



## 【出席報告】

・会員数	54名	・出席数	34名	・欠席数	20名
・当日出席率	63.26%	・前々回修正出席率	100%		
<欠席会員>青野(賢)、原田、檜垣(直)、檜垣(俊)、檜垣(巧)、平田、木村、桑森、眞鍋、村上(修)、宮本、西本、島田、竹田 田中、八木、吉田 [免除会員] 青野、松本、光藤 <5/8欠席補填>(4/28今治北)青野(淳)、檜垣(俊)、川上、眞鍋 (5/20今治南)青野(賢)、原田、檜垣(巧)、平田、冠 桑森、宮本、竹田、田中、吉武					

- ◇入会式・田中産業株式会社 代表取締役社長 田中良史(たなか よしふみ)様の入会式が行われました。
- ◇会長報告・家族例会へご出席の皆様ありがとうございました。
- ◇幹事報告・5月29日(木)は職場訪問例会です。訪問先は今治警察署様です。12時30分例会開始。
- ・6月12日(木)は音楽例会です。12時30分より今治国際ホテル2階ローズの間にて開催します。お食事は11時30分より1階ラ・セールにてご用意しております。お食事をお済ませになり、お越してください。今年度はピアノ演奏です。
  - ・6月26日(木)18時30分より、今治国際ホテル松泉亭にて最終夜間例会を開催します。
- ◇親睦活動委員会・お誕生日スピーチ・冠康秀会員：(52歳)50歳を迎えた時、同級生6人で全員が完走するまでと愛媛マラソンに参加したが、どうしても一人完走できない。今年は時間制限の緩い神戸、大阪のレースを狙いますが、それでもだめなら時間制限のないホノルルでしょうか。▼久米操会員：(54歳)小学校以来遠ざかっていた野球でしたが、RCの試合で長男、次男とともにプレー、夢のような経験をした。今年またお誘いを受けたが、「息子さんだけ(お借りしたい)」と言われ途方に暮れている。少しずつ体を動かし、やめたゴルフも始めたい。▼吉武誠治会員：(6月で50歳)最近体調が悪く、タバコに続き断酒宣言するかもしれないが、酒の場は好きなので誘ってください。スポーツは野球。マスターズ甲子園で頑張っている。新聞で見ただけならば、投手欄に名前があったり、時々二塁打を打ったりしている。RCの野球は酷使されるので遠慮している(笑)。

## 会員卓話

◆小堀陽一郎会員『肥満と消化器の病気』：肥満とは体脂肪が過剰に蓄積した状態で、さまざまな病気を引き起こす。米国では15年間で肥満が50%も増え、子供にも浸透しつつあり、今後死因のトップになるのではとの予想を発表している。同国医師会は昨年、肥満を病気と認定した。▼WHOは体重を身長<sup>2</sup>で割った数値(BMI)で30以上を肥満と定義する。米国はこの肥満度が33.8%でぶっちぎりのトップ。日本は3.9%と低いと安心してはいけない。肥満に弱い農耕民族で、体型、体格が異なるためだ。日本人の肥満はBMIで25以上と決められている。▼日本の肥満男性は増えていて、2010年で30%。30~50代がピークだ。関連する病気は糖尿病、脂肪肝、高血圧、脳梗塞などで肥満による炎症が原因といわれる。一方発症の仕組みは十分解明されていないものの、がん、ぜんそく、認知症、胆石に関係するといわれ、生命予後が低下するデータが出ている。▼このなかで増えつつある大腸がんは、2005年に男性の死亡率4位、女性の1位となった。男性の場合、BMIが27を超すと明らかにリスク上昇がみられる。女性は結腸がんの死亡率で圧倒的にリスクが高くなる。検査しても分からないことはあるが、見つければ根治率は高いので内視鏡検査をお勧めする。昨年、大腸のカプセル内視鏡が発売された。大きさは1~3センチで、毎秒4~35枚の写真を撮影できる。▼BMI35以上の高度肥満者への新しい手術療法が登場している。胃を完全に切り離すバイパス手術や胃の入口にバンドをかける方法などだ。胃の中に風船を入れる治療では、半年で10キロの体重減が認められた。ほかにも脂肪の吸収を抑える新薬が出てきたり、腸内細菌が肥満に関わっているのではないかというデータが出てきている。▼いずれにしても、肥満は万病のもとであり、肥満治療に近道はない。がんは早期発見、早期治療でほとんど治癒するので、間を空けずに検診を受けていただきたい。

<ビジター> 松山RC上甲泰様<生命保険> 東予RC 伊藤正浩様<生命保険>

## 次回例会(5月29日)

## 【職場訪問例会】

日時：2014年5月29日(木) 12:30~13:30

場所：今治警察署(旭町1-4-2 TEL 34-0110)

※お車でお越しの方は、百十四銀行横にある檜垣産業パーキング2階をご利用下さい。

[ 笹お弁当・お茶 ]