



奉仕を通じて
平和を

田中作次
2012-13年度
国際ロータリー会長

ガバナー 島田甲子雄

国際ロータリー第2600地区

上田六文銭ロータリークラブ

RoKumonsen Rotary Club





事務局
〒386-0025
長野県上田市天神4-24-1
上田東急イン3F
TEL 0268-25-6000 FAX 0268-25-6002
<http://www6.ueda.ne.jp/~ueda6rc/>
例会日 毎週火曜日 12:30~13:30
例会場 上田東急イン2F
創立 1997年2月18日

●会長 小嶋修一 ●幹事 水野泰雄 ●会報委員長 山ノ内恵理 ●副委員長 生川秀樹 ●委員 柄澤堯 宮下安仁

会員卓話 最新のガン治療

下坂 秀信

【自己紹介】

上田六文銭入会からまだ日が浅く、今回の卓話の冒頭に少し自己紹介をさせていただきます。



私は昭和58年に東京の大学に

入学し、体育会のウェイトリフティング部の勧誘を受け入部しました。入部当初は毎日先輩が練習後に食事に連れて行って来て、「なんていい部なんだろう」と思いましたが、その後は言う間でもなく食事を誘ってくれる回数は極端に減り、1年生の仕事が始まりました(笑)。

今オリンピックで歴史のある競技、レスリングがオリンピック種目からなくなるというニュースが話題に上がっていますが、重量挙げもオリンピックの第1回目からずっと続いている競技種目です。4年に1度しか話題に上がらない、マイナーな競技です。

皆さんは、重量挙げというと東京オリンピックで三宅兄弟がメダルを取ったという記憶があると思います。今はその娘さんが、オリンピックに出場しています。私の学生の頃は、女性が重量挙げなど誰もやらず、当時アメリカの女性選手が日本に来日し、その女性選手を相手に私たちの大学が試合をした時に珍しがられてマスコミに取り上げられました。

皆さんは重量挙げというと「力」まかせに持ち上げるイメージがあるかも知れませんが、この競技は、いかに力を使わないで重い重量を上げるかという競技です。力任せでは上がりません。**タイミングとバランス**の競技なのです。選手が胸の上でバーベルを押しえていて、少し膝を曲げて頭の上に持ち上げる「ジャーク」という種目がありますが、少ししゃがんだ時に胸の上で支えているシャフトが両側の重量でしなります。その反動の力を利用して一気に持ち

上げるというか、バーベルが少しの時間浮いている間に体をバーの下にもぐり込ませてバランスを取りながら両足を揃えて停止する競技です。

筋肉増強剤(ステロイド)を使って記録が伸びるドーピング検査でひっかけり、メダルや記録が取消しになる事がありますが、私たちが学生の頃はドーピング検査がなかったもので、当時のOBが「薬を使っても、強くなれ」と学生に指示をした事もありました。

私たちは薬に頼らず練習の努力で強くなろうとお互い励ましあい、納豆や豆腐・卵の白身だけといったタンパク質ばかりを食べるといった生活をしていました。そんな運動部の先輩のつながりが縁で、日本生命に26年前に入社し、今日に至っております。

【最新のガン治療について】

今日は、昨今の保険関係で話題の高いものを2つご紹介致します。一つ目は「ガン」の現実です。男性は2人に1人・女性は2.5人に1人が、一生涯のうちに「ガン」と診断される可能性があります。その治療法として注目されているのが、切らずに治す先進医療「粒子線治療法」です。

今「ガン」は、早期発見で入院をせずに仕事をしながら通院で治せる時代です。治療技術や薬の進歩により完治できる時代です。その反面、治療費や費用が上昇しています。

その治療方法で良いのか?今診てもらっている治療方法以外に、良い方法はないか?他の医師はどう思うんだろう?という治療方針を決めるにあたって、主治医とは別の意見を聞く仕組みを「セカンドオピニオン」と言います。弊社では、「ベストドクターズサービス」という新しいサービスを利用できるようになっています。

最後に、非常に残念ですが勤務先の転勤内示で、今月末で名古屋に転勤する事となりました。上田の人柄や風土、気候等々とても気に入っておりまして、もっと長く居たいと思っておりました。皆さんからは、とても良くして頂き感謝しております。

1年間、ありがとうございました。

上田東 RC35 周年記念
第 3 回ボルネオ植林活動について
 上田東 RC 企画担当 村居 正雄

2009 年 10 月、2012 年 2 月に続く 3 回目の今回は、上田東 RC 創立 35 周年事業として、4 月 17 日～21 日に実施します。貴クラブより、西澤尚夫君と山崎芳雄君が参加します。



例会 日 誌

- 司 会 北村 久文プログラム委員長
- 開 会 点 鐘 小嶋 修一会長
- ビ ジ タ ー 上田東 RC 村居正雄君
- 本日のプログラム 会員卓話、下坂 秀信

会 長 挨 拶 小嶋 修一 君

湯の丸高原の中央分水嶺の看板

東御側から湯の丸高原に上がった左側に、「花紋」という名前のロッジがあります。その屋根の看板に、[中央分水嶺 矢印で 東御側は日本海、婦恋側は太平洋]と書いてあります。つまり分水嶺の南側に降った雨水は千曲川に、また、北側に降った雨水は太平洋に流れる分水点ということを示してあります。

雨水の流れとしては、南側は千曲川に、北側も鹿沢に下り合流して日本海へと何となく思いませんか。でも、長野県と群馬県の鳥居峠では、雨水は吾妻川～利根川～太平洋、長野側は、千曲川～信濃川～日本海へと流れ込みます。

北に流れれば日本海、南に流れれば太平洋というイメージが、ここでは成り立ちません。ですから、わざわざ看板があり意外性をうたっているのではないのでしょうか。

中央分水嶺は大まかに言うと、日本海と太平洋に分かれる連続線を意味していますが、長野県では 2ヶ所、かなり南側に分水嶺が入り込んでいる地形があります。

一つは、先程の千曲川の源流“甲武信ヶ岳の辺と、もう一つは木曾路鳥居峠の辺りです。北側は奈良井川～犀川～千曲川～日本海へと流れ、南側は木曾川となり太平洋へと流れ込んでいます。

幹 事 報 告 水野 泰雄 君

1. (公)ロータリー米山記念奨学会より
 - ・ハイライトよねやま 156 号
2. 島田ガバナー事務所より
 - ・ロータリー補助金ニュース 2013. 3 月
3. 松本南 RC より クラブ事務所移転のお知らせ
 - ・H25. 4. 10 より 〒390-0811 松本市中央 1-23-1
4. 松本西南 RC より 例会開催日変更のお知らせ
 - 2013. 7 月より 水曜日 12:30～

会報 恵送

1. 会報 丸子 R.C. より、白馬 R.C. より

全会員配布物

1. 上田六文銭 R.C. 会報 749 号
2. 第三回上田東 R.C. ボルネオ植林活動のご案内
 ≪お知らせ≫
 - ・国際 RC 第 2600 地区活動の信濃毎日新聞掲載のお知らせ
 - ・元会員の田崎さんから、書き損じはがき届く



出 席 報 告

久保田正司 君

	ベース	欠 席	メイク	出席率
本 日	2 8	5	0	8 2 . 1 4 %
前々回	2 8	6	3	8 9 . 1 4 %



ニコニコBOX

久保田正司 君

- 山崎 博太 こんな俳句を発見、共感を覚えました。“犬ふぐり どこにでも咲くさみしいから(高田風人子)”
- 小嶋 修一 村居先生ようこそ。
- 下坂 秀信 本日、卓話担当します。宜しくお願いします。
- 柄澤 堯 下坂さん、最初で最後の卓話ですね。転勤後もお元気でお過ごし下さい。WBCも世界フィギアも、残念な結果に終わりました。世界は、甘くないですね。
- 生川 秀樹 春を通り越して、初夏の陽気ですね。桜がまだ咲かないのが不思議なくらいです。
- 山崎 勝司 4/17 夜間例会では出張演奏の予定です。宜しくお願いします。
- 村居 正雄君 肥田野秀知君 笠原 一洋君
 北村 久文君 久保田正司君 松澤 一志君
 宮下 安仁君 西澤 尚夫君 山崎 芳雄君
 水野 泰雄君 宮原 宏一君 杉山 裕君
 田中 栄一君 山田 豊君