

Weekly Report

国際ロータリー第2580地区

東京江戸川ロータリークラブ
ROTARY CLUB OF TOKYO EDOGAWA

Vol.57 No.18 第2568回 2020年12月21日



鹿骨円勝院

Rotary   **ロータリーは 機会の扉を開く**
Rotary Opens Opportunities
国際ロータリー会長 ホルガー・クナーク

不易流行  **Rotary**
東京江戸川ロータリークラブ
会長 後関和之 Tokyo-Edogawa

[本日の卓話] 12月21日

「五大奉仕委員長 上半期活動実績報告」

クラブ奉仕委員長	久保 克
職業奉仕委員長	川野克博
社会奉仕委員長	森 清正
国際奉仕委員長	山本昌之
青少年奉仕委員長	小林 司

[次回の卓話] 1月18日

「寿獅子」

東都葛西神楽保存会

(紹介者: 後関和之 会長)

第2567回 2020年12月14日 例会報告

■点鐘・ロータリーソング・今月の歌

「我等の生業」「きよしこの夜」

■来客紹介 来賓・ビジター・ゲスト … なし

■出席状況報告

44名中 33名出席 出席率91.67%

■会長報告

○マツヤサロン・ピアニストへお歳暮贈呈

○12/9(水)東武ホテルレバント東京で開催の東京臨海RC忘年会・東京臨海北斗ロータリー衛星クラブ発足式に出席しました

■幹事報告 … なし

■委員会報告

○職業奉仕委員会(川野委員長)…東京東RCよりロータリー職業奉仕キャンペーン第4回の一覧表が届きましたのでラックへ配布しました。適宜ご活用ください

○東分区IM実行委員会(荒井副委員長)…例会終了後IM実行委員会を開催しますので 関係各位はご参集願います

○いわき勿来RC委員会(森田委員長)…いわき勿来RCより週報が届きましたので回覧ください

○健康管理委員会(渡邊委員長)…健康ぷらざより「LDLコレステロールが高い状態を放置しないで」についての説明。コレステロールの役割と循環、LDLコレステロールが過剰になると、健診で脂質異常症を指摘されたら(2頁に掲載)

■本日の卓話

「COVID-19の肺炎について思う事」

当クラブ会員 渡邊静彦 君



* 今後の例会予定 *

12月28日(月)	休会	(タワーホール船堀休館の為)
1月4日(月)	休会	(タワーホール船堀休館の為)
1月11日(月)	休会	(祝日 成人の日)
1月18日(月)	新年初例会	

創立 1964年7月30日
例会日 月曜日(12:30~13:30)
例会場 タワーホール船堀 TEL(5676-5511) 〒134-0091 江戸川区船堀4-1-1
事務局 〒130-0013 墨田区錦糸1-1-5 Aビル6階(事務局員/松本育子)
TEL 5637-4603 FAX 5637-4611 E-mail: edogawa@club.email.ne.jp

会長 後関和之
副会長 久保克
幹事 岩楯信一
会報委員会 高橋桂治、川野克博、柴田憲男
URL http://www.edogawa-rc.jp

2020-21年度
12月理事・役員会報告

日時：2020年12月7日(月)13:40～
場所：タワーホール船堀2F「瑞雲の間」
出席者：後関・稲山・久保・岩楯・伊東・川野・森・山本(昌)・小林・岡本・松井・多賀・横山・荒井・大野平
〔記録係：鹿野・市川〕(以上17名)

<協議事項>

- 2021-22年度地区補助金プロジェクト申請の件…承認
児童相談所文房具寄付事業を継続して実施することとし、補助金申請を行う
- マツヤサロン・ピアニストお歳暮の件…承認
次週12/14に例年通り贈呈する
- 事務局年末年始休暇の件…承認
12/29～1/5迄
- 今後の例会について…承認
コロナ禍であるが、例会は現状通り継続する

<報告事項>

- 11月収支報告
- 社会奉仕委員会より。江戸川区児童相談所へ文房具一式が11/12納品されました。代金651,820円を11月中に送金しました



健康
ぷらざ

LDLコレステロールが
高い状態を放置しないで

指導・ひんくう総合医療センター 理事長 山下 静也

企画：
日本医師会

No. 533

コレステロールの役割と循環

コレステロールは、細胞の膜やホルモンを作る材料になる重要な物質です。血液中には、いわゆる悪玉と呼ばれるLDLという粒子によって運ばれるLDLコレステロールと、善玉と呼ばれるHDLという粒子によって運ばれるHDLコレステロールがあります。LDLは肝臓で作られたコレステロールを全身へ運び、増えすぎたコレステロールをHDLが回収して肝臓へ戻し、コレステロールの量を調整しています。

LDLコレステロールが過剰になると

このふたつのコレステロールのバランスが崩れて、血液中のLDLコレステロールが過剰になると、脂質異常症と呼ばれる状態の1つです。この状態が続くと、LDLコレステロールが血管壁の中に入り込んで、水道管が錆び付いたような動脈硬化ができます。動脈硬化が進むと、狭心症や心筋梗塞、脳梗塞などの動脈硬化性疾患を引き起こします。

健診で脂質異常症を指摘されたら

下の表のいずれかに当てはまると、脂質異常症といわれる状態です。どのような対策・治療を行うかは、年齢や性別、身体所見や家族歴など、この数値以外の因子も考慮して判断します。特に、LDLコレステロールは、高値になっていても自覚症状がなく、遺伝性にLDLコレステロールが著しく高くなり、放置すると心筋梗塞になりやすい家族性高コレステロール血症という病気もあります。いつの間にか動脈硬化が進み、生命を脅かす重大な病気を引き起こす前に、自身の健診結果に目を向けて、早めにかかりつけ医を受診して相談しましょう。

表 脂質異常症診断の目安

血液中の脂質	異常値
LDLコレステロール (悪玉コレステロール)	140mg/dL以上
HDLコレステロール (善玉コレステロール)	40mg/dL未満
空腹時トリグリセリド (空腹時中性脂肪)	150mg/dL以上
non-HDLコレステロール	170mg/dL以上





ニコニコ
ボックス

本日合計 60,000円
今期累計 1,381,000円

渡邊君…後関さん健康管理の役割果たせずみません。珍しいお菓子ありがとうございます/柴田さん色々お世話になりありがとうございます/市川さん・馬目さんお休みの間ありがとうございます

野崎君…本日卓話 渡邊さん宜しくお願いします/コロナの陽性者が小中学校で毎日発生していると報告があります。お孫さん等にも手洗い・マスクを徹底するよう声を掛けて下さい

大野(達)君、久保君…本日の卓話 渡邊さん宜しくお願い致します

西川君…渡邊さん本日の卓話宜しくお願い致します/ニコニコいつもご苦労様です

田中君、岩楯君、伊東君…渡邊さん本日の卓話楽しみにしています

川野君…渡邊さん本日の卓話楽しみにしています/柴田さん先日も大変お世話になりました

高橋君…渡邊さん本日の卓話宜しくお願い致します/来週の12/21に出席出来ませんので先週の12/8にメイクアップしてきました。私は本日が最後の例会となります。皆さん良いお年をお迎え下さい

小黑君…渡邊さん本日の卓話宜しくお願いします。お勉強します

横山君…医療関係の皆さん頑張ってください

後関君…例会はあと2回です。元気で続けたいですね!

荒井君…本日例会終了後、東分区IM実行委員会の皆さん宜しくお願いします

稲山君…先日の年次総会では大変お世話になりました。ありがとうございました/荒井さん・山本(昌)さん・多賀さん・大野平さん色々ありがとうございました

山本(昌)君…荒井さん先日はご馳走になりありがとうございました

多賀君…岩楯さん先日はありがとうございました。10数年ぶりの味わいでした

市川君…野崎さん先日はありがとうございました。大変勉強になりました

岩倉君、山本(和)君、森君、鹿野君…ニコニコ頑張ってください

関口君…ニコニコご苦労様です

大野平君…ニコニコ ガンバレ!

