

## 関中央ロータリークラブ

国際ロータリー第2630地区 東海北陸道グループ



2024～2025 年度 関中央ロータリークラブ 会長テーマ

「奉仕の実践を通じ、求められ、

必要とされるロータリアンに」

例会日：毎週木曜日 18時30分

例会場：関観光ホテル 岐阜県関市池尻 91-2

会長：大藪 太

副会長：土屋 敏幸

幹事：後藤 政之

会報：北原 慎

事務局：岐阜県関市下有知 1655-1 山田ビル 1-D

TEL (0575)24-7332 FAX(0575)23-5278

前例会の記録 第2161回

2024年11月28日(木)

東海北陸道グループ IM 報告

場所 例会場(関観光ホテル)

担当 会長・幹事

本日のプログラム 第2162回例会 2024年12月5日(木)

「年次総会・懇親会」

担当：会長・幹事・親睦活動委員長

\*国歌「君が代」斉唱

\*ロータリーソング「奉仕の理想」斉唱

\*4つのテスト唱和 職業奉仕委員 前田 仁夫 会員

\*会長あいさつ 大藪 太 会長

皆さんこんばんは。この会場では約一か月ぶりの例会になります。この間にたくさんの行事がありました。10/26(土)岐阜グランドホテルにおいて、2630地区会員増強セミナーが開催され、私と森増強委員長で参加しました。会場はテーブル形式で、各テーブルにガバナー補佐が1名付いており、私のテーブ



ルには東濃グループの小木曾ガバナー補佐が付けられました。同席したのは大垣、岐阜南、名張、桑名などのロータリアンでしたが、最も若い人は28歳であり、まだ入会して数か月ということで大変驚きました。午前10時の点鐘の後、国歌、ロータリーソング斉唱、委員長挨拶、ガバナー挨拶などがあり、頭の体操やファシリテーション体験のゲームをした後に、パネルディスカッションがありました。パネリストとして亀井ガバナー、辻コーディネーター補佐、高橋研修ファシリテーター、玉野ガバナーエレクト、篠原直前ガバナーが参加されました。テーマは「生涯ロータリアン～Enjoy Rotary」で、ロータリア

ンをどう増やすか、やって良かったこと、あなたにとってロータリーとは、という内容でした。亀井ガバナーは「今のクラブがどう変われるかを考えるとき、それぞれのクラブには個性があり、その上で毎週のセレモニーが適切であるか、若い人に受けるものであるか等考える必要がある」と言われました。玉野ガバナーエレクトは、ロータリーのイメージが「おじさんの集まり」というのを何とかしたい。また、1人で出来ないことも大勢集まれば出来る、そのためにロータリーに入りませんかというアピールをすることが大切という意見でした。辻コーディネーター補佐は、クラブ内での役割分担が大切であり、若い人を重要なポストに就けることも大切。また、70代が30代のメンバーを連れてくるのは無理があり、若いメンバーのネットワークに期待したいと言われました。篠原直前ガバナーは、公共イメージアップに努めることが大切である。また、若い人をしっかりフォローする、そして役を与えることが大切であると言われました。昼食の後、各テーブルでのグループ討議に入り、会員増強について討議しました。私のテーブルで出された意見としては、外部に対してアピールすることの大切さ、やめさせないことは入れることより大事であること、年配の人の集まりというイメージの払拭、オープン例会の有用性などがありました。また会費について伺ってみたところ、25万円くらいのところが多く、必ずしも関中央ロータリークラブの会費がとびぬけて安いということはなく少し安心しましたが、どのクラブも会費の値上げには慎重なようでした。最後に幾つかのテーブルの代表者が結果を発表し、委員長報告、講評へと進み、3時過ぎに点鐘があり終了しました。11/2には各務原産業文化センターにおいてIMが開催されました。この報告は後ほど喜久生会員と森会員をお願いします。11/10には里山森林整備例会が開かれました。例年のようにふどうの森里山クラブの方々に協力していただき、NPO 法人子援隊、同じくNPO 法人ヘルシーライフせき、関商工インターアクトクラブの生徒たちにも参加してもらい、山の下刈り、山の散策や観察をしてもらいました。当初の予定では60人ほどの参加者でしたが、実際には70名を超える参加者があり、大変盛況のうちに進めることができました。そして天気を心配していましたが、何とか午前中曇りのままでもってくれました。作業終了後、いつものようにパー

ベキューをし、焼き芋、豚汁、焼きそば、こんにやくなどをおいしくいただきました。やはり屋外でいただく食事は格別であり、つい食べ過ぎたという人も多く観られました。森林整備例会終了後、先月稲刈りをしたはつしもの精米を、3つの精米所に分かれて行いました。30kg入りの袋にして18袋の精米にして、13日後藤幹事、北原会員に市役所へ届けてもらいました。12月3日(火)市役所において目録贈呈式、12月14日(土)市役所において一人親家庭に米を配布する予定ですので、みなさんのご協力をお願いします。11/16には長良川流域連携クリーン作戦が開催されました。NPO 法人長良川環境レンジャー協会、関市役所環境課、関中央ロータリークラブの総勢17名での活動でした。約1時間の清掃活動で、重さにして46.5kgのごみを回収しましたが、印象としてはごみもあまり落ちてなくて、きれいだなという思いがします。利用者のマナーがよくなったのか、コロナ禍で減った観光客がまだ戻っていないのかわかりませんが、このままきれいな長良川で居続けてくれるとよいと思います。

#### \*東海北陸道グループ IM 報告

森 敬 会員

開催前の13時より東海北陸道グループの会議があったので12時に会場入りをしました。ホストクラブの皆さんに迎えて頂きました。会議は「クラブアクションプランの進め方について」の説明会というものでした。亀井ガバナー、行動計画推進リーダー浦田パストガバナー、的場地区代表幹事、志浦地区幹事、小林ガバナー補佐、東海北陸道グループ6クラブの会長・幹事・会長エレクト・クラブ研修リーダーが対象でした。私は吉田会長エレクトの代理出席で、当クラブからは大藪会長、西田クラブ研修リーダーが参加しました。RIの政策で3年間の長期計画で地域にインパクトを与えたいそうです。ロータリークラブは単年で継続性がないので、3年間の行動計画を立ててマイロータリーに入力して欲しいとの事でした。本来ならば3年間を見越して現会長・会長エレクト・会長ノミニが参加するべきだと感じました。そしていつも行き着く先は、会員増強についてです。RIの方針は職業分類を廃止し、ロータリーの活動に参加したい者は誰でも入れると言った感じで



す。日本のロータリーが重んじてきた社会奉仕、職業奉仕の考えはあまりなく単なるボランティア団体になってしまいそうであります。但し、クラブの年会費やR財団への寄付金などがハードルとなっている部分もあるとのこと。確かに、三重県の会費の高いクラブでは年間35万円のところもあるそうで、当クラブで考えても年会費22万円を支払って参加できる方はそれなりの人なのかとも思います。人頭分担金を増やしたいRIもそうですが、当クラブにおいてもクラブ運営をする上で会員増強は必須である事は間違いありません。今年度、後期から1名入会者がおります。本題のIMは14時、各務原RC小林幹男ガバナー補佐の点鐘でスタートしました。歓迎の挨拶を各務原RC金武峰之会長がされました。金武会長とは幹事会旅行で2度ご一緒させて頂き親しくさせて頂いています。1度は深夜2時近くまで一緒に飲んだ覚えがあります。45歳と若い会長ですが話が大変上手で、前の週には会員増強セミナーがありましたが進んで発表されたほどの人です。オープニングセレモニーがあり岐阜ジュニアマーチングバンド・東海学院マーチングバンドの演奏がありました。どちらも大変上手でした。東海学院マーチングバンドは我々のようなオジサンの方に刺さる良い選曲でした。私がカラオケで歌ったりする尾崎豊(I LOVE YOU)や久保田早紀(異邦人)、ジュディオング(魅せられて)、欧陽菲菲(ラプイズオーバー)、岩崎宏美(シンデレラハネムーン)など思わず口ずさんだ人もいたのではないかと思います。開会の挨拶と来賓・特別出席者・参加クラブ紹介を小林ガバナー補佐がされました。来賓祝辞では各務原RC会員でもある浅野健司各務原市長が挨拶されました。市長も大変話が上手で各務原市のPRをされました。アクアトぎふ・薬品のエーザイ・岐阜かがみがはら航空宇宙博物館などそれから、各務原市の読み方について話されました。市の公式では「かかみがはら」と読むそうで、私も「かかみがはら」と読みますが、「かかみはら」と読む人もいます。高校の各務原西高校では「かかみがはら」、各務原高校では「かかみはら」と読むようです。同じ公立高校なのに読み方がバラバラです。調べてみるとJRの駅では各務と原の間にケが入り各務ヶ原駅(かかみがはら駅)があります。読み方どころか書き方までバラバラです。この各務原市は全国かみやすい市で堂々の2位だそうです。

これは名誉と捉えるべきなのかどうなのでしょう？休憩を挟んで講演がありました。テーマ・趣旨説明を各務原RC松井雅史直前会長が話されました。松井会長とは昨年一緒にクラブ会長をやり、また幹事会旅行でもご一緒させて頂いた仲でとても親しくさせて頂いている方です。お医者さんをされていますが、大変気さくな方で誰にでも親しくされる方です。今回の講師とは高校時代の同級生だそうです。講演のテーマ「腰部脊柱管狭窄症の最新治療、足の痛み・しびれ・重だるさで困っていませんか？歳のせいにしていませんか？」とされ、講師は松岡整形外科 松岡佑嗣先生、プロフィールは岐阜高校、東京医科大学卒業、東京医科大学病院 緊急医学講座(研修医)を経て2009年から整形外科助教として腰部の勉強・研究をされ2019年より松岡整形外科・内科リハビリテーション院長を務められておられ腰痛の専門医でございます。腰痛は本当に多くの方がなれる病気で私もよく痛めますし、この日も石原妙生さんは松葉杖で出席されました。うちの家内も腰痛から足が痺れていて本当にタイムリーなお話で大変興味があるお話しでした。素人の私が聞いたことを知ったかぶりでも話しても良くないとおもいますので、講演の内容につきましては喜久生先生にお任せしようと思います。それから一昨年もIMの発表したことを思い出しました。その時も私と喜久生先生が発表しましたが、私はメモをノート3枚くらい取り、喜久生先生は簡単なメモ書きだったのに当日スラスラ発表されたので凄いと思いました。今回のIMはメモの取り方のテクニックを先生に習おうと思ひ横に座りのぞき見してみました。そこで分かりました。先生は講師の話した重要なところをメモ書きしていました。それは我々と何ら変わりありませんが、時々英語の筆記体で書かれるのです。なるほど、筆記体ならスラスラ書ける。これかと思ひ私も書こうと思ったのですが、その英語が分からない。単語すら出て来ないのです。逆に遅くなってしまいます。やはり先生は凄いと思いました。最後に今回のIMですが登録者107名、各務原RCが41名、郡上八幡14名、郡上長良川13名、関、関中央11名、美濃10名と参加者が少なかったです。次年度は喜久生会員がガバナー補佐となり当クラブがIMを開催しなくてははいけません。盛大に開催したいと思ひますので、皆様ご協力宜しくお願い致します。



【講師】松岡整形外科  
松岡 佑嗣 先生

IM テーマ

「健康こそ奉仕！  
家族、社員と共に、  
健康への第一歩を  
踏み出そう」

特別講演

「腰部脊柱管狭窄症の最新治療、  
足の痛み・しびれ・重だるさで困っていませんか？  
歳のせいにしていませんか？」

講演報告

喜久生 明男 会員

腰部脊柱管狭窄症の最新治療と骨粗鬆症の中でも脊椎圧迫骨折に対する外科的治療について紹介した。

腰部脊柱管狭窄症は脳～脊髄を経て上位腰椎部からは馬尾神経となって仙椎まで通過する中で、馬尾神経が前後左右(実際は前方と後側方)から挟まれて起こす症状であり、一つの椎間のこともあるが、通常は多椎間で起こっている。腰部でありながら、腰痛を訴えることは多くなく、臀部痛、下肢痛、下肢の痺れや重だるさを主症状としていることが多い。診断は症状と他覚的所見、レントゲン検査、CT 検査、MRI 検査などを総合して診断する。保存的治療(薬物治療や物理療法、装具療法など)で軽快しない時には、硬膜外ブロック、神経根ブロック(これで効果があれば、どの部位での症状であるかが確定できる)を試し、症状と画像診断などが整合性があるかどうかの判断をした結果で手術的治療を考える。手術的治療もさまざまな侵襲程度があり、直接除圧術としては脊柱管を開放(脊柱管を囲む骨を部分的に除去して)には後方での開放が主であるが、前方から開放することもあり、更に、間接除圧として椎間板を持ち上げる方法もある。また、年齢や術後の ADL(日常生活動作)等を考慮して開放と同時に固定(ネジで止める)術を併用することもある。下肢痛/腰痛の自然経過観察中として 68%/64%は不変であることを考えると、あまり我慢していると、傷ついた神経の回復するチャン



スを失うので、専門医に相談をすることが良い。骨粗鬆症とは骨の老化であり、骨の荷重を支える梁(骨梁と言う)が細く、脆くなる。骨密度が若者の平均の 80%未満になると骨粗鬆症と言う。女性では閉経後に急激な低下があり、男性では徐々に低下する。骨粗鬆症となると骨折しやすくなり、四肢の骨折のみならず、脊椎の圧迫骨折が起きやすくなる。骨粗鬆症が進んでいると、脊椎の圧迫骨折は受傷機転が無い(または、気づかない)のに起きていることが多く、これを「いつの間にか骨折」と言う。症状は身体の体位変化の時に痛みがあり、寝る動作、起きる動作、寝返りで痛み、起きてしまえば痛みは少ない。脊椎の圧迫骨折から寝たきりなる可能性は 10.3%と多く、「骨卒中」と呼ぼうと提唱されている。また、痛みのために行動制限が大きく、死亡率も大きく増加させている。骨粗鬆症の外科的治療として積極的に進んでいる方法として BKP(Balloon Kyphoplasty)を紹介した。圧迫骨折部位に針を刺し、そこから風船を膨らませて、骨折部位を潰れた状態から回復させた上で、風船の中に骨セメントを流し込む方法であり、痛みを無くし、直ちに動けるために ADL への復帰が早く、筋力低下やボケの発症を防ぎ、更に、骨の変形予防にもなる。このような骨粗鬆症を未然に防ぐには症状がなくても、骨粗鬆症の検査を受けることを勧めていた。また、体動痛に腰痛が強い時には検査(圧迫骨折に対する)を積極的に受け、圧迫骨折になれば、4週間以内であれば、合併症などなければ、手術は非常に安全に行えるので、怖がらずに、積極的に相談してほしいとのことでした。

\*委員会報告

会員基盤増強維持委員会 森 敬 委員長

今年度後期より会員 1 名が入会します。オープン例会に 2 度参加していただいた 栗山 守さん です。スポンサーは山本 義樹会員、川村 紳一会員です。既に理事・役員会で承認済みです。入会前の新入会員インフォメーションを行いました。みやこ鮎さんで大藪会長、吉田会長エレクト、西田クラブ研修リーダー、スポンサーの山本会員、会員増強委員長 森で行いました。大変良いインフォメーションでした。年次総会後の懇親会にて入会式を行いますので、皆様よろしくお願い致します。

\*出席委員会

会員数 30 名、本日の出席 15 名です。

\*ニコボックス委員会

・会長、副会長、幹事

本日、IMの報告をしていただく喜久生会員、森会員、どうぞよろしく願いいたします。

・前田 仁夫 会員

11月 17 日、18 日 亡き妻のお通夜、葬儀にはロータリークラブの大勢の皆様でご会葬いただき、誠にありがとうございました。ニコBOX(悲しみBOX)に投函させていただきました。

・高井 良祐 会員

11 月 12 日に妻 7? 歳の誕生日に大好きな虎屋さんの円空をいただき、ありがとうございました。

・藤村 勇太 会員

妻の誕生日に美味しいお菓子をいただき、ありがとうございました。

15 名のご投函ありがとうございました。

\*幹事報告

・11 月ロータリーレートは 1 ドル 153 円です。

・12 月 14 日(土) 関市役所 1階市民ホールにて、一人親家庭にお米を配布します。ご参加いただきますよう、どうぞよろしく願いいたします。

< 次例会の案内 >

第 2163 回 12 月 19 日 (木)

卓 話 グローバル補助金奨学生 <sup>みしろ けいこ</sup> 三代 景湖 様

テ ー マ 『 グローバル補助金奨学生としての活動報告 』

担 当 : ロータリー財団委員会