

11月24日（木）例会報告

Index

会長挨拶／幹事報告／

招待卓話 リオ2016パラリンピック銀メダリスト「藤田征樹 氏」／ニコニコBOX その他

大野 治夫 会長挨拶



今週は不整脈その1です。

運動もしていないのに脈が急に速くなったり、遅くなったり、一瞬飛んだりする場合があるかもしれませんが、それが不整脈になります。異常がなくても年に一度は心電図を受けて心電図の検査を受けて不整脈になるかならないか確認していただくと早期に発見していただければ、急にギョツとなることはないと思います。正常な心臓は1分間60回～100回



拍動していて、規則正しい拍動を生み出しているのは電気刺激で、この刺激が心房や心室などの心臓の各部位がタイミングよく収縮し、全身に血液を送り出していますが、たまにこの回路に不具合が起きると不整脈が起きるということです。

1分間に60回～100回を超える場合は「頻脈性不整脈」、逆に1分間に50回を切る場合は「徐脈性不整脈」というそうです。また、脈が飛んだように感じる「期外性収縮」もあり、このような不整脈があった場合でも、急に治療をしなくてもよいそうです。

気を付けなくてはならないのは「心室細動」が起きると言う事で、心臓が細かく震えるように痙攣を起こして止まってしまうという30～40代に起こりやすく、心臓のポンプ機能が働かず、全身に血液を送り出せなくなる状態が続くと当然ですが、命にかかわってしまう。

これを肝に銘じて心電図検査を受けてもらいたいと思います。避けるには過労や睡眠不足、ストレスを避けることは大切です。

招待卓話 リオ2016パラリンピック銀メダリスト「藤田征樹 氏」



勧誘・維持・教育・選考委員会

上野 修 副委員長

内田先生はつくば大学を卒業し、形成外科医として今は記念病院で在籍しています。

先生はオリンピックとは深いかわりがあり、ギリシャ大会の時は日本の総合医学のトップとしてホームドクターとして出ています。またアンチドーピングの世界のメンバーであり、ドーピングの検査をする資格を持っています。DCO、BCO両方持っています。

アスリートの診断治療、コンディショニング、アンチドーピングの指導をしています。

競技は自転車とレスリングにかかわっていて、リオオリンピックでも自転車のトラック競技のナショナルチームに帯同していました。藤田選手とのかかわりは3年前に自転車のチームドクターをしていた時からで、その時から応援しています。



筑波記念病院 医科学研究所 所長

内田 彰子 様



日立建機(株)2016リオパラリンピック銀メダリスト

藤田征樹様

土浦出身で土浦つくば地区を自転車で走り競技活動をしています。

地域みなさんに応援していただけるような活動をしていて、つくば学園ロータリークラブ様にお会いできたのも本当に素晴らしい出会いだと感じています。

本日は2016リオパラリンピックへの挑戦についてをスライドを使いながらお話しますが、撮影はNGとさせていただきます。

2004年事故で両足を切断、以降義足での生活をしています。現在は車も運転し、ほぼ日常生活には支障はありません。競技、トライアスロンや自転車競技は義足をつけて参加しています。

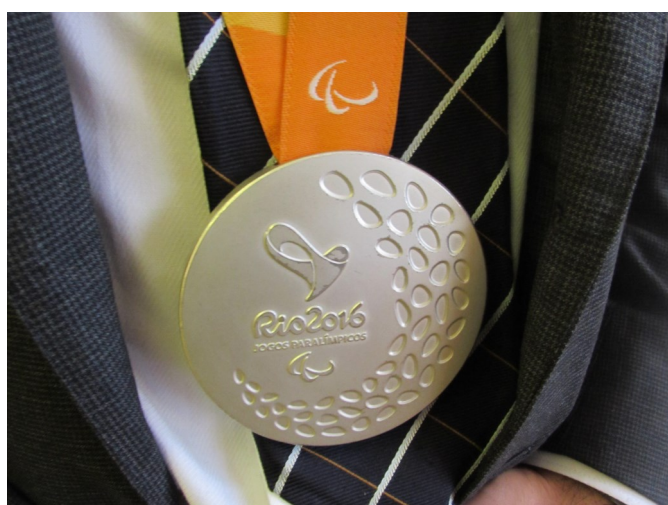
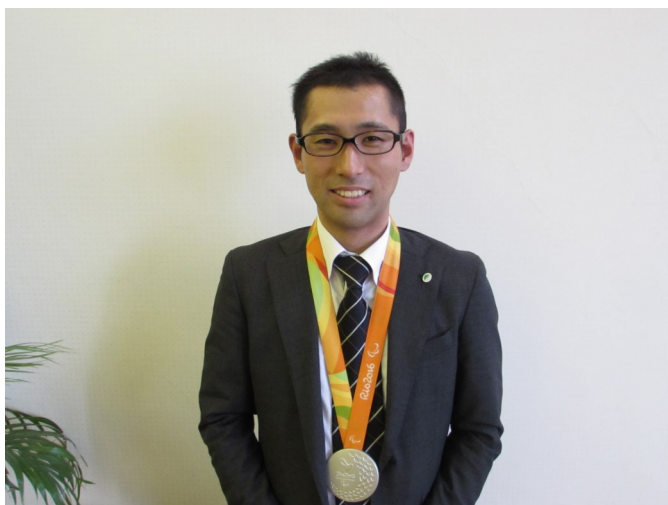
パラサイクリングの紹介をします。パラサイク

リングとはパラリンピックとサイクリングが合わさった名称で、2007年から健常者の正解競技団体UCIが障害者管理についても管理をするとなり、ルールは健常者の競技を変わりません。パラサイクリングでは屋外・内の競技に分かれています。パラサイクリングには4つのカテゴリがあります。そのひとつが、Cクラス。Cクラスとは切断などの運動機能障害を持った人が所属するクラスです。男女ともにC1～5に障害の重い順に分かれています。つづいてBクラス。そして、Hクラス。Hクラスの参加選手の中には、F1で活躍していました、アレクサンドロ・ザナルディ選手もいます。レースの事故で障害者となり、現在は車の活動もしている傍らでサイクリングにも参加されています。2大会パラリンピックで金メダルを取るという非常に優秀な選手です。最後にTクラスとは非常に障害が重く、一人で自転車に乗れない選手が3輪で競技に参加するクラスになり、3段階あります。

パラサイクリングは2007年からナショナルチームに参加し、北京大会、ロンドン大会、リオ大会と3大会連続出場しています。通算で5つのメダルを獲得しています。また、2008年の北京大会では義足を活用した競技では日本で初めてのメダルとなりました。パラリンピック以外でも世界選手権で2度の優勝・3度の準優勝になることができました。



スナップショット



ニコニコBOX



北島睦男	19日と20日は、研究学園駅前のイルミネーション飾り付けを集落の旅行と重なってしまい、つくばマラソンの給水活動に参加できませんでした。申し訳ありませんでした。
木村英博	本日は、素晴らしい卓話ありがとうございました。 さて、皆様12月10日は、つくば学園RCクリスマスパーティーです。そこで皆様にお願ひがございします。パーティーを盛り上げる為に「ビンゴゲームの景品」を協力していただきたいです。直前まで受け付けますので親睦メンバーまで渡してください。 メリークリスマス！！
高田稔美	藤田様、卓話ありがとうございました。12月10日のクリスマス楽しみにしています。
高畠克友	先日、13日(日)県民の日に、長男坊が結婚いたしました。新郎の締めめの挨拶の後に、新郎の父が飛び入りで三本締めをやってしまい、会場は大盛り上がりでした。 息子には大目玉でした…。
田口幸男	先週のつくばマラソン寒い中、クラブの皆様ご苦労様でした。
塚越俊祐	54年ぶりの初雪の為、会社の配達部門はてんてこ舞いです。 また、つくばマラソンエイドステーションお疲れ様です。
馬場清康	先週のロータリーの例会が休会だった日に、県庁OB会のゴルフコンペに参加した。 結果は「ライオン」(百獣の王)でブービー賞。 表彰式で「2大会連続で栄えあるブービー賞に輝いた馬場さん…」とイヤマナ紹介をされました。
古本朝彦	先日は、妻の誕生祝にお花をいただきありがとうございました。 最近、誕生日はめでたくない。と言っていますが、お花には喜んでいました。
村上義孝	今日はまさかの雪でビックリです。水戸の県庁に行くため早退させていただきます。
村上憲範	つくばマラソン大会ご苦労様でした。

本日の合計 51,000円

本年度累計 493,000円

無断欠勤ゼロ、出席率向上を目指して



会員数	出席数	欠席数	内無断 欠席数	出席免除数	メイクゲスト	出席率
82	56	26	4	3	3	74.68%

プログラム予告 11月・12月



- 11月24日(木) 例会 12:30~13:30 招待卓話 リオ2016パラリンピック銀メダリスト「藤田征樹 氏」
- 12月01日(木) 理事会11:00~12:00 役員・理事 P委員長、親睦委員長
- 12月01日(木) 例会 12:30~13:30・会長挨拶 年次総会 次年度理事及び役員発表・会員卓話「矢島定男会員」
会員奥様誕生結婚祝 11月ニコニコ大賞
- 12月08日(木) 休会 12/10(土)に振替の為
- 12月10日(土) 移動例会 18:00~20:30 ☆多田野年度・クリスマスパーティー☆
場所: オークラフロンティアホテルつくば 本館3F ジュピター
- 12月15日(木) 例会 12:30~13:30 招待卓話(株)D Style 守屋俊甫氏「健康・エンターテインメント」
*例会場⇒ オークラ 新館「アネックス・昴西」
- 12月22日(木) 例会12:30~13:30 招待卓話 茨城県 企画部空港対策課 係長 飯村勝輝氏
いばらきスカイガイド 田中 恵氏「茨城空港のPR」
- 12月29日(木) 休会 休会①(定款細則第6条第1節)

つくばオールロータリアンFaceBook同好会は、つくばの3クラブのロータリアンとローターアクト、インターアクトの 情報などをFaceBook上で共有しています。皆様、ぜひご利用ください

つくば学園・つくばシティ・つくばサンライズ・ローターアクト

公開
非公開

<https://www.facebook.com/tsukubagakuenrc/?fref=ts>

<https://www.facebook.com/groups/1482018048750125/?fref=ts>



友好クラブ

京都山城ロータリークラブ
(第2650地区)



公開QRコード



非公開QRコード

4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

つくば学園ロータリークラブ

ホームページもご覧下さい

<http://www.46gama.com/>



例会日: 木曜日 12:30~13:30

例会場: オークラフロンティアホテルつくば



2016-17年度 RIテーマ



人類に
奉仕する
ロータリー

つくば学園ロータリークラブ

地域に役立つクラブを目指そう！！

〒305-0047

茨城県つくば市千現2丁目1番6つくば研究支援
センターA28

電話 029-858-0100 FAX 029-858-0101