



SASEBO SOUTH EAST

ROTARY CLUB

The Weekly

2025年1月29日(水) 2024-2025年度 第1489例会 通算例会第1642 週報第1489

2024~2025年度国際ロータリーのテーマ

ロータリーのマジック
(THE MAGIC OF ROTARY)



2024~2025年度地区のテーマ

ロータリーの価値の再発見 -ロータリーを語り合おう-
“ 一 円 融 合 ”

四つのテスト	1. 真実かどうか
	2. みんなに公平か
	3. 好意と友情を深めるか
	4. みんなのためになるかどうか

2024~2025年度

国際ロータリー会長

第2740地区ガバナー

第6区ガバナー補佐

ステファニー A. アーチック

石坂 和彦

吉田 大

【 佐世保東南ロータリークラブ 】

創立	平成4年3月19日	例会場	ホテルフラッグス九十九島
RI承認	平成4年5月6日	例会日	毎週水曜日 12時30分~13時30分
事務局所在地	佐世保市上町2番12号 佐世保建設会館4階2号		
	TEL 0956-76-8642 FAX 0956-76-8643		
2024~2025年度	会長 鎌田 裕二	幹事	井澤 晃一

◎ 佐世保東南RCスケジュール

1月	1 日	休会
	8 日	クラブ協議会
	15 日	休会
	22 日	新年長寿会
	29 日	卓話

2月	5 日	クラブ協議会
	12 日	休会
	19 日	クラブフォーラム
	26 日	休会

◎ ビジター (0名)

なし

◎ 本日の欠席者 (13名)

森山・谷山・池田・松田・徳住・西田・吉田
平山・坂井・井元・竹口・内川・麻生 会員

◎ 前回のMake-Up・出席免除会員 (6名)

出席免除会員 : 森山会員・谷山会員・松田会員・古川会員
Make-Up : 4 名

◎ 前回の欠席者 (10名)

森山・谷山・西田・吉田・吉富
平山・坂井・内川・小倉・麻生 会員

本日の出席 2025.1.29	会員数 28名	出席数 15名	欠席者 13名	出席率	54%
前回の出席 2025.1.22	出席者数 18名	Make-Up 0名 (出席免除会員) 4名	欠席者 10名	補正出席率	79%

◎ 来信・月信

なし

◎ 市内ロータリークラブ例会変更

なし

◎ 鎌田会長挨拶と報告

皆さん、こんにちは。今日は例会前に松円幼稚園に食育奉仕で井澤幹事と高比良会員と行って参りました。可愛らしい子ども達と高比良会員の包丁さばきを見てきました。また改めてその報告は高比良会員からさせていただきます。本日は服部会員の卓話となっておりますのでよろしくお願い致します。以上です。

◎ 井澤幹事による幹事報告

補助金セミナー	2/2(日) 長崎インターナショナルホテル 13:30~17:00 高比良次期会長・廣川次期幹事
2月 休会	2/12(水)・2/26(水)

◎ 高比良会員より食育奉仕についてご報告

皆さん、こんにちは。本日松円幼稚園へ行って参りました。今年も価格高騰で魚の値段が高くなっていて昨年度よりさらに値上げしていましたことをご報告いたします。今年は初めて会長と幹事にも来ていただき幼稚園の先生方も喜んでいらっしゃいました。毎年のごですが、園児たち、保護者の方も楽しみにしていただいて、目をキラキラ輝かせて刺身が出来上がるまでを見てもらいました。今年も無事に終わり良かったです。ありがとうございました。また来年もよろしくお願いいたします。



◎ 服部洋也会員の卓話



皆さん、こんにちは。今日は卓話ということで私が佐世保を出て最初に就職したのは株式会社ダイエーさんで衣料品コーナー、紳士服、婦人服、子供服一人でみないといけませんでした。新人で。紳士服のサイズ覚えから子供服のサイズ覚え、婦人服は何号など覚えながら4~5年お世話になってこっちに帰ってきてめがね屋さんに務めたという流れがあります。メガネの方は20年以上商売してますので僕はこの前話をしたんですが今日はメガネの話ではなくて目の病気の話をしたと思います。皆さん、目のことを甘く見てらっしゃると思うんですけど、眼科さんにはあまり行かれなないと思います。目の中で一番多い病気というのが、白内障になります。白内障の原因というのが紫外線になります。30年も前からわかっていることなんです。白内障かもしれないという段階まではまだいいんですが、完全に白く霞んですりガラスが一枚入った状態の見え方になって最終的には見えなくなります。白内障の原因は紫外線なのでカットすれば良いだけの話なんです。僕は全国色々行った中で93歳のおばあちゃんて長年サングラスで予防していらっしゃる方は白内障になってません。多少老化現象はあると思うんですが一番の敵は紫外線です。

皆さん、結構ゴルフに行ってると思いますがサングラスは絶対した方が良いです。今日のくもり程度の状況でも中程度の紫外線は出ています。実は僕はあまり目は悪くないんです。普段はあまり掛けてないです。外に出る時だけ掛けるようにしているんです。それは紫外線が怖いことを知っているからなんです。紫外線は目に見えないので大体皆さん予防しません。外からの紫外線が入ってきて目の角膜で紫外線をちょっとカットするんですけど、水晶体にどんどん紫外線が蓄積して白内障という病気になります。水晶体の上に筋肉があるんですけどこの筋肉が年齢と共に弱っていき、筋肉のゆるみのことを老眼と言います。これは実は30歳後半くらいから出ます。自覚症状が出るのが、目の良い方で大体45歳くらいです。それくらいからいよいよ我慢できなくなってきます。老眼は我慢するだけ損していきます。老眼は病気でも何でもなく生理現象なので早くメガネに頼った方が楽です。

目って心臓・肝臓・腎臓と同じ臓器なんです。唯一紫外線に晒される臓器です。ですから、何かないと眼科には行かないですけど、とにかく何も無い時に一度診てもらっておくことをおすすめします。白内障の手術の成功確率は全国平均

均80%です。10人に2人は辞めておけば良かったという人がいます。であれば、ならない方が絶対良いですので、外では、特にゴルフ中はサングラスを掛けていただきたいです。もちろん白内障にならない方もいらっしゃいます。全員がなるわけではないので。ただ、初期・中期・末期と段階がありまして、初期は老化現象として皆さんなられると思います。初期程度で手術する方はいらっしゃいません。目が見えなくなると、仕事も出来なくなるし、ゴルフもできなくなるし楽しいことが何もできなくなります。それくらい目は大切なんです。例えば、足が不自由になったら車椅子などがあつたりしますが、目の代わりはないので目の大事さを全国回っている時、メガネを買ってください、ではなくこういう目の大事さのお話をして納得いただいた上で購入していただいています。紫外線という目に見えないものなのでついつい忘れがちになるのでメガネを掛けていればいいと思います。メガネやサングラスにも紫外線カットのないものもありますのでお気をつけてください。サングラスの役割は眩しさを抑える役目です。眩しいと紫外線は別なので紫外線カットがあるものを選んでください。サングラスは色が入った分瞳孔が開きます、見ようとする力を使うので。瞳孔が開いたところに紫外線カットがない場合は紫外線が入ってきます。アメリカ人や海外の方はサングラしますが、なぜかという、日本人は白内障になっても簡単に病院で三割負担で手術ができますが外国の方はほとんど保険に入っていないので、自己管理が凄いです。格好つけてサングラスをしているのではなく白内障など病気になるようにされているのです。なので皆さんメガネをしていただきたいなと思います。メガネは目に悪いことは一つもないので是非掛けていただきたいなと思います。今はファッションのひとつとして雑貨扱いされてきて、メガネの販売は国家資格がないので誰でも売ることができます。ただ業界内には資格制度があります。1級・2級・3級と。私は1級を取得して販売をしていました。白内障の次に多い病気が黄斑変性症です。黄斑部というのが、目の一番奥になっています。今ブルーライトも目に良くないと言われていますがブルーライトが目に悪いと言われていただけでまだ、科学的根拠はでていません。次に多い病気は緑内障です。緑内障は目の圧の問題で、圧は強すぎても弱すぎてもダメなんですけどそれは遺伝的なものもあるし、こればかりは自分で予防はできません。これは食生活になります。皆さん、目を大切にしてください。ありがとうございます。

◎ ニコニコBOX

鎌田君	...	皆様、お疲れ様です。今年もよろしくお願ひいたします。インフルエンザが多いので皆様も気をつけてください。
井澤君	...	新年あけましておめでとうございます。今年も仲良くいたしましょう。ニコニコします。
廣川君	...	本年もよろしくお願ひいたします。新年にニコニコします。
古川君	...	明けましておめでとうございます。
稲吉君	...	今年もよろしくお願ひします。ニコニコします。
吉富君	...	新年あけましておめでとうございます。今年もよろしくお願ひします。
岸川君	...	本年も一年間、よろしくお願ひ致します。
服部君	...	本年もどうぞよろしくお願ひ致します。

本日	8,000円
累計	820,883円

