



2010～2011年度

中津平成週報

Rotary Club Of Nakatsu Heisei



2010～2011年度
国際ロータリー・テーマ

地域を育み、
大陸をつなぐ

国際ロータリー会長

レイ・クリンギンスミス

国際ロータリー2720地区 **中津平成ロータリークラブ**

会長 青木 秀暢 幹事 土居 孝信 会報担当 二反田新一 加来 敏男 クラブ広報委員長 大和 裕武

例会日/毎週木曜日 12:30

例会場/グランプラザ中津ホテル TEL 0979-24-7111

事務局/〒871-0055 中津市殿町1383の1 中津商工会館2F

TEL 0979-22-9716 FAX 0979-22-9722

e-mail office@n-heisei.org

<http://www.n-heisei.org/>

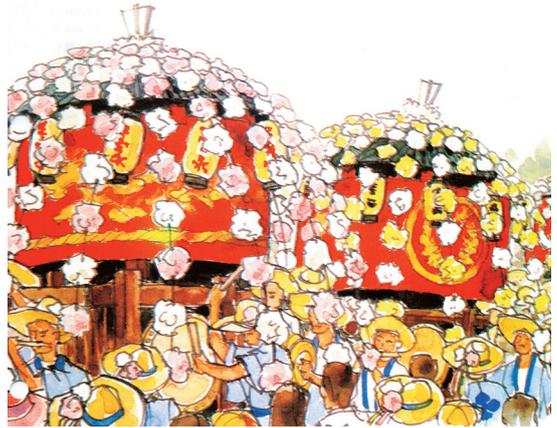
第990回例会 平成22年8月26日(木)

●本日の例会プログラム

夏ばて対策食事会 (18:30～ 割烹 嘉乃)

◎次回例会プログラム ゲスト卓話「子供たちを取り巻く環境」

聖ヨゼフ寮 施設長 田村 寛氏



前回(989回例会)の記録

平成22年8月19日(木)

■ゲスト

なし

■ビジター

宿利公夫君
(中津中央RC)

■出席報告

会員数	25名
免除者数	0名
対象者数	25名
本日出席者	19名
欠席者数	6名
出席率	76.00%

■前々回出席報告の修正

前々回欠席者 6名

メイクアップ 4名

欠席者 2名

修正出席率 76.00% → **92.00%**

●メイクアップ

熊谷(7/20 中津中央RC)、土居(7/24 会員増強セミナー)
岡野、江淵(8/3 中津中央RC)

●欠席者

松本、向笠

◎ロータリーソング それでこそロータリー

◎会長の時間 会長 青木秀暢

お盆も過ぎまして、暦の上では秋ですが、今年例年に比べ、毎日うだるような暑さです。日本列島全体が猛暑に覆われているとの事で、いささか夏バテのような気がします。次週例会は何か夏バテ解消できるような企画が組まれているとの事で、それを期待し、次週の例会まで頑張りたいと思います。

さて、今月は会員増強月間ですので、会員増強について述べさせていただきます。ロータリーがたった4人からはじまって世界的にこれだけの広がりを見せたということはロータリーにそれだけの魅力があるからだと思えます。

わがクラブも早くこの魅力をわがものにしてロータリーを楽しむ心境に至らなければならないと思います。自分が楽しいと感ずるようになれば人にも入会を勧めたくなるでしょう。また、クラブが楽しければ、退会など考えないと思います。魅力のある、楽しい、ロータリークラブにするようにお互いに努力して行きましょう。それが会員増強につながると思えます。



◎幹事報告 小野前幹事

●例会変更 別府東RC、日出RC

●週報受理 竹田RC、天草中央RC、八代RC、熊本中央RC、本渡RC、津久見RC、加古川平成RC

●週報お礼 寿崎パストガバナー、森田パストガバナー

●「2010～2011 RI超我の奉仕賞」の推薦について

●別府中央RCより 例会場変更のお知らせ

●ロータリー財団セミナー開催のお知らせ



◎例会の食事メニュー

ポークと夏野菜のカレー



◎委員会報告

・親睦担当 川崎会員

次週8/26例会は「夏ばて対策食事会」です。会場の嘉乃さんからお酒の持ち込みを許可頂きましたので、会員の皆様のお



2010～2011年度

中津平成週報

Rotary Club Of Nakatsu Heisei

2010～2011年度
国際ロータリー・テーマ地域を育み、
大陸をつなぐ

宅にある物をお持ちください。強壯酒でなくても結構です。

・前年度会員増強退会防止委員会 梶屋前委員長

2009～2010年度の100%例会出席者を発表し、記念品を青木会長より贈呈します。

●100%出席者(13名) 江淵、岩淵、梶原、梶屋、加来、辛嶋、熊谷、永松(達)、二反田、岡野、若松、大和、永松(浩)

●ホームクラブ100%出席者 江淵

・二反田副会長

来月の例会でロータリー夜学を開催します。本日から出欠表をまわします。

日時：9月16日(木) 18:30

場所：グランプラザ中津ホテル

会費：3000円

アルコールも出ますので、よろしくをお願いします。

◎ニコニコボックス 担当：クラブ管理運営委員会

○加来会員

8月21日(土) 午後3時から中津教育福祉センターで市民対象歯科講話「歯周病と全身の健康」が開催されます。大分県と中津の歯科医師会が主催します。お時間のある方は是非お越しください。

○小野会員

今年もお盆を無事に乗り切ることが出来ました。次週の例会ですが、缶ビール等を持ってこられる方は事前に当店で冷やしますので、午前中にお持ちください。おいしくしてお出します。

○長野(修) 会員

父の初盆には会員の皆様方に御参りいただきまして、ありがとうございました。

○岩淵会員

私のほうも、両親の初盆に御参りを頂きまして、まことにありがとうございました。

◎会員卓話

「熱中症について」

小路 東 会員



熱中症とは

高温多湿の環境下で体温、体液恒常性維持に障害をきたした病態を熱中症と総称します。今年も国内では新聞・テレビ等の報道機関が示すように熱中症による事故があとを絶ちません。熱中症は家庭、職場、学校とあらゆるところで発生します。必ずしも炎天下とは限りません。

こうした事実は何度も繰り返し警告されていますが、悲しい事故が起きています。管理者、指導者はもちろん、お互いの者が十分に知識を持って、対処すべきことです。決して無理をしない、させない運動が悲惨な事故を防ぐものと考えられます。

熱中症には大きく分けて、例えば炎天下や暑熱環境でスポーツや肉体労働などを行い、自ら体内に熱を発生して生じる「労作性熱中症」と特に体内に熱を発生するようなことをしなくても、日常生活やレジャー中に起こる「非労作性熱中症」の2つがあります。2008年に行われた熱中症の実態調査では、スポーツ中の発症は若年男性に多く、肉体労働中の発症は中年男性に、日常生活での発症は高齢男女に多いという傾向がみられました。労作性熱中症は屋外、特に炎天下での発症が多く、非

労作性熱中症は半数が屋内で発症しています。

最近、特に目立つのは老人での発症が地球温暖化現象に加えて都市部でのヒートアイランド現象(空調や自動車からの排熱、建物や道路から反射される熱によって、気温が周辺部より高くなる現象)も相まって増加しており、社会的にも軽視できない疾患となっているのは周知の事実であります。

熱中症の症状と分類

熱中症の分類は以前は「日射病」「熱痙攣」「熱疲労」「熱射病」などという用語が使われていますが、これらは英語の疾患名を日本語に翻訳したもので、重症度や治療法と関連がわかりにくいという問題があり、現在は軽いほうから、I度、II度、III度と3つに分類されています。

●I度…めまい・失神(立ちくらみという状態で脳への血流が瞬間的に不十分になったことを示し) 熱失神と呼ぶこともある。筋肉痛、筋肉の硬直(こむら返り) その部分の痛みを伴う。発汗に伴う塩分(Na・CL・K) イオン(電解質)の欠乏により生じ熱痙攣と呼ぶ。

●II度…頭痛・気分の不快・吐き気・嘔吐・倦怠感・虚脱感(体がぐったりする、力が入らないなどがあり、いわゆる熱疲労といわれる状態である)

●III度…意識障害、痙攣、手足の運動障害

(呼びかけや刺激への反応がおかしい、体がガクガクと引きつけがある。真直ぐに走れない、歩けない)

高体温

(体に触ると熱いという感触がある。従来から熱射病、重度の日射病と言われていたものがこれに相当する)

熱中症の治療

応急処置：熱中症が疑われる場合は、涼しい場所に移動させ、安静にして、体を冷やし、誤嚥の心配がなければ水分と塩分を補給させるのが基本です。

II度以上が疑われるときは、これに加えてすぐに医療機関を受診させます。

水分の質も大切で、スポーツドリンクは以前いわれていましたが、これは健康なときの水分補給に適している飲み物で、熱中症が疑われるような軽度、中度等の脱水状態では、ナトリウム・カリウム・塩素等の電解質に糖分が適切に配合されているものが望ましい。

治療方針

乳酸を含むリンゲル液、または生理食塩水500～1,000ml 点滴静注

重症例(熱射病)

緊急治療が必要である。直ちに全身を強力に冷却し細胞外液の急速大量補液と深部体温のモニターを開始する。

さらに冷却輸液、酸素吸入を継続しながら全身管理集中治療が可能な施設に移送することである。

(1) 全身冷却：39℃まではできるだけ速くに体温を低下させる。全裸とし全身の体表にアルコールまたは水を浸したガーゼを置き扇風機、エアコンで送風する。氷嚢の併用、冷水による胃・膀胱洗浄なども有効。

(2) 呼吸循環管理：抗ショック療法、酸素吸入、人工呼吸各種モニターの装着監視を行う。