

Rotary



国際ロータリー
第2620地区

御殿場
ロータリー
クラブ

週報



御殿場
ロータリークラブ
モバイルサイト

<http://www.gotemba-rc.gr.jp/>

第2511回 例会プログラム

- 例 会 場／名鉄菜館
- 開 会 点 鐘／12：30
- ローターソング／我等の生業
- 内 容／母子の健康月間に因んで
健康に関する卓話その2
御殿場市保健センター 保健師

会 員 慶 事

- 会員誕生日／4月19日 滝口喜徳君
- 夫人誕生日／4月15日 山崎恭夫君 ご夫人 紀代子様
4月15日 田代博久君 ご夫人 二三代様
4月20日 小野寛幸君 ご夫人 玉枝様
4月20日 勝又英和君 ご夫人 希志子様
4月25日 渋谷 一君 ご夫人 和子様
- 結婚記念日／4月17日 橋本喜市君 晃実様 ご夫妻

会 長 挨 拶

勝 又 洋



昨日は御殿場でも日中気温が23度近く、今日は最高気温14度前後と、昨日の夕方のNHKの天気予報では夏と冬が交錯しているという表現をしていました。ちなみに次年度の地区担当の大月では27度を超える暑さであったとの事です。その中で御殿場市内の小中学校も明日入学式ですが、晴れ上がったお天気は望めそうもない様です。毎年御殿場小学校の入学式へは出席の機会をもらっていきまして、毎回手塩にかけたお子様の入学式に参列する若いお母様方に会えるのも一つの楽しみです。

気になっていた8月からの交換留学生の受け入れ先の高校が、県立小山高校の小川校長に快諾を頂き決定しました。「当校としても勉強になる」という嬉しい言葉を添えてのご回答でした。

そしてもう一つ気がかりな望月エレクトのご容体なのですが、前田脳神経外科より虎ノ門に移転し、今後はリハビリに励むと言う事を確認して参りました。

クラブとして通常のお見舞いをお届けしてきましたが、次年度の事もあり、特に私としては心よりの早期の全快を祈っておることを伝えました。



4/5の出席報告

会員数	出席計算に 用いた会員数	出席者数	暫定出席率	前々回の 確定出席率
60名	55名	49名	89.09%	100%

欠席者(6名)

井上 元君・神谷高義君・斉藤礼志君
鈴木善明君・高村繁男君・山内強嗣君

※やむを得ず欠席される方は、午前9時50分までにご連絡下さい。



ROTARY :
MAKING A DIFFERENCE
ロータリー：変化をもたらす

次 回
4月26日の
例 会

★名鉄菜館
★12：30点鐘
★第3回クラブ協議会
全員

健康長寿を目指しましょう!

御殿場市健康推進課
保健師

湯山晴美様



1、「健康寿命」とは？

平均寿命は単に長生きをするという寿命の長さのこと。それに比べ「健康寿命」は「健康上の問題がない状態で日常生活を送れる期間」のこと。平均寿命と健康寿命の間には、男性9年、女性で13年程の差があり、御殿場市としても、なるべくこの差を縮めるべく、各種検診や教室、相談を実施しています。また、健康寿命の一つとして注目されている「お達者度」では御殿場市は男性が県内第7位、女性は第3位と上位に位置しています。(残念ながら小山町は男女ともワースト3)

2、御殿場市の生活習慣病の実態は？

最新(H27) 特定健診の結果より、「メタボリックシンドローム」及び「糖尿病有病者」の割合は、県内の中で「男女ともに有意に多い」という結果で、今後原因究明と健康づくりの対策が急務です。

3、健康長寿のための3要素

健康長寿を目指すためには、メタボリックシンドロームや糖尿病を予防することが大切で、特に3大要素として「運動」「食生活」「社会参加」の望ましい生活習慣をすることが重要です。

※ロータリアンの皆様は「社会参加」は心配いらないと思います。今回は本日の「健康寿命について」の話を導入として、次回「食生活」3回目は「運動」を中心としたシリーズを企画しましたので、今後もぜひご自分の健康管理のためにご参加下さい。
また、保健センターでは「インボディ測定・健康相談」を実施していますので、そちらもぜひお申込み下さい。

3/15のメーキャップ

3月9日	裾野RC	内海宣彦君
3月13日	Eクラブ	秋田敬君
3月15日	Eクラブ	若林洋平君
3月18日	Eクラブ	長田富夫君
3月26日	Eクラブ	井上元君



司会
芹澤隆博君



ソングリーダー
大胡田明寿君



出席報告
長谷川雅也君

地区研修・協議会

4月14日 アピオ甲府にて地区研修・協議会が行われ、次年度方針など確認されました。御殿場からは13名の参加がありました。

