ。

後藤(隆)会員

久しぶりに例会場で椛田会員に会いましたが、卓話だったんですね。期待してますヨ!!

衛藤会員

今年も師走になりました。何をなす事もなく一年が過ぎようとしています。

今日は中村様、アンナさん、ようこそ。ごゆっくりなさって下さい。

吉富会員

椛田先生の卓話楽しみです。睡眠時、私も無呼吸症候群かも! 私の知人にはいます。卓話よ

ろしくお願い致します。

村津会員

この程の寒波、小雪まじりの木枯らしに、家の周りの桜が、色付いていた全ての葉を落とし尽くしました。風通しのよくなった枝の向こうに、冬の雲が足早に走ります。

この冬が冬らしい冬になりますよう祈り、スマイル。

近藤会員

先週、朝青龍の件でスマイルをした続編です。

朝青龍に出会った数日後、タイのバンコクへ旅行しましたが、世界はまたまた狭いと思いました。昨年9月に満州に行った時に知り合った福岡から来たと言う旅行者で食事の時同じテーブルに付いただけで名前も知らない2人組にバンコクで会いました。2人はいにしへの映画で有名な、クワイ河の戦場に架ける橋を見に行くところでした。日本から世界各国に旅行者が一年中出発する中でまったく偶然としか思えない再開にスマイルしました。

後藤(孝)会員

昨日、福岡に居る娘より電話があり、お腹の子供はオチンチンが付いていたそうです。うれしくてスマイルします。

森会員

本日入札のため5分前に会場を出ます。理事会出席出来ませんが悪しからず!!

お詫び、週報を持って来るのを忘れました。ごめんなさい。

津末会員

3、4、5日と東京に行ってきました。久しぶりに子供達と会いましたが、東京は寒いと思いましたが、大分に帰ったら雪が降っていてびっくりしました。みなさんもこれから寒いから、体に気をつけて一年を終わらしましょう。

赤嶺会員

本日は、本当にお寒い中、ゲストの皆さんようこそいらっしゃいました。今日は子供達のマラソン大会でした。子供達のいっしょうけんめいに走る姿に思わず感動しました。頑張った子供達にスマイル。

亀井会員

別府遊技場組合青年部会が、別府の栄光園さんに、外部フェンスとツリーのライトアップ工事を寄付される事になり、そのお手伝いをさせて頂きたく事になりました。奉仕の輪が又一つ



広まりました。

大久保会員

お久しぶりです。急に寒くなりましたね。11月末で定年を迎えて12月3日に会社の皆さんから定年式をして頂きました。人生のひと区切りです。後半残りを元気に頑張りたいと思います。

会員卓話

梶田 健治

睡眠時無呼吸症候群について

睡眠時無呼吸症候群(Sleep Apnea syndrome: SAS)には、閉塞型、中枢型、混合型があるが、このうち圧倒的に多いのは閉塞型である。

肥満者における閉塞性睡眠時無呼吸症候群(Obstructive Sleep Apnea syndrome: OSAS)の発症は非肥満者の3倍以上であり、肥満は重要なリスクファクターである。欧米に比して肥満者が少ない本邦では、SASの有病率は低いと考えられていたが、わが国における約10年前の疫学調査においても中壮年の3~4%以上と、他疾患と比較して高い有病率を示している。これは東アジア人種特有の顔面骨格構造がOSASを生じやすい病態を作っているためと思われる。この20年で約1.5倍にもなった肥満人口の増加と特徴的な骨格構造の相乗が、現在のOSAS患者を増加させている。

また、この肥満とOSASは、multiple risk factor syndromeを含めた多彩な合併疾患、身体活動や知的活動が障害されることによる社会的生産能力の低下、また交通事故との関連性などを考慮すると、21世紀の医学上の課題である。

その治療法には、CPAP(Continuous Positive Airway Pressure)治療、上気道手術、口腔内装置、減量などがある。顕著な機能障害および

眠気を呈するOSAS患者においては、CPAPが治療の第一選択であるが、本邦では口腔内装置が2004年4月より歯科診療保険の適用となり、今後の多くのOSAS患者の治療法として用いられることが予想される。

睡眠時無呼吸症候群の自己診断表  
 ~ は各2点、 ~ は各1点で計算、3点以上は医師の診療を  
 睡眠中に呼吸が止まり、大きないびきをかいて再開する  
 睡眠が十分でも目覚めが悪く、頭がすっきりしない  
 睡眠が十分でも日中眠気が続き急に眠くなる  
 ことがある  
 扁桃(へんとう)腺が大きく、のど風邪をひきやすい  
 太っている。または最近太ってきた  
 睡眠中、よくいびきをかく  
 起床した時、頭痛がする  
 生活習慣病を患っている  
 (複数の専門医の意見を基に作成)

睡眠障害、睡眠時無呼吸症候群  
 主な関連サイト

日本睡眠学会 (<http://www.jssr.jp/>)  
 医療者向け。学会認定医、認定医療機関の一覧も掲載  
 睡眠時無呼吸症候群サイト  
 (<http://www.sleep.or.jp/>)  
 自己診断リスト、SAS診療機関の紹介、一般向けの掲示板など  
 いびきと睡眠時無呼吸症候群  
 (<http://www.sas-info.jp/>)  
 自己診断リスト、診療機関紹介。睡眠時無呼吸のいびき音を聴ける  
 スイミンネット (<http://www.suimin.net/>)  
 快眠推進倶楽部(<http://www.kaimin.info/>)  
 不眠症、SASなど睡眠障害全般を取り扱う

会員コラム

葉真寺章三

大分市も別府市も福岡市も小売業の店舗面積が、今現在も拡大し続けているのをご存知でしょうか？

また、店舗面積が毎年5%~10%の拡大を続けながら、売上が別府市も隣の大分市も博多地区も落ち続けているのをご存知でしょうか？

さらに、雇用も面積が拡がりながら大規模店舗が次々とでき、コンビニエンスストアが乱立し

ながらも、減り続けているのをご存知でしょうか？

出店店舗の売上、雇用以上にその地で30年・50年と商売をやってきたお店がなくなり、全ての市で売上・雇用が激減し、その新店舗も2年目以降、雇用・売上が大きく落ち込んでいるのをご存知でしょうか。

今回は、梅津ヤヨイ会員です。