



R I. 第2620地区 静岡第2分區
三島西ロータリークラブ

週報

第2045号

事務所 静岡県三島市中央町4番9号 2F
TEL(055)976-6351 FAX976-6352
例会場 静岡県三島市梅名393-1 ブケ東海三島
TEL(055)984-0120
会長 鈴木 郁夫 幹事 前田 房江



広重版画より 三島 朝霧

第2108回例会

2016.3.3晴

司 会 古川喜仁君

国歌斉唱 四つのテスト

ロータリーソング 「奉仕の理想」
指揮 平出利之君

会長挨拶

会長 鈴木郁夫君

3月に入りまして暦の上では春になりましたが、まだまだ寒い日が続きます。三寒四温、寒暖を繰り返す少しずつ春が近づいてくるこの時期は、季節の変わり目、体調が乱れやすいので、体調管理には十分気をつけてお過ごしになってください。

さて、ある本を読んでいましたらテロメアという言葉が出てきました。あまり聞きなれない言葉かもしれませんが、テロメアはヒトの寿命に大きく関わっています。われわれの体は60兆の細胞からつくられていますが、その一つ一つが分裂を繰り返すことにより、生命を維持しています。細胞の中には核があり、核の中に遺伝情報をつかさどるDNAがタンパク質に巻きついておりたまり、染色体を構成しています。テロメアはその染色体の末端についているキャップのようなもので、大切な遺伝情報を保護する役目を担っています。このテロメアは細胞分裂するたびに短くなっていきます。テロメアの長さは、配列の単位で言うと1万対ほどあるといわれており、毎年50対ほど減少していくそうです。長さが半分5000対になると、細胞は死んでしまいます。5000÷50は100。100年が細胞の持つて生まれた寿命と考えられています。条件が整うと125年とも言われています。細胞の寿命とヒトの寿命は必ずしも一致しませんが、日本でも100歳以上の高齢者は6万人を超えましたが、110歳以上となると全世界で数百人に落ちません。全世界でいままで生きてきた最高齢者は122歳のフランスの女性です。テロメアが短くなるのを防ぐ酵素がテロメナーゼですが、テロメナーゼ活性が高いがん細胞は無限に近く分裂し続けます。2009年には「寿命のカギを握るテロメアとテロメナーゼ酵素の仕組みの発見」で3人の学者がノーベル医学生理学賞を受賞しました。テロメアを減らさないために

は、まず病気をしないこと。どんな病気でも身体を壊し、身体を修復するために細胞分裂の回数が多くなります。次に活性酸素を増やさないこと。活性酸素はテロメアのDNAを壊します。煙草の煙、農薬、ダイオキシンなどの環境汚染物質、電磁波、激しい運動、強いストレス、紫外線などが活性酸素を増やす要因といわれています。これらに気を付けると100歳以上生きることができるかもしれません。これからこのことに関心を持っていきたいと思っています。

出席報告

	出席総数	出席率	メークアップ	修出席率
前々回	33/44	75.00%	34/44	77.27%
今回	41/45	91.11%	会員総数	48名

欠席者 石井(彰)君、窪田君、長田君、橋本君

幹事報告

幹事 前田房江君

- ①2月7日のブラインドサッカーがインフルエンザの為、延期になりました。4月中旬以降になりますので、よろしくお願いします。
- ②苗栗中学生受け入れ決算報告がありました。ホームステイ家族に対する謝礼を30年前と同じなので次回は検討した方が良いのではと意見が出ました。
- ③台湾地震のお見舞金を三島西ロータリーとして送りたいので、一人2000円をお願いをしましたところすぐに集めて戴きました。苗栗45周年に行くとき会長から渡します。ありがとうございました。
- ④4月14日(木)の夜間親睦例会は松陰で行います。
- ⑤3月10日(木)の夜間例会は卓話が諏訪部敏之君ですが都合がつかないのでテーブルミーティングとします。
- ⑥三島青年会議所より公開講演会の後援のお願いが来ております。4月22日(金)『行動力が道を開く』杉村太蔵氏です。

2015～2016年度
国際ロータリー会長
K.R.ラビンドラン

世界へのプレゼントになろう

おめでとう

入会記念日 諏訪部(照)君
奥様誕生日 鈴木(正)君、遠藤(眞)君
結婚記念日 室伏君、米山君



スマイルボックス

- ◆ 鈴木(正)君、私の父であり、前会員の鈴木敏夫は1週間前の2月25日めでたく満100歳の誕生日を迎えることができました。皆様のおかげでもあります。100歳まで頑張ってきたという感じで、最近あまり良くありません。
- ◆ 遠藤(眞)君、孫が高校を卒業し大学に合格しました。春から縁起がいいです。
- ◆ 室伏君、三島市景観賞を頂きました。千葉さんありがとうございます。
- ◆ 千葉君、みしまプラザホテルさんのお手伝いができて光栄です。室伏さんありがとうございます。
- ◆ 室伏君、石井良衛さん、盲導犬のチャリティーコンサート大盛況でした。お手伝いをさせて頂きありがとうございます。
- ◆ 鈴木(正)君、テーブルの上にチラシを置きましたが4月16日(土)に明治大学マンドリン倶楽部の第40回定期演奏会が地区校友会の主催で開催されます。例年大変好評で沼津文化センター大ホールが満員になります。チケットは鈴木までお申し付けください。感動しなかった時は払い戻します。
- ◆ 石井(良)君、すみません、寝違えて右も左もわからなくなり、ロータリーバッジも忘れるという自覚のなさ、病院に行っ自分を見つめなおすため早退します。

委嘱状



米山梅吉記念館運営小委員会委員
柴崎恵子君

卓 話

三島市国際交流協会

平出利之君

昭和32年パサディナ市と姉妹都市提携をし、昭和44年に三島姉妹都市協会が設立されました。その後、平成4年4月23日に三島市国際交流協会が設立されました。協会を設立するにあたりご尽力された方が、小野金彌様であります。

現在3つの都市と提携しておりますが、今年はニュージーランドのニュープリマス市とは、提携25周年。来年アメリカのパサディナ市とは、提携60周年。中国の麗水市とは来年提携20周年になります。パサディナ市とニュープリマス市とは姉妹都市提携で麗水市とは友好都市提携と区別されております。

協会の事業のなかで一番大事な事業は、学生達をこの3つの都市に派遣する事と思っております。幸いこの交流は順調に行われております。三島西RCと苗栗RCの交流と同じであり、大変な苦勞があります。しかし、協会の窓口は市役所がやってくれているところが、RCとは違う点であります。

学生の交流が上手くいくには、大人の交流がなくてはけません。去年は民間交流として、パサディナ市と麗水市の訪問をしました。有意義な交流ができて、大変満足しております。

交流し続ける事は、時間と費用がかかり協会のメンバーには多くの負担をかけていますが、引き続きお願いしていかなければならないと思っております。

理事会

協議事項

- ① 社会奉仕より ブラインドサッカーの変更について
- ② 国際奉仕より 苗栗中学生来日結果報告他
- ③ 台湾地震について
- ④ 親睦委員会 4月第2例会夜間親睦例会について
- ⑤ その他

3月の予定

- 3月3日(木) 卓話 平出利之君
3月10日(木) テーブルミーティング
3月17日(木) 例会場変更 米山記念館
卓話 柴崎恵子君
3月24日(木) 卓話 千葉慎二君
3月31日 特別休会

(週報担当:遠藤眞道)

三島西RCテーマ

温故知新 ~ロータリーの原点は親睦・友人も作れるところ~