



Peace Through Service
Sakuji Tanaka
Rotary International President
2012-13

御坊東ロータリークラブ

Club Weekly Britain

since 1996.2.14



例会 水曜日18時30分 御坊御坊商工会館3F
 事務局 〒644-0002 和歌山県御坊市藪350-28(御坊商工会館3F)
 連絡先 TEL 0738-23-2334 FAX 0738-22-1234
 E-Mail gobocast-rc@naxnet.or.jp

四つのテスト(Four way Test)
 (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

会長 龍田安廣
 副会長 小林隆弘
 幹事 小池佳史

☆ 司会進行 SAA - 細川幸三 君
 <ゲスト>
 日高博愛園管理栄養士 松原弘明 様

2011~2012 年度表彰 前会長 栗林久一 君
 会員増強・拡大賞、米山功労クラブ賞 授与



Celebration

【ご婦人お誕生日】
 松本理子 様



【ご結婚記念日】
 尾崎達哉 君、松本政彦 君
 龍田安廣 君、小林隆弘 君



会長告知

会長 龍田安廣 君

皆さんこんばんは。本日のゲストとして日高博愛園へ勤務している管理栄養士の松原 弘明様をお迎えしております。後程、卓話をして頂きます。宜しくお申し上げます。数日前に松本君の奥さんが体調を崩して、入院したと聞きま

したが、回復に向かっていて大儀なく事を終えたと言う事ですので、安心してるところです。皆さんもくれぐれも体調には留意して頂きたいと思ひます。

さて、この17・18日に第24回星空の街・青空の街全国大会が日高川町で高円宮妃殿下をお迎えし、大会が開催されます。



皇室の日高川町訪問は29年4ヶ月振りということ聞いております。

宮家が訪問するにあたり、色々と作法等色々なおもてなしがあるようです。日高川交流センター、道成寺にお越し頂きます。その時は、皆さんで日の丸の小旗を振って御歓迎する事になっているそうです。

ちなみに、一般の住民の方々のご参加をお願いしているのですが、詳しいことは日高川町広報などで、見聞して頂きたいとの事でありませう。そういう事から今、日高川町職員のみならず関係各位が緊張している状況ではないものかと推測している昨今であります。以上で告知と致します。

幹事報告

幹事 小池佳史 君

○1/11 3クラブ合同初例会
 会場: 御坊商工会議所 4F 担当: 御坊クラブ
 (9日は例会変更、11日が初例会)

本日のプログラム

「高脂血症について」

日高博愛園 管理栄養士 松原弘明 様

①高脂血症とは？

血液中のコレステロールや中性脂肪が増加した状態です。コレステロールはホルモンの材料になったり、細胞膜を作る、脂肪の吸収を助ける、といった働きがあり、中性脂肪はエネルギー源として働きますが、過剰になると身体に障害をもたらします。糖尿病と同様に自覚症状に乏しく、動脈硬化によって重篤な病気を引き起こすのが特徴です。現在患者数は約700万人いるといわれており、増加傾向にあります。

②高脂血症の原因

食べ過ぎ(コレステロールの場合はコレステロール分の摂取過剰、中性脂肪の場合は全体的な食べ過ぎ)、アルコールの飲みすぎ(中性脂肪)、運動不足に遺伝的素因が関与して発症します。また糖尿病では中性脂肪の産生が増加し、喫煙者ではHDLコレステロール(善玉コレステロールと呼ばれ、動脈硬