



むかしら

2016.08~09合併号

- 02 ❖ 7月第1例会
- 04 ❖ 7月第2例会「納涼例会」
- 05 ❖ 7月理事会議事録
- 06 ❖ 8月第1例会「1R2Z・3Z合同ガバナー公式訪問例会」
- 08 ❖ 8月第2例会
- 09 ❖ 8月理事会議事録
- 10 ❖ 会員寄稿:L中山恭三
- 13 ❖ 会員寄稿:L増田司馬男
- 14 ❖ 7月ACT報告「第1回薬物乱用防止教室」「Hot・ほっとキャンペーン」
- 15 ❖ 8月ACT報告「稲葉地公園清掃&BBQ大会」
- 16 ❖ 会員情報、次月の予定、今月の表紙画



国際会長
国際会長
334複合地区
334-A地区
名古屋中村LC

モットー 「WE SERVE (我々は奉仕する)」
テーマ 「NEW MOUNTAINS TO CLIMB (次なる山を目指して)」
スローガン 「100周年にウィ・サーブ つなげよう未来へ」
スローガン 「夢・創造・未来への懸け橋」
スローガン 「触れ合いを大切に、未来に羽ばたく和の奉仕」

第 1037回例会

出席者数：26名

ファイン・ドネーション：¥259,000-

- ◆第99回ライオンズクラブ国際大会代議員旅費支給
- ◆新旧三役バッジ交換、前三役に記念品の贈呈



◆開会の宣言並びに開会のゴング

定刻、本例会実行委員であるL瀬尾の発声により、会長L上野が開会の宣言、ゴングを鳴らしました。



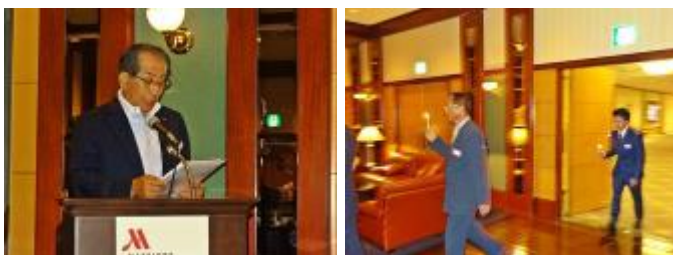
- ◆国旗に対し礼
- ◆国歌斉唱
- ◆ライオンズの誓い
- ◆ライオンズクラブの歌（1番のみ）
- ◆会長挨拶

『本年8月をもって20年在籍し、たくさんの思い出がありますが、名古屋中村LCへ入会してよかった！

また、本年より2Z・3Zとなりましたが、各クラブでタッグを組んでいろんなACTを考えていきたい。

声の大きいことと行動力だけは一生懸命、一年通じて頑張りますので宜しくお願いします』

と、新会長として本年度の目標、会員増強について熱い思いを語られました。



◆入会式

豊田 義樹（とよだ よしき）様

皆様方のご指導ご鞭撻の程を宜しくお願ひします。

水野 寿人（みずの としひと）様

社会人として立派な活動出来るように頑張っていきたいです。



◆感謝状の授与

(2015年度 全名古屋チャリティ麻雀大会記念ACT)

L上野元嗣、L斎藤靖人、L野々垣徹、L服部吉秀

◆2015年度 会員キー賞の伝達

L中川法恵(5名)



◆委嘱状の伝達

334-A地区 1R PR・ライオンズ情報・IT委員

L瀬尾昌信

◆長期在籍表彰

20年……L高坂英夫、10年……L渡辺真史



◆議事審議事項

- 1)第1～3回準備理事会議案 承認事項一括確認
- 2)今期予算案の件
- 3)第35回「Hot・ほっとキャンペーン」予算の件
- 4)7月第2例会30分延長の件
- 5)その他

◆報告事項

1)第99回ライオンズクラブ国際大会(福岡)報告

前会長L吉金 博よりの報告

『国際大会の号外が出ていました。博多の街全体で、すごい歓迎でした。当クラブからは7名参加です。

ハプニングもありました。スリランカのウィッキーさんと小倉駅にて出会いました(※当クラブが1996年にスリランカに学校を寄贈した際の幹事さんだったそうです)』

2)国際平和ポスターコンテストについて

中村区の小中学校22校に案内を送っています。

10/3～17に中村区役所にて展示。優秀作品の生徒、親御さんを12月に例会に招待したいと思ってます。

また、LCIF献金の件、45周年に100%達成をしたいと考えておりますのでご協力をお願いします。

3)第1回薬物乱用防止教室報告

日比津中学校144名に対して行いました。

4)夏の交通安全県民運動

第35回「Hot・ほっとキャンペーン」について

各人の役割について報告がありました。

5)1R2Z/3Z合同ACT

「名古屋駅前打ち水大作戦2016」について

納涼例会と重なるため、4名のメンバーに参加していただく事となりました。

6)稲葉地公園清掃&BBQ大会協力要請

前日土曜日から皆さまのご協力をお願いします。

7)7月第2例会(納涼例会)ご案内

18:00よりイーオリエンタルバンケットにて開催します。

8)ゴルフ部会からのお知らせ

部会員25名となりました。

9)PR・IT・情報委員会からの報告

参加型の会報誌を目指しております。皆様の投稿をお待ちしております。

◆幹事報告

- 1)2016年度上半期会費及び会員預託金請求について
- 2)その他

◆7月のお誕生日・結婚祝いの報告

◆乾杯の発声

L斎藤靖人

『本日は上野丸の出向をシャンパンで祝いたしたいと思います。

楽しんで一年間を行きましょう』



◆お食事をどうぞ



◆テールツイスター登場

◆本日の出席率の報告

◆本日の会計報告

◆ライオンズローア

◆閉会のゴング

◆閉会

2016年7月20日(水) 18:00~20:00 於：イーオリエンタルバンケット

第 1038回例会

【納涼例会】

出席者数：25名

- ◆開会の宣言並びに開会のゴング
- ◆会長挨拶
- ◆感謝状の伝達（2015年度）
国際会長感謝状……L中川法恵



◆報告事項

- 1)夏の交通安全県民運動
第35回「Hot・ほっとキャンペーン」報告
- 2)1R2Z/3Z合同ACT
「名古屋駅前打ち水大作戦2016」報告
- 3)その他



- ◆幹事報告
- ◆テールツイスター登場
- ◆本日の出席率の報告
- ◆本日の会計報告
- ◆閉会のゴング



- ◆開会の挨拶
- ◆乾杯
- ◆お食事をどうぞ
- ◆ライオンズローア
- ◆閉会の挨拶
- ◆閉会



理事会報告：第 531 回理事会

2016年7月6日(水) 16:30~17:30

於：名古屋マリオットアソシアホテル

議題・審議事項

(第1号議案) 《 承認 》	前回理事会議事録確認	会長	L 上野元嗣
(第2号議案) 《 承認 》	第1~3回準備理事会議案 第1回~第3回準備理事会の議案は、財務委員会より提出された予算案以外総ての議案が可決されました。	会長	L 上野元嗣
(第3号議案) 《 承認 》	今期予算案の件 8月の理事会に再提出することとなりました。	財務委員長	L 速水清朗
(第4号議案) 《 承認 》	第35回「Hot・ほっとキャンペーン」予算の件 余ったジュースは警察に渡すか、BBQにまわすかはその時の状況で判断する。	社会福祉・公衆安全委員長	L 安藤健二郎
(第5号議案) 《 承認 》	7月第2例会30分延長の件 例会の30分延長及び7月第2例会の予算書と決算書を同時に、8月の理事会に提出致します。	計画・大会副委員長	L 瀬尾昌信

報告事項

1) 第99回ライオンズクラブ国際大会(福岡)報告	前会長(代議員)	L 吉金 博
国際大会(福岡)の件は、重複する為報告は例会にて。		
2) 国際平和ポスターコンテストについて	国際奉仕・LCIF委員長	L 大竹 昌
22校に案内済み。中村区役所の展示期間中に、献血ACTが重なりますので交代で観に行くことが出来ます。 LCIFの目標を定めましたので、ご協力をお願い致します。		
3) 第1回薬物乱用防止教室報告	YCE・青少年指導委員長	L 近藤 靖
本日、日比津中学校で薬物乱用防止教室を開催し、参加された10名の方にお礼と、無事終了した事の報告。		
4) 夏の交通安全県民運動・第35回「Hot・ほっとキャンペーン」について	社会福祉・公衆安全委員長	L 安藤健二郎
当日は、Yシャツの上に黄緑色のベスト着用にてお願いします。 ACT準備にL吉金、L野々垣、L近藤靖、うちわ配りに、L櫻井、L豊田、L水野が追加されました		
5) 1R2Z/3Z合同ACT「名古屋駅前打ち水大作戦2016」について	保健奉仕・環境保全奉仕委員長	L 渡辺 宣
例会と同日の為、参加者は上野会長、吉川幹事、村手第2副会長、L瀬尾の4人が参加されます。		
6) 稲葉地公園清掃&BBQ大会協力要請	保健奉仕・環境保全奉仕委員長	L 渡辺 宣
本日例会後に委員会を開き、詳細などを、煮詰めていきます。前日と当日、皆様お手伝いの程宜しくお願い致します。		
7) 7月第2例会(納涼例会)ご案内	計画・大会副委員長	L 瀬尾昌信
案内の訂正ですが、募集締め切り日が7/10(金)⇒(日)に変更です。		
8) ゴルフ部会からのお知らせ	ゴルフ部会長	L 高坂英夫
今年はゴルフ部会だけのコンペを行います。		
9) PR・IT・情報委員会からの報告	PR・IT・情報委員長	L 吉川 敦
アプリの件ですが、本日例会にてアンケートを行います。		
10) その他		
1月の名古屋太閤LC合同例会について、場所が取れなかったため、ガーデンパレスを会場に。		

幹事報告

- 2016年度上半期会費及び会員預託金請求について
本日の資料に入れてありますが、上半期の会費、宜しくお願い致します。

その他

今年は防犯カメラに力を入れていきたいとおもっております。

第 1039回例会

【1R2Z・3Z合同 ガバナー公式訪問例会】

出席者数：20名



◆地区ガバナー、ご来賓、地区役員 ご入場

◆開会宣言並びに開会のゴング

名古屋ウエストLC会長 L橋本登志代



◆国旗に敬礼

◆国歌「君が代」斉唱

◆ライオンズクラブの歌 (1番のみ)

◆地区ガバナー、ご来賓、地区役員 ご紹介

名古屋本丸LC会長 L鈴木貴雄

◆1R2Z各クラブ紹介

名古屋MJFLC会長 L栢森秀行

◆1R3Z各クラブ紹介

名古屋ブルースカイLC会長 L平野時子

◆地区ガバナー ご紹介

1R2Zゾーン・チェアパーソン L堀田久富

◆地区ガバナー 歓迎の挨拶

名古屋太閤LC会長 L平 昌彦

◆地区ガバナー ご挨拶

ライオンズクラブ国際協会334-A地区ガバナー
L垣見正則

3R1Z 一宮サウスライオンズクラブ 所属

34年ぶりに山田實紘国際会長、本年度はライオンズクラブ国際協会が100周年という記念を迎えます。

1917年にアメリカで誕生したLCは、210か国46,700クラブ1,390,000人の世界一の奉仕団体に発展しております。地域社会の改善に力を合わせよう、創設当時のシンプルな考えを元に数々のACTを行ってきました。人道的なACTを行う事により各地域に生きる力を提供してまいりました。

本年度のボブ・コーリユ国際会長のスローガンは「次なる山をめざして」。

次なる100年に向かいいくつかの山がある、その山をそれぞれチャレンジし、チャンスをかかして、これを征服することによって新しいライオンズの姿が見えるという根本的な考えであり、登山を積極的に皆さんが克服する課題として例えて述べています。

LCの100周年を祝うにあたり、私たちは過去に敬意を払い、現在を見つめなおし、見据えるのは未来であります。後に続く、次世代のライオンたちへ奉仕の伝統を守るために、進めべき道を決めなければなりません。会長としましては100年が終わりではなく、新たな始まりであり、新たなチャンスをとらえ行く手にそびえる山を越えていくために必要なのは優れたリーダーだとボブ・コーリユ会長は言っておられます。



またガバナー方針として

夢：夢を描きそれが現実へ近づいていけば、1人1人の意識改革。

創造：過去にこだわらず新しいものを作り出す力を備える。

未来への懸け橋：100年から200年に向けて我々ライオンズの精神をどう引き継ぐか

以上、3つの取り組みをおこなっていきます。

◆ご来賓 ご挨拶

LCIF国際理事・幹事 L栢森新治

国際会長方針、地区ガバナーの方針を持ち帰りワンショットワンライズという言葉があります。これは1回の注射で一生はしかにかからないというものです。これを5歳以下の幼児に行うと、はしかにかからない。

アフリカでは4～5年前は1日2,300人が亡くなっていました。これを我々が、ビルゲイツ財団と、国連の一機関として行いました。たった100円の注射で1日の死者が350人まで減りました。

裸足の若いお母さんが半日かけてうちにくる。これが我々のウィ・サーブの運動の一貫です。世界の人たちにいかに日本が奉仕しているか、この輪をますます広げていきたいです。

我々は崇高な精神でウィ・サーブと唱えるのです。

◆ガバナー公式訪問回答書の提出

1R2Z・3Z 各クラブ会長



◆地区ガバナー公式訪問記念ACTの発表及び贈呈

名古屋中村LC会長 L上野元嗣



◆受領者 謝辞(代表)

日本ボーイスカウト愛知連盟名古屋西部地区副委員長 郷司朋明 様

◆御食事



◆テールツイスターの登場

名古屋シティLCTT L稲角好直

◆幹事報告

名古屋MJFLC幹事 L長谷川睦

◆出席率の報告

名古屋ブルースカイLC出席委員長 L小島 廣徳

◆会計報告

名古屋徳川LC会計 L藤岡靖久

◆ライオンズ・ローア

334-A地区ガバナー L垣見正則
LCIF国際理事・幹事 L栢森新治
第2副地区ガバナー L浜島清美
キャビネット幹事 L豊田京太郎
キャビネット副会計 L五藤一樹

◆閉会宣言並びに閉会のゴング

名古屋シティLC会長L 石垣健治

◆地区ガバナー、ご来賓、地区役員 ご退場



例会報告

2016年8月7日(日) 10:00~10:30

於：稲葉地公園

第 1040回例会

【稲葉地公園清掃&BBQ大会】

出席者数：20名

◆開会の宣言並びに開会のゴング

定刻、本例会実行委員であるL渡辺宣の発声により、会長L上野元嗣が開会を宣言し開会のゴングを鳴らしました。



◆功労者へ記念品の贈呈

会長L上野元嗣から稲葉地公園清掃活動功労者へ記念品が贈呈されました。



◆会長挨拶

ご来賓とお客様の方々への謝辞を述べられました。
稲葉地公園清掃ACTの案内とその後のBBQ大会の案内と非常に暑くなるので体調管理には充分留意するよう話されました。

◆来賓及びお客様のご紹介

- ◇名古屋市議員 齊藤高央様
- ◇名古屋市中村土木事務所所長 服部幸也様
- ◇中村区稲葉地学区区政協力委員会委員長 柳瀬秀彦様
- ◇稲葉地学区区政協力委員会副委員長兼会計
／稲葉地学区連絡協議会副会長 小出正勝様
- ◇ライオンズクラブ国際協会334-A第2副地区ガバナー L 浜島清美
- ◇ライオンズクラブ国際協会334-A地区1R3ZZC L 伴野 功

実行委員のL渡辺宣から4名のご来賓と2名のお客様の紹介があり、ご来賓とお客様から一言ずつ御挨拶の言葉をいただきました。

◆議事審議事項

- 1) 今期予算案の件
- 2) 第1回薬物乱用防止教室決算の件
- 3) 7月第2例会(納涼例会)決算の件
- 4) 9月第2例会(グルメ例会)の件
- 5) 創立100周年担当委員長任命の件
- 6) その他

◆報告事項

- 1) その他

◆幹事報告

- 1) 1R2Z・3Z合同親睦チャリティゴルフ大会について
- 2) 事務局員夏期休暇について
- 3) その他

◆8月のお誕生日(LL)・結婚祝いの報告

◆テールツイスター登場

◆本日の出席率の報告

◆本日の会計報告

◆閉会のゴング

◆閉会



理事会報告：第 532 回理事会

2016年8月7日(日) 9:00~9:50

於：稲葉地コミュニティセンター

議題・審議事項

(第1号議案) 前回理事会議事録確認 《承認》	会長	L 上野元嗣
(第2号議案) 今期予算案の件 《承認》 別紙、今期予算の収支予算書にて承認されました。	財務委員長	L 速水清朗
(第3号議案) 第1回薬物乱用防止教室決算の件 《承認》	YCE・青少年指導委員長	L 近藤 靖
		無事、予算内で収まりました。資料に委員長、会計の記入漏れの為記入訂正致します。
(第4号議案) 7月第2例会(納涼例会)決算の件 《承認》	計画・大会委員長	L 中野正也
		参加者36名(出席率81%)で予想以上の人数となり予算がマイナス15,010円となりました。次回からは、赤字の報告でなく、補填先の報告を記入、説明する。
(第5号議案) 9月第2例会(グルメ例会)の件 《承認》	計画・大会委員長	L 中野正也
		5つの案を提案、多数決の結果、舞鶴館にて決定。内容は検討中。
(第6号議案) 創立100周年担当委員長任命の件 《承認》	会長	L 上野元嗣
		100周年担当委員長を、上野会長が兼務。

報告事項

なし

幹事報告

1) 1R2Z・3Z合同親睦チャリティゴルフ大会について

10/27に開催されるチャリティゴルフにて、参加者者(20名分希望)各5千円チャリテ-10万円必要。集めたチャリテ-は防犯カメラに一部充当する為、10万円は防犯カメラの予定予算が減る為、予算からチャリテ-に計上するか今後検討。

2) 事務局員夏期休暇について

8/12(金)、15(月)、16(火) ※緊急連絡は幹事へ

その他

1) ゴルフ部会より

部会を行うのにあたり台湾旅行と日程が重なるかもしれないので、台湾の日程確認後に日程を決める。



1. めがね屋さん

今年の12月の誕生日までに運転免許の書き換えを行う時期になり、4年前に買ったメガネが合わなくなったので、いつものめがね屋さんで視力検査をして頂きました。

結果は、意外にも近視・乱視共に度が進んでいないので問題ありませんとのことでした。

ところが、やはり像がぼやけて見えるので、他のめがね屋さんに行き再度視力検査をしました。

れいによって、顎をつけて検査用の文字を読んでいくのですが、メガネをかけた状態で2.0という結果が出て、「すごいですね！何にも問題ありません」と褒められてしまいました。

実は、以前に平針の試験場で視力検査で落ちたら大変だと思い、検査の文字を暗記しており、頭で読んでいたのです。IT化が進んでいるので、こういう文字をランダムに変化させるということを何故しないのか。この業界は遅れているなと感じました。

それは兎も角、実情を話して再検査をしましたところ、メガネをかけた状態で0.8という結果になってしまいました。1.0迄矯正しましょうと言ってくれたのですが、私の場合、片目どうしは現在も問題なく見えるのですが、両眼で見るとぼやけるのです。

どうしてこのようなことが起きるのか質問してみましたら、このめがねさんは、目の構造と物が見える仕組みを懇切丁寧に教えてくれ、度数があっているのに何故ぼやけて見えるのか説明してくれました。

要約すると、物がぼやけて見える原因は、近視・乱視のほか遠視・老眼があり、

- 1) 近視は、遠方から目に入ってきた光が網膜より手前で像を結んだ結果、遠くのものが見えにくい状態です。
最初は、眼を酷使うことによって眼の筋肉が緊張し、その緊張が固定化することで水晶体が膨らんだまま基に戻らない状態になり、これが近視の原因です。
さらに進むと、眼球の形が前後に伸びて変形し、眼球がラグビーボールのような楕円形になってしまいます。
この結果、飛蚊症になり、近視が強度に進むと網膜剥離を起こす場合があります。
一般的に、目の玉が大きく眼の軸が長いと光が異常屈折するといわれており、こういう人は近視になり易いとのことです。
- 2) 遠視は遠方から目に入ってきた光が網膜より奥で像を結んだ結果、物がぼやけ近くのものが見えにくい状態で、生まれつきの人が多いとのことでありました。
赤ん坊は、目の玉が小さいので生まれた時は遠視になっています。だから、近くのものが見えにくい状態なので目がうつろになっているとのことです。
- 3) 乱視は、眼球がラグビーボールのような楕円形にゆがみ、縦と横のカーブが違うので光を一転に集めることが出来ず物がぼやける状態。

4) 老眼は、加齢により弾力性がなくなり、近くのものが見えにくい状態。「メガネを外すとよく見えるのは弾力を必要としない距離に近づいたときは自然の状態で見えるから。」との説明になるほど！と納得。

とまあ、こんな具合に説明してくれました。

私は、近視・乱視・老眼の三重苦で、しかもメガネの度数は合っているのにぼやけるという救いようのない状況にありました。何とかしてほしいと頼んだら、「中山さんの眼は、隠れ斜位で、水平方向と縦方向の両方がずれている」というものでした。

水平斜位は眼精疲労がなく矯正は簡単であるのに対し、縦斜位は眼精疲労を伴い、矯正は若干難しいが「プリズム矯正」をすることにより幾分矯正可能であるといわれ、レンズにプリズム調整を施してもらうことにしました。

2. 脳で見る

物が見えるというのは、眼から得た情報を脳が画像処理をしているからで、中山さんの場合、眼だけでなく脳にも問題があるというので驚いてしまいました。乱視でない人でも、本当は乱視であるが、脳で画像処理をしているために乱視と気づかない場合が多いのだそうです。

若い人は、脳の画像処理が俊敏に行われるのでぼやけることはないのですが、中山さんの脳は老化により画像処理のスピードが遅いのです。

「脳の画像処理を早めるトレーニングが必要かもしれない。」といったら、年齢的に手遅れですといわれ、ガックリ。確かに、読めない文字も前後関係を類推して脳で読むということは日常的に行っている。年寄りに多いのが、はっきり聞こえないが、前後関係から相手の言葉を類推して理解しようと脳が活発に努力している。

逆に、聞きたくない音は脳が勝手に聞こえなくしている。補聴器は聞きたくない音まで拾うから嫌がられている。

実に脳は機械より精巧にできており、不思議な機能を持っている！

五感というのは、総て脳が「データ処理」を行う前提で機能していることが解る。

味にしても、舌だけで感じるのではなく、目・耳・鼻が相互に関連してその情報をキャッチして「おいしい！」と脳が感じるのである。

料理は「おいしい！」と感ずるために色彩・盛り付け、器に気を使っている。見た目でも「おいしい！」と判断するのである。

耳は一見、味と関係なさそうに思えるが、食事中にやかましい音楽・不快な音、嫌な出来事を話していると食事がまずくなる。

私は、家庭で食事する時は、食事環境を出来るだけ整えるように心がけている。

テーブルには、真っ白なクロス、その上には食卓関係以外の物は置かない。そして部屋は若干暗くし、テレビを消してショパンのノクターンを聞きながら食事をする、レトルトのカレーでも粗末な食事でもレストラン気分が味わえる。一石二鳥の効果である。

鼻については、4年前に鼻柱局湾曲症で入院し、手術をした日から両方の鼻がぼんぼんに腫れて、2ヶ月間に亘って苦しい思いをした。

何よりもつらいことは、食事中に呼吸が出来ないことと、何を食べても味が解らないので「食事がつらい」という経験をした。

うなぎが最も顕著で、香りが食欲をそそることは解っていたが、鼻の存在が人間の最も楽しみな食事を「つらい時間」に変えてしまうほど味と鼻の関係は密接であるということを経験したのである。

更に、以前NHKの「ためして、ガッテン」でやっていたが、「痛み」も脳が大きく関係していることが解っている。

例えば、左腕が蚊に刺されて“かゆい！”と思ったら、右手で氷を握ると左腕のかゆみが無くなってしまう。これは、右手に神経が集中して左腕のかゆみを忘れてしまうからで、「痛み」も過去の経験から思い出すことにより感じるのだそうだ。

又、事故等によって左腕を失ってしまった人が、無いはずの左手が痛いとかかゆいと感じることがあるそうだ。腰痛に悩んでいる人は、簡単な腰痛体操で「これで痛みは消える」と自己暗示すれば、針・マッサージよりは劇的に改善する。物理的変形がある場合を除いて、腰痛の専門医は精神科なのだそうだ。

3. メガネの購入

脱線してしまいましたが、最後に視力検査で「赤・緑検査」をやりました。

これは、画面に「赤・緑」の二重丸を見て、どちらがはっきり見えますか？というテストである。

この検査の目的は、赤色は波長が長く目の奥まで届き、緑は波長が短いので目の手前で留まるため、距離のズレを計るためである。

赤がはっきり見えたら正常で、緑のほうがはっきり見えたら過矯正（度が強すぎる）ということになる。

それが終わると、風船や気球が出てきてなんじゃろなと思っていたら、これは赤外線で見視・遠視・乱視の度をコンピュータ解析で測定し検眼機なのだそうだ。

通りすがりのめがね屋さんから多くのことを教わり、脳の老化まで話が及び、いよいよレンズ選びの段階に入った時、冷やかし半分が入ったつもりが断る時機を逸し、言われるままメガネを作ってしまいました。

特注のレンズなので、出来上がりが2週間後だそうで、8月の第一例会には間に合いそうだ。



前立腺癌について

皆さん、こんにちは。

高齢化に伴い、最近の発表によると、男性の癌は前立腺癌ついにトップになりました。

そこで今回、私が前立腺癌になって、手術から退院までの経過をお知らせします。参考にしてください。

まず、血液検査で前立腺特異抗原PSAの数値が5以上の場合は要観察で、6ヶ月に1回ぐらい血液検査をして経過を見る。私の場合、PSAの数値が9.8まで上昇したので、前立腺生研を行った。

生研は前立腺から左右それぞれ6ヶ所より検体を取り癌の有無を調べる。その結果左1ヶ所から癌が発見された。治療方法は次の5通りである。

- 1) 手術で取り除く
- 2) 放射線を当てる
- 3) ホルモン治療
- 4) HIFV温熱療法
- 5) 様子を見る

と説明を受け、相談の結果 1) 手術で取り除く に決定。

3月16日に確定したのに、一杯で手術は6月23日へ。

手術時間は4時間20分、その内2時間30分がロボット(ダビンチ)手術。腹に2cm位の穴を6ヶ所あけ、そこから器具を入れて行った。私の場合、前立腺が非常に大きく通常の2倍ぐらいで97gもありました。

手術後の経過

痛み止めの薬が点滴から自動的に入るため、全然痛くはなかったです。手術翌日から院内を歩けと言われ、点滴と導尿管と一緒に歩いていました。4日目に点滴、7日目に導尿管が取れ、やっと自由になりました。

体力をつけるため、普段は絶対やらない事を……9日目から1日3回、1階から7階まで階段のぼりを行った。所要時間は最高2分17秒であった。

12日目に無事退院、普通の生活でOK!

17日目からテニスを再開する。

考察

気を付ける方法は定期的な健康診断や献血ですね!

我がクラブでの献血アクティビティへの積極的な参加を皆さんにお願い致します。

(PR・IT・情報委員会)

2016年度 第1回薬物乱用防止教室

2016/7/6(水)

於:名古屋市立日比津中学校

13:55より日比津中学校ランチルームにて3年生4クラス149名を対象に行う。
校長先生、上野会長の挨拶後、L瀬尾による講演。生徒も参加しながら、発言で笑いをとったりしていました。
DVDも集中して見ており、真面目に学んでいる様子が伝わりました。



また、恒例となりました寸劇。
シーン1「荷物のお願ひ」 楽しく笑いあり。
シーン2「スカウトマン」 先生の女装役で盛り上がり、楽しく学んでいました。

夏の交通安全県民運動
第35回「Hot・ほっとキャンペーン」

2016/7/13(水)

於:JR名古屋駅前



稲葉地公園清掃 & BBQ大会
(8月第2例会振替)

2016/8/7(日)

於:稲葉地公園



会員情報

お誕生日

8月16日 L 加藤鋭吉
22日 L 渡辺 宣

9月2日 L 入山毅士
13日 L 石川克明
18日 L 服部吉秀
27日 L 奥村太朗

結婚記念日

8月?日 L 渡辺 宣 ♡ LL さおり

9月13日 L 大藪城正 ♡ LL 敬子

次月の予定

第 534 回 理事会

2016年 10月 5日 (水) 16:30~ 於:名古屋マリオットアソシアホテル

第 1043 回 例会

2016年 10月 5日 (水) 18:00~ 於:名古屋マリオットアソシアホテル

第 1044 回 例会 第1回クラブ単独献血ACT例会

2016年 10月 15日 (土) 時間未定 於:スーパーヤマナカ則武店付近

今月の表紙画

9. 「イタリアの下町」

制作者: 渡辺茂男氏、岡山和子氏、柴田郁代氏、中川晶子氏、野沢道代氏

名鉄線の壁画キャンバスは平面が殆どだが、コンクリートが上部に50cm角で60cm程突出した補強面も有る。バス停の正面に描かれたイタリアの下町の日常的風景だが、行き交う人の表情描写は見応え充分だ。突出部を窓にした発想の豊かさ正面には国旗をシンボルとして、右側には小鳩が止まり左側は子供が町を見下ろしている。

写真では左右は見えない是非一見あれ、然り気無い平和の願望、空には鳩が舞っている。

L上野元嗣



PR・IT・情報委員会ではメンバー各位からの投稿をお待ちしております。
クラブ運営・ACTに対する意見や参加報告、
旅行記、随筆、短歌、俳句、ご家族の話題、我が家のペット自慢等々、何でも結構です。
楽しい会報が出来ますよう、ご協力をお願い申し上げます。



名古屋中村ライオンズクラブ 会報誌 通巻513号
2016年9月7日(水)発行
発行者:名古屋中村ライオンズクラブ
〒460-0003 名古屋市中区錦3-8-14 名電ビル4F
<http://lions-c.jp/nakamura/>

会 長 : 上野 元嗣
第 1 副 会 長 : 野々垣 徹
幹 事 : 吉川 正洋
会 計 : 杉山 信子
PR・IT・情報委員長 : 吉川 敦