

ROTARY CLUB OF

NARA—WEST

DISTRICT WEEKLY BULLETIN
2650 No. 2465

2023. 2. 2

創立 1969年(昭和44年)12月13日

例会日 毎週木曜日18:00より

事務所 〒630-8001 奈良市法華寺町254番地

例会場 奈良ロイヤルホテル内

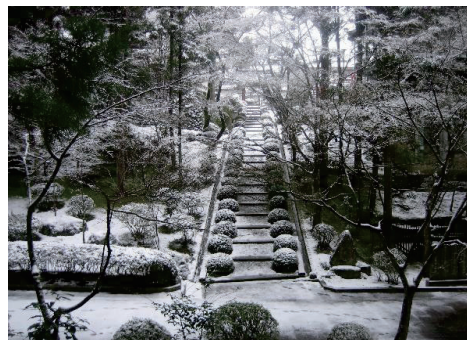
TEL 0742-34-1131 FAX 0742-30-2000

2022～2023年度
国際ロータリーのテーマ

2022～2023年度
地区のスローガン



「感動、感激、そして感謝」



国際ロータリー会長
ジェニファー E. ジョーンズ

RI第2650地区ガバナー
尾賀 康裕

霊山寺 境内雪景色

会 長 渡邊 巖	副 会 長 吉村 信男	会長エレクト 中西 吉日出	直前会長 植野 洋志	幹 事 相澤 万裕子
会 計 東山 光秀	会場監督 加藤 又弘	理 事 福川 益則	理 事 寺田 信弘	理 事 安井 清悟
理 事 内藤 源美	会報委員長 金田 宗寛			

今月は 平和と紛争予防/紛争解決 月間 です

第22回(2465回)例会プログラム令和5年2月2日(木)

1. 開会宣言 点鐘
2. ソング 「君が代」「奉仕の理想」
3. 来訪者紹介
4. 出席報告
5. 会長の時間・理事会報告
6. ニコニコ報告
7. 委員会報告・幹事報告
8. 卓話: 奈良県女性活躍推進課長補佐 曾田 和弘様
「奈良県の男性育休取得・父親の家事・育児
参画促進の取組について」
9. 閉会宣言 点鐘

第21回(2464回) 例会報告 2023. 1. 26

ソング

「我等の生業」

来訪者紹介

徳田 正治様 カフェテラス・ライム
宮谷 泉様 牧師・教諭師・全国教諭師連盟評議委員
中村 知加子様 奈良交通株式会社
山野 豊様 奈良交通株式会社 取締役
松本 仁様 奈良交通株式会社 平城営業所長

出席報告

	会員数	出席計算 免除会員数	出席会員数	欠席者数	出席率
通 算 2464 回	42	4/8	21/34	13	65.8%
通算2462回修正	42	8/8	34/34	0	100.0%

会長の時間 (渡邊会長)

皆さん、今晚は。一昨日夜より今季最強の寒波に見舞われ、冷蔵庫の中で生活している様な状態が続いていますが、皆様いかがお過ごしでしょうか？降雪のためお仕事に影響があった会員もおられたと思います。また本日の朝刊に4世紀後半の富雄丸山古墳から発掘された類例のない盾形銅鏡と国内最大の鉄剣が発掘されたとの報道がありました。4世紀はヤマト王権勢力が拡大する激動の時代だそうですが、この被葬者は王権を支えた新興勢力の地方豪族トップの墓と推測されています。どこを掘っても何か出てくるこの奈良の魅力と凄さを再発見いたしました。この地の歴史・文化を大切に、社会奉仕を通して伝承していけたらと思いました。また古代は現代ほど寒くはなかったと思いますが、古代人はどのように寒さや飢えを凌いでいたのか興味のもたれるところです。さて本日はホテル日航奈良での移動例会で、後ほど職業奉仕表彰もごさいます。お客様も多数出席されています。短い時間ですがこの例会をお楽しみ下さい。

本日の会長の時間ですが、寒波に関連して入浴中の事故であるヒートショックと入浴熱中症についてお話しします。高齢者の増加に伴って、入浴中の事故は増加しています。2018年のデータ(厚生労働省調査)では全国の入浴中の急死者数は年間約19,000人と推計されています。ちなみに毎年の交通事故による死者は、約3,700人(警察庁調査)なのでその5倍もの多さです。高齢者の入浴事故を調査した結果では、7%がヒートショックで、84%が入浴熱中症でした。

急激な温度変化によって血圧が上下し、脳卒中、心筋梗塞などの疾患が起こることをヒートショックと呼びます。冬場に暖房の効いたリビングから寒い脱衣所に移動し、そして熱い浴槽に入るときなどに起こります。リビングから脱衣所に移動した際には、寒さに対応するために血圧が上昇します。そこで衣服を脱ぎ、浴室へ入るとさらに血圧は上昇します。その後浴槽に入ると、急に身体が温まるため、血圧が急下降します。特に10℃以上の温度差がある場合は危険とされています。またトイレでヒートショックを起こす人もいますので、お風呂以外でも温度変化のある場所には要注意です。予防は脱衣所と浴室を温め、リビングとの温度差を軽減することです。

会長の時間(続き)

入浴熱中症は、体温37℃の人が全身浴をした場合、湯温が41℃では33分で、42℃では26分で体温が40℃に達するという研究報告があります。体温が40℃を超えると熱中症の症状が出始めて、意識喪失による溺死などの危険性が起き、42.5℃に達すると心室細動を起こして突然死する危険性が高まります。高齢者は熱さを感じにくく、長時間浴槽に浸かる傾向があり予兆なく意識障害に陥りやすいです。また体格の小さな子供や痩せた人も、体が温まりやすいので注意が必要です。飲酒後に入浴すると眠り込んでしまったり、ダイエット目的の入浴では症状を我慢してしまい長風呂になりやすいので大変危険です。予防は湯温を41℃以下にし、浴槽に浸かる時間は10分以内とする。また飲酒後に入浴しない。入浴前に同居者に一声かけることを心がけてください。

またサウナ愛好家が、サウナ室と水風呂への入浴を繰り返す温冷交代浴によって得られる快感を「ととのう」と表現します。自律神経の働きを高める方法のひとつですが、ヒートショックと同じことです。高血圧や心臓に病気のある方には危険です。持病がなくても体調がよくないときには、サウナも入浴も控えましょう。以上で会長の時間を終わります。



ニコニコ報告

渡邊巖会長

今季最高の寒波の中、たくさんお集まりいただきありがとうございます。本日は、会員から推薦された5名の職業奉仕表彰式があります。職業奉仕委員長の木村さん、よろしくお願い申し上げます。

北林秀彦P会長

三木会員様、面倒をお掛けしますが、よろしく。

三木武彦P会長

先日「あすか会」主催の「認知症フォーラム」にて講演会等があり、参加させていただき大変参考になりました。榎木理事長ありがとうございました。ニコニコ

谷垣嘉輝会員・有馬康明P会長・猪上正孝会員・佐川寛一会員・松山悦啓会員・植野洋志P会長・金田宗寛会員・東山光秀会員・松中隆会員・寺田信弘会員・岡崎義幸会員
職業奉仕功労者の皆様、本日はありがとうございます。

安井清悟P会長

職業表彰おめでとうございます。喫茶ライムのマスターも表彰でうれしいことです。近所に住んでいて、この頃行ってなくてすみません。

幹事報告 (相澤幹事)

地区大会出欠表の回覧をしております。ご記入をお願い致します。

■ 奈良交通株式会社 中村 知加子 様

推薦者: 植田 良壽 会員

平成14年3月から現在に至るまで、乗合バス運転者として奈良営業所、平城営業所にて勤務し、市街地や山間路線まで幅広く乗務経験がある。

また奈良の中心街を走る市内循環線では平成19年から平成25年の間、レトロ調特別仕様車両「バンビーナ」にも乗務した。現在では京都府精華町のけいはんな学研都市で運行している大型バス2両を繋ぎ合わせた連節バス「イエローライナー 華連」に乗務するなど、地域住民や観光客の安全輸送ならびにサービス向上に尽力している。

平成30年3月には、当社において女性初の指導運転者となり、自らの卓越した運転技能や豊富な経験を活かし、公私に亘り後輩運転者を指導育成しており、所属長はじめ所員の信頼も厚い。

現在、社内における17年間無事故を継続中であり、その安全運転に対する取り組みも高く評価されている。



■ カフェテラス・ライム 徳田 正治 様
徳田 その子様

推薦者: 植野 洋志 P会長

カフェテラス ライムはご夫婦で経営されている喫茶店です。

奈良女子大学 奈良県立大学 育英中学校 高等学校の傍にあり、教職員や地域の高齢者、地域で働く企業人の憩いの場を長年（36年間）提供されており、職業奉仕表彰の対象者としてふさわしいので、推薦いたします。



職業奉仕功労者表彰(続き)

■ 牧師・教誨師・全国教誨師連盟評議委員 宮谷 泉 様

推薦者: 相澤 万裕子 会員

宮谷牧師は長年教会で牧師として活動されてきました。
また、保育園や療育施設の設立・運営など地域の子供の教育にも積極的に携わってこられました。
併せて、奈良少年刑務所で教誨師としても長年活動され、現在は全国教誨師連盟の評議委員に就任されています。
このように地域の子供たちのために広く活動されてこられた功績を称え、職業功労者として推薦させていただきます。



■ 梅松園 外嶋 健 様

推薦者: 植野 洋志 P会長

外嶋 健氏は長年(40年以上)に渡って地域の大学・学校・企業に対して、OA機器やオフィス用品の販売に携わり、職業奉仕活動にふさわしい活動をされましたので、職業奉仕表彰の対象者にふさわしいとして推薦いたします。

第23回(通算2466回)例会予告
例会日 令和5年2月16日(木)

第3回クラブアッセンブリー

卓話:「裁判員制度について」
奈良地方裁判所刑事部総括 澤田 正彦判事

◎2月9日は休会です