



国際ロータリー第2530地区

郡山東ロータリークラブ会報

Weekly Report



クラブ創立記念日：1970年4月5日

2016～2017年間テーマ
親睦と奉仕

会長：柳沼莞爾 幹事：相山 進 クラブ会報・雑誌・広報委員長：加藤 昌幸
例会日/毎週火曜日 例会場/郡山ビューホテル TEL024-924-1111

事務局/〒963-8844 郡山市宇賀庄15-1 新沢ビル302 TEL024-973-7813 FAX024-973-7814 http://ri2530koriyama-east.org Email:kerc@cyber.ocn.ne.jp

第33回例会 (通算2267回)

2017年3月7日(火)

開会点鐘 国歌斉唱 奉仕の理想 四つのテスト

会長あいさつ

地区補助金プロジェクトのご報告

昨年3月より進めてまいりました2016-17年度地区補助金事業、地域文化の伝承保存プロジェクト「郡山の民話」CDが、この度完成致しました。完成までには本日おいで頂きました語り部の品竹悦子様大変お世話になりました。CDは会員の皆様一枚ずつ、大変貴重なものです。3月9日には、相山幹事、佐藤雄三会員、根本一男会員、志賀誠会員、私で、郡山市長に寄贈してまいります。また、3月21日は郡山市私立幼稚園協会に寄贈致します。



柳沼莞爾 会長

本日の役員理事会で、マイロータリー登録が、小池会員のご尽力で100%を達成致したことが報告されました。100%は地区でもあまりないことです。ありがとうございます。

幹事報告

國分義之 前年度幹事

- 3月のロータリーレート=116円
- 郡山の民話CD寄贈について

3月9日(木) 16:30～・郡山市本庁舎総務市長応接室にて教育委員会、学校管理課を通して郡山市立小学校60校、子ども育成課を通じて郡山市立保育所25校、民間認可保育所29校、3月21日(火) 10:00～・郡山市私立幼稚園協会を通して市立幼稚園に33校、他ザベリオ学園幼稚園に2校の寄贈の予定です。

ファイヤーサイドミーティングのご案内 橋詰勝雄ロータリー情報委員長

5月16日・なりた温泉

郡山東RC40周年実行委員長の葛西秀匡会員から「50周年に向けて」ということとお話頂きます。心一つにして50周年を迎えたいと思います。ご参加よろしくお願い致します。



橋詰勝雄

3月の結婚・誕生日

- 結婚記念日…佐藤雄三(S51.3.14)、一條武人(S43.3.21)
- 誕生日…鈴木克幸(S40.3.5)、門馬真澄(S5.3.25)
- ご夫人誕生日…小川ゆみ子さん(3.5)、葛西弥生さん(3.12)、橋詰ハルエさん(3.18)

ニコニコBOX

柳沼莞爾 葛西秀匡 高田藤太郎 中村秀勝 加藤昌幸 一條武人 佐藤雄三
橋詰勝雄 小川則雄 根本一男 過足 和茂 小池正幸 根本朝秋 國分義之
根本輝久 野口 亨 志賀 誠 吉田純男 鈴木克幸 川村雄一郎 佐藤一正
菅野 篤

財団BOX

葛西秀匡 小池正幸 鈴木克幸

米山記念奨学会

柳沼莞爾 橋詰勝雄 根本朝秋 根本輝久 吉田純男 鈴木克幸

出席報告 会員数30名 出席23名 欠席7名 出席率96.42%

郡山の民話 CD 完成報告

品竹悦子様への感謝の言葉と CD 贈呈

郡山は民話の宝庫です。柳沼会長からCDのお話を頂いた時は、ありがたい反面、私でいいのか悩みました。

民俗学者の懸田弘訓先生はじめ、ご指導頂いている時に、郡山は9つの藩のご先祖様が、全国から集まって、言葉と文化を持ってきて作り上げ、発展してきた所、今郡山に暮らしている人の言葉が郡山の言葉だにご指導頂き、お引き受けしました。

心の広い郡山東RCの皆様へ感謝申し上げます。これからは子ども語り部といっしょに大好きな郡山の良さを自慢していきたいと思ひます。



会員卓話「最後の晩餐」

中村秀勝会員

皆様は人生最後に食べたいものはなんでしょうか。先月の「街おこりやま」にアンケートが載っており、1位は寿司でした。以下、ごはん、卵かけごはんなどのお米系、ステーキ、ウナギ、カレーライス、刺身、すき焼きなど。飲み物は1位がビール、だったそうです。



最後の晩餐を健康体で意識して食べられる人がいます。死刑囚です。日本では処刑前夜に好きなものを食べさせる習慣はないそうです。まれに最後の食事の注文を受ける場合もあるようですが、ほとんどの場合天井か寿司、天国にいけるように縁起をかついで天井です。執行前に祭壇の供え物を勧められますが、手をつける人は稀だそうです。誘拐殺人で38歳で執行された吉展ちゃん事件の小原保は、供物のどら焼きをおいしそうに平らげて、静かに落ち着いて逝ったそうです。彼は福島県石川町の出身で、もし生まれ変わるならば、愛する故郷で誠一筋に生きる人間になる、ということで、刑務所で詠んだ短歌の名前はすべて福島誠一でした。辞世の句は「世をあとにいま逝くわれに花びらを降らすか窓の若き枇杷の樹」福島誠一

若山牧水は晩年アル中で、死の床でも酒を求め、寝たきり状態だったのに、吸い飲みで飲んで酒の味がしないといい、抱き起こしてもらって盃で飲み、「ああ、これでこそお酒の味がする」と言ったという。さらに筆で含ませられた酒を口内炎で真っ白に腫れた唇に塗ってもらい昇天しました。43歳でした。

大阪淀川キリスト教病院はホスピス病院です。死期の迫った患者に週に1度、リクエスト食として患者の好きな料理を何でも提供しています。調理師は「一人ひとりの味の記憶も違う。オーダーメイドの調理は見えないゴールにシュートするようなもの」と、ひたすら患者の記憶に近づこうと汗を流すにそうです。

自分が好きなものをしっかり食べ、苦しまずに逝ければと思います。思い通りにいかないのが現実です。せめて元気なうちにおいしいものを自分自身の歯で楽しめる生活を大事にしたいものです。

(有) 五 陵

代表取締役 橋詰 勝雄

郡山市菜根4-25-10 TEL024-932-3534

第34回例会
(通算2268回)

2017年3月14日(火)
開会点鐘 それでこそロータリー 四つのテスト

会長あいさつ

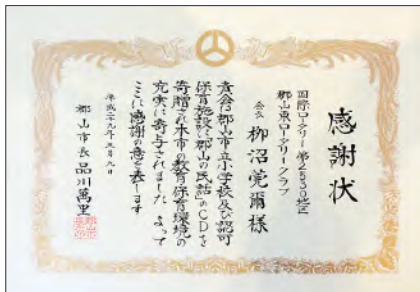
子どもの貧困について

3月11日に東日本大震災と原子力発電所の事故から6年になりました。しかし復興はまだ道半ば、いまだふるさとに帰れない人、仮設住宅にお住まいの方、など大変な課題がたくさんあります。復興にはまだまだ時間がかかるのではと思います。

今日は子どもの貧困についてお話します。私は日本で子どもの貧困などあるのかと思っていましたが、実際は日本どころではなく郡山にもあります。我々は真剣に足元のことを考えなくてはならないと思いました。子どもたちが朝ご飯を食べないで学校に行く。あるいは給食やお弁当の時間に、校庭で遊ぶしかない。経済的に食べられない。実際子ども手当をもらったり、収入はそこそこありますが、支出の優先順位が生活の最低限の確保ではなく、たとえば、子どもにスマートフォンを持たせ、その支払いが最優先になっている。私には考えられません。母子家庭ですと、働きながら子どもを育てるわけですから大変です。NPO法人などが支援しています。

私は社団法人太田福祉記念会の役員をしていますが、そこで先月から熱海地区の食べられない子どもたちに食事を提供することになりました。朝食を学校に届けます。無料ですと差別化に繋がるということで、100円だけ頂くそうです。結構な申し込みがあるそうです。それが実態です。

3月9日、郡山市役所で地域文化の伝統保存プロジェクト「郡山の民話」CDの寄贈を行いました。市長から感謝状を頂戴してまいりました。ご協力ありがとうございました。ご協力ありがとうございます。



相山 進幹事

幹事報告

- マイロータリーのアドレスについて
- 2017国際ロータリーアトランタ大会のご案内
- 「郡山の民話」のCDについて

福島放送「スーパーJチャンネル」プレゼントコーナーで放送予定(3月14~16日)、放送後に抽選、発送されます。

ニコニコBOX

柳沼莞爾 相山 進 葛西秀匡 高田藤太郎 中村秀勝 加藤昌幸 佐藤雄三 橋詰勝雄 小川則雄 根本一男 過足と茂 根本朝秋 根本輝久 野口 亨 志賀 誠 鈴木克幸 菅野 篤

財団BOX

相山 進 根本朝秋

米山記念奨学会

柳沼莞爾 相山 進 葛西秀匡 橋詰勝雄 根本輝久

出席報告

会員数30名 出席18名 欠席12名 出席率64.28%

●他クラブ出席/地区行事…過足と茂 郡山グローバルRC…根本輝久

ゲスト卓話「郡山市の水道事業について」

郡山水道局 郡山市水道事業管理者 小野利信 様

郡山市水道事業の概要(平成27年度)ですが、行政区内の総人口は335,657人、給水戸数133,550戸、一日の平均給水量は10,480㎥、毎日、猪苗代湖の水面1mmを使っていることになります。ですので、郡山で断水はまずないと考えています。皆さんが一日どれくらいの水を使っているか、約326ℓです。お風呂やトイレ、洗濯などで77%、飲み水は3ℓです。直接飲まなくともお茶やコーヒーなどでも飲んでいきます。



郡山市は堀口浄水場(逢瀬)がメインです。豊田浄水場は平成25年に廃止し統合しました。取水は猪苗代湖、災害に備えて、二重の取水ができるようになっています。熱海浄水場は深沢の名水と言われてます。三春ダムからの荒井浄水場では、東北で初めてオゾンと活性炭による高度浄水処理を始めました。機会があればご見学下さい。どの水もおいしいです。カルキ臭いと言われる方がいますが、水道管が古かったり、工事で、水道水が原因ではなかったりします。

郡山市の近代水道は、「一本の水路」として日本遺産になりました安積疎水。明治15年(1882年)国営第一号の事業です。明治45年、豊田浄水場ができました。当時の郡山町長今泉久次郎は、水道が不備であれば郡山は発展しないと、当時の町の総予算の5倍を使って作りました。昭和25年頃から郡山の人口は右肩上がりが増えました。昭和42年ごろから、水需要が増大し、堀口浄水場が建設されます。水洗トイレが普及し始めたことが大きいです。昭和55年、荒井浄水場ができ、郡山市の人口が増えても十分対応できるようになりました。

平成20年から拡張の時代から維持管理の時代になりました。水道料金を下げる要因の一つになっています。豊田浄水場を廃止し堀口浄水場へ統合、一番の要因は、災害時に自家発電ができないからです。堀口は339mの標高があり、豊田浄水場の地域まで150mくらいの落差があり、自然に水が行きます。そこがメリットです。

水道は水質検査をしています。国の基準で51項目、郡山市は228項目を検査して、安全な水しか届けていません。放射性物質は平成23年4月以降、すべて不検出です。

管路は拡張時期が1970年代の高度成長期、耐用年数が40年で、改修がこれからかかってきます。管路全体で総延長17,679 km、うち耐震化が13.1%、全国平均位です。基幹管路122.9 kmの耐震化63.6%は、全国でもかなり高い数字です。まず漏水などはないと見ています。東日本大震災では、約3,700戸が断水しましたが、20日で100%回復。ほとんどで1週間かからなかったと思います。

漏水についてです。配水管は水道局ですが、そこから引いている管は皆さんの財産ですからいじれません。原則道路の境界から1m以内であれば水道局はやりますが、メーターより先は絶対にいじりません。事業所であれば境界線から1mまでしかやりません。

水道料金は23年ぶりに3%前後下げます。拡張事業が終わったからです。皆さんの平均が月2,700円位ですが、年間2,000円位安くなります。電気料金などに比べると高いものではないと思います。4月から上下水道が統合します。下水も水道局に来て郡山市上下水道局になります。

水道局は、安全な水、おいしい水を心がけております。今後ともよろしく願い致します。

(株)常電舎

代表取締役 水品 幸意

郡山市喜久田町字入ノ内15-44 TEL024-952-2237

第35回例会
(通算2269回)2017年3月21日(火)
開会点鐘 我らの生業 四つのテスト

会長あいさつ

日本らしい職業奉仕を

昨日はお彼岸の中日、皆さんお墓参りは済まされましたか？先祖を大事にすることは大切です。年に3回春と秋の彼岸、お盆はお墓に足を運んで欲しいです。

地区補助金プロジェクト、郡山の民話CDは、今日相山幹事と二人、私立幼稚園協会に33枚を寄贈し、贈呈は全て終了致しました。ご協力ありがとうございました。



柳沼莞爾 会長



3月18日、2016～17年度職業奉仕委員会セミナーに吉田純男委員長と参加してまいりました。会津中央RC会長の福西宜孝さんが、職業奉仕とその復権をまとめられました。感銘を受けましたのでプリントしてお渡します。職業奉仕との出会い、なぜスピーチをしたか、職業倫理運動としての職業奉仕、職業奉仕の復権などです。職業奉仕はアメリカのキリスト教文化からで、そのままでは受け入れられない。逆に日本にはすばらしい先人がいます。石田梅岩の職業奉仕論を取り上げていました。日本的な職業奉仕を展開しています。ぜひご覧下さい。

幹事報告

相山 進幹事

●ライオン研修会の参加…高田藤太郎会員の中央会計センターより2人、申し込み頂きましたので締切致します。

ゲスト卓話「メタボ予防からフレイル予防へ」

郡山市医療介護病院 院長 原 寿夫 様

福島県では「健康長寿ふくしま推進会議」として県民の健康寿命を2022年までに2歳伸ばし、全国10位以内に入る目標を設定しました。現状は男性41位、女性35位です。健康寿命は平均寿命からマイナス10歳位です。

年齢と共に身体機能がどれくらい落ちるか、ある統計では、男性の1割位は何事もなく90歳位までお元気です。2割位は65歳～70歳の前期高齢者、70歳前後で落ちていく。残りの7割位は70～80歳の後期高齢者でだんだんと落ちていきます。この違いがなぜ起きるか、メタボが大事になってきます。私が入っていた研究会では、若干メタボ位が元気、長生きだというデータが出ています。プチ太目位がちょうどいいのかなと個人的には思います。

2017年の県の事業に「学校給食などで地産地消を推進」とあります。脂っこいものはだめと言われますが、地中海に生まれた人は近辺のオリーブオイルや魚介類を食べて長生きです。東北人は東北人として、地産地消が大事です。ここに關



わるのは腸内フローラではないかと推測されています。地域によって、消化も代謝も違って体が作られます。生まれ育った地域の食生活をベースとした生活が大事ではないかと思いません。郡山はおいしいお米、野菜があります。

福島県はちょっと歩くにいい山があります。登山よりはハイキングくらいがいいです。私共のデータでは、70代で山に行く習慣があった方は実年齢よりマイナス10歳位、40～50代で運動しないと実年齢よりプラス15～20歳で、完全に逆転します。運動は大事です。社会参加も大事です。WHOの定義には社会参加があります。RCなどに参加する気力、体力、それが日常的に行えることが健康に繋がります。

フレイルとは体が弱っていく加齢に伴う変化です。メタボもフレイルも病気ではありませんが、防ぐことが健康に大事です。健康な人が、生まれてから社会人になり、不適切な食生活や運動不足など生活に問題が出てくる(レベル1)、肥満や高血圧など何か病気が出はじめる(レベル2)、糖尿病など複数の病気が関わってくるとメタボ(レベル3)、そこから障害が残るような病気になる(レベル4)、寝たきりなど介護サービスを受けなければならない(レベル5)。生あれば死する、それが自然の流れです。しかし、生きていけると実感できる生活をしたい。

メタボの判定は血糖、血圧、脂質、腹囲の「死の四重奏」です。腹囲は臍の高さで男性85cm以上、女性90cm以上だと内臓肥満が疑われます。糖尿病はヘモグロビンA1cで判断することが多くなりました。糖尿病は症状が出た時は合併症が起きてからが多いです。高血圧は今は検診でわかることが多いです。脂質異常は数字で見ます。

年齢と共に落ちるのは呼吸器、30代を100とすると70代で50%、タバコや病気があるともっと落ちます。誤嚥性肺炎など、最近死亡順位が第3位に上がってきました。健康でも落ちてくる呼吸器と認知症が高齢な方の難しいところです。前期高齢の65歳からそろそろギアチェンジして頂いて、70歳を超えたら完全にギアチェンジ、若干メタボくらいでいって頂くのがいいと思います。個人差はありますが、元気な時のメタボ予防、自分より人生経験が豊かな元気な先生にアドバイスを受け、ある程度年を取りギアチェンジしていく時には自分より若い先生に客観的なアドバイスが必要です。

生き切る為の自分なりの人生設計、外国から比べると健康寿命が10年長い。平均寿命もプラス10年。海外に比べプラス20年の人生設計が必要です。日本医師会ではそういう意味をこめて、かかりつけ医機能研修制度を昨年4月からスタートさせました。こういう時アドバイスできる医師作りを進めています。最後の見取りまで含めた医療機関リスト、相談窓口を作りました。疑問な点がありましたらご連絡下さい。

ニコニコBOX

原 寿夫様

柳沼莞爾 相山 進 葛西秀匡 高田藤太郎 中村秀勝 加藤昌幸 佐藤雄三 橋詰勝雄 小川則雄 過足 和茂 小池正幸 根本朝秋 國分義之 野口 亨 志賀 誠 吉田純男 川村雄一郎 佐藤一正 菅野 篤

財団BOX

葛西秀匡 小池正幸 根本朝秋 吉田純男

米山記念奨学会

柳沼莞爾 橋詰勝雄 小池正幸

出席報告

会員数30名 出席20名 欠席10名 出席率71.42%

●他クラブ出席/地区セミナー…柳沼莞爾 吉田純男 加藤昌幸

東北乳運(株)

取締役相談役 門馬真澄

郡山市安積町日出山1-5 TEL024-944-0666

第36回例会
(通算2270回)

2017年3月28日(火)
開会点鐘 奉仕の理想 四つのテスト

会長あいさつ

西北RCの会員増強に学ぶ

本日は西北RC創立40周年PRのために、岡部実行副委員長、SAAの柳沼様、会員増強の星様がおいでになっています。先日の会長幹事会で、もっばらの話題は西北RCの会員増強です。10人以上の会員を増やしたということで、40周年に向けて一致団結している姿が目につきます。

4月1日付で鈴木克幸会員(東邦銀行南支店支店長)が、ご栄転でございます。後任の方も決まっております。よろしくお願ひ致します。

郡山西北RC40周年式典PR訪問

副実行委員長 岡部新一郎様
SAA 柳沼昭夫様
会員増強委員長 星 彰様

柳沼莞爾 会長



古巣に帰ってきたような気持ちです。私の父の代から郡山東RCにおります。40歳位の時に父が亡くなり入会し、西北RCが創立されることになり、初代会長になりました。かれこれ45年くらいの無欠席、100%出席が自慢です。それも健康であったからです。

5月28日にはぜひおいで下さい。楽しい会にしたいと思います。よろしくお願ひ致します。

幹事報告

國分義之 前年度幹事

●4~6月会費について

●第18回ロータリー国際囲碁大会のご案内(6月3~4日・台湾)

郡山西RCゴルフコンペについて 小池正幸会員

郡山西RCゴルフコンペには、佐藤一正、根本輝久、根本朝秋、過足和茂、吉田純男、小池正幸で参加してまいります。

ニコニコBOX

郡山西北RC

柳沼莞爾 葛西秀匡 高田藤太郎 中村秀勝 加藤昌幸 一條武人 佐藤雄三 橋詰勝雄 小川則雄 過足和茂 國分義之 根本輝久 野口 亨 遠藤要臣 志賀 誠 吉田純男 川村雄一郎 菅野 篤

財団BOX

小池正幸

米山記念奨学会

柳沼莞爾 葛西秀匡 橋詰勝雄 小池正幸 根本輝久 遠藤要臣 吉田純男

出席報告

会員数30名 出席20名 欠席10名 出席率82.14%

●ピジター 郡山西北RC 岡部新一郎様 柳沼昭夫様 星 彰様

山内法律事務所

弁護士 山内 崇史

郡山市虎丸町9-6鈴幸ビル2階 TEL024-983-7419

ゲスト卓話「AEDの使い方 実践講習会」 日本光電(株)

今、AEDは公共施設であれば全て設置されています。スポーツ大会などでも配置するようになってきています。AEDはお医者様の指導を元に心肺蘇生の中に組み込んで使って下さいという機械です。手順は事業規模の大きい企業であれば防災訓練、学校の授業でも取り入れられてきています。



佐藤保之様

胸骨圧迫で血液を上手く流す、プラスAEDを使うとかなり多くの方が、後遺症なしで助かるということで、厚生労働省が普及に力を入れています。AEDが必要な方は年間10万人位といわれています。40代過ぎから多くなります。心臓に原因があり倒れた方でAEDで社会復帰できるのは、お医者様の見込みで年間6万人以上だろうと言われています。

目標値は、倒れてから5分までに1回目の電気ショックをしてあげると、助かる見込みは50%くらいです。10分を過ぎると後遺症なしで助けるのは難しくなります。

どのような人に使うのか。AEDは心臓が上手く動かない、血液が送り出せない状態で、電気ショックを出せば復帰する見込みがある方に対し反応するように作られています。

救命はまず予防、できなければ早期発見で、倒れた瞬間から治療を始めると助かる率が高くなり、胸骨圧迫とAEDを使って頂くと、より多くの方が助かります。そしてできる限り医療機関で処置をするというのが国の指標です。



山口大作様

●胸骨圧迫の方法

強く、速く、絶え間なく押します。押したあとは胸が元の位置に戻るよう力がかからないようにします。



●AEDの使い方

フタを明けて電源ON、機械がメッセージをしゃべってくれるので、どなたでも救命措置ができるように作られています。電極パッドは左右どちらでもOK(濡れていない所で、肌に密着させる、アクセサリは外す、携帯電話、電化製品が近くあれば電源を切る)。機械は自動的に心電図の解析を始めます。解析中、電気ショック(通電)時には触れないようにします。

