

池田ロータリークラブ週報

2020年9月9日〈3176例会〉 No.3177

国際ロータリーのテーマ

ロータリーは機会の扉を開く
(Rotary Opens Opportunities)

2660 地区のテーマ

BACK, To the FUTURE
(～基本に戻って、未来へ～)

池田ロータリークラブのテーマ

Together Everyone!
(～素晴らしい出会いを求めて～)



ロータリーは機会の扉を開く

例会日 毎週水曜日 12:30～13:30
例会場 池田商工会議所 2F
創立 1954年4月24日
事務局 〒563-0025
大阪府池田市城南 1-1-1
池田商工会議所 2F
TEL (072)752-3355
FAX (072)752-7800
ホームページ: ikeda-rc.com
E-mail アドレス
ikeda-rc@amber.plala.or.jp

2020～2021 年度 R I 会長ボルガー・クナーク RI 第 2660 地区ガバナー簡 仁一 ■会長 奥村 勝彦 ■副会長 鶴原 英生
■副会長 吉岡 崇 ■幹事 北林 寛崇 ■副幹事 南 みどり ■親睦委員長 暮部 光昭 ■広報・会報担当 永田 大介

2020-21 年度 会長 奥村 勝彦

こんにちは。コロナコロナで早くも 9 月になりました。私はいつの頃からか日記を付け出したのですが、それによると、今年の 1/29 の日記に「大阪で初のコロナ感染者」と記してありました。ですからもう、7 ヶ月以上も「モヤモヤした」状況が続いていることとなります。その上、先週末の安倍総理の辞職発表に伴う後継者争いがこちらでも混沌とした状況で、いづれにしても、早く良い方向に収束して欲しいと願うばかりです。ところで、この 8 月は本当に暑かったのですが、どれだけ暑かったのか過去と比較してみました。今年の 8 月の実績と他年度との比較は以下の通り。

平均気温 最高気温 最低気温

2020/8 30.8 36.7 27.3

対 2019 比 +1.7 +3.0 +1.1

対 1964 比 +1.2 +2.1 +1.4

対 1945 比 +2.5 +3.2 +3.1

対 1883 比 +4.1 +4.1 +4.9

平均気温が 1.5 度上がるということは気象学的には大変なことようですが、昨年との比較では平均で 1.7 度、最高で 3.0 度、最低気温では 1.1 度それぞれ高くなっています。また先の東京オリンピックの年 1964 年との比較で見ますと 1.2 度、2.1 度、1.4 度とそれぞれ上がっています。1964 年は私は大学 1 年生でしたが、家にはエアコンはもちろんのこと扇風機も無くうちわだけで過ごしました。それでも熱中症という言葉もありませんでしたし、運動クラブでは練習中水を飲むなという指導でしたが、事故もあまり聞けなかったように思います。暑さの質が違うのかも知れません。このように異常気象をもたらす地球温暖化からいよいよ目を離さずにはおられない状況になってきました。



開会・点鐘

ロータリーソング

ゲスト&ビジター紹介

出席報告

会長挨拶

幹事報告

委員会報告

ニコニコBOX

本日の卓話

本日の卓話

「米山奨学生
張さんの国 台湾」

卓話者: 奥村 勝彦 会長

❖ 幹事報告 ❖

幹事 北林 寛崇

(地区より)

①9月ロータリーレート (1ドル106円)
(会員各位)

②ガバナー月信9月号配信のお知らせ
(会員各位)

③国際奉仕ニュースレター発刊のお知らせ
(国際奉仕委員長 名村会員)

④クラブ職業奉仕委員長会議資料配布の件
(職業奉仕委員長 田嶋会員)

⑤米山奨学生オリエンテーションのご案内
(米山カウンセラー 南会員)

⑥公共イメージ向上ならびにクラブビジョン
策定セミナーのご案内
(奥村会長)

(大阪中央ロータリークラブより)

⑦メーキャップに関するアンケート
(事務局)

名村研二郎会員：結婚記念日のお祝いを頂いて。
新見 香会員：コロナ禍、業務の変更を余儀なくされ、隔週欠席となり、申し訳ございません。

❖ 9月のお祝い ❖

本人誕生日：
吉岡 崇 会員



結婚記念日：
吉岡 崇 会員
暮部 光昭 会員
名村研二郎 会員

❖ ニコニコ BOX ❖

プログラム担当：橋本 昌也 会員
ニコニコ 担当：幸田 伸明 会員

山口 正之会員：卓話当番です。欠席のお詫び。
吉岡 崇会員：本人誕生日、結婚記念日、ダブルで頂いて。

暮部 光昭会員：結婚記念日のお祝いを頂いて。



❖ 前回の卓話 ❖



「PCR検査ならぬ
アルコール体質検査を
受けてみました」
卓話者：山口 正之 会員

口から入ったアルコールは、胃から20%、小腸から80%が吸収されて血液に溶解込み、門脈から肝臓に運ばれます。

そして、アルコールの大部分は肝臓で分解されます。肝臓内では、まず、アルコール脱水素酵素 (ADH) などでアセトアルデヒドに分解します。このアセトアルデヒドが、悪酔いや二日酔いの原因となる有害物質です。顔面紅潮、動悸、吐き気、頭痛などを引き起こすのもこのアセトアルデヒドの毒性作用によるものです。そして、さらに、このアセトアルデヒドは、肝臓内のアルデヒド脱水素酵素 (ALDH) により、無害な酢酸へと分解されます。この酢酸は血液により全身をめぐり、最終的には水と二酸化炭素に分解され、汗や尿、呼気となって体外へ排出されます。飲酒後に、息が酒臭くなったりするのはこのためです。

肝臓は「代謝」「排泄」「解毒」などといった重要な働きを担っていますが、その中の「解毒」の機能として薬物の解毒、また細菌や異物、毒素などを処理する働きがあり、この解毒機能が

アルコールの分解に関わっているわけです。肝臓はアルコールの分解過程で生じる有害なアルデヒドを酸化させることによって、無害な酢酸に変えてくれているわけです。

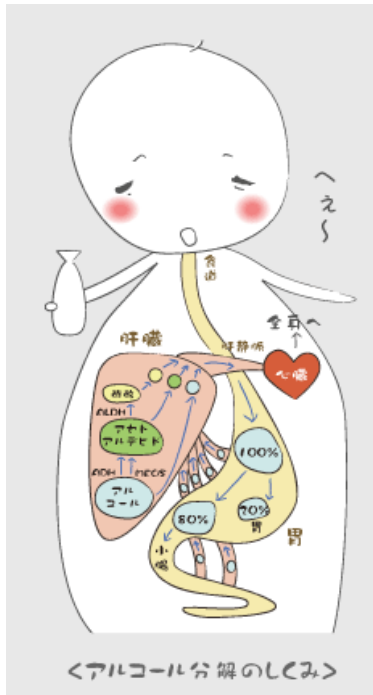
アルコールの処理時間 (h) =
飲酒量 (ml) × 0.8 × アルコール度数
÷ (K × 体重kg)

(係数K=0.1~0.15 お酒の強い人は0.15・お酒の弱い人は0.1・普通の人には0.11)

例えば、体重60kgの人が、ビール(大瓶、アルコール度数5%)1本を飲んだ場合、アルコール処理時間は、(633 (ml) × 0.8 × 0.05) ÷ (0.11 × 60 (kg)) = 3.84 (h) となります。

酒を全く飲まないより、適量飲んだ方が体にいい・・・「酒は百薬の長」という言葉は、今もなお多くの人に信じられています。それを裏付けるものとして、「Jカーブ効果」という言葉もあります。横軸に飲酒量を、縦軸に死亡率をとってグラフにすると、飲酒量が増えるにつれて、あるところまで死亡率が下がり、それ以降は上がっていくので、グラフの形が「J」になるのです。そして、死亡率が最も低いところが「適量」というわけで、日本では、1日当たり、純アルコール換算で20g(女性はその半分程度)が適量とされています。ところが、世界的にアルコールのリスクについての研究が進み、2018年4月には、医学雑誌「LANCET」に、英国の研究で、「死亡率を高めない飲酒量は、純アルコールに換算して週に100gが上限」と報告されました。そしてなおショックなことに、同年8月には、やはりLANCET誌に、「195の地域で23のリスクを検証した結果、基本的に飲酒量はゼロがいい」と結論づけた論文が掲載されたそうです。もちろん権威ある雑誌の論文といえども一つだけで結論を出すのは危険ですが、研究者からすると「やっぱり出たか!」という感じだったそうです。

池田RCのテーマ「Together Everyone!～素晴らしい出会い（機会）を求めて～」



ポリオプラス基金	
8月26日時点累計	3,865 円
9月2日分	630 円
累計	4,495 円

義捐金BOX	
8月26日時点累計	126,415 円
9月2日分	807 円
累計	127,222 円

9月スケジュール

2	水	3175 回例会
9	水	3176 回例会
16	水	3177 回例会
23	水	休会（祝日週）
30	水	休会（第5週）

ニコニコ箱の累計	
9月2日現在	317,000 円

9月16日（水）例会	
卓話の題：「認知症って なんだろう」	
卓話者：幸田 申明 会員	

♪♪♪♪♪♪♪♪♪♪♪♪

奉仕の理想

奉仕の理想に集いし友よ
御国に捧げん我等の業
望むは世界の久遠の平和
めぐる歯車いて輝きて
永久に栄えよ
我等のロータリー

♪♪♪♪♪♪♪♪♪♪♪♪