



帯広東ロータリー・クラブ会報

[2020-2021年度]

会長／池田 誠 幹事／大塚 正昭 会報編集 メディア委員長／山口 信博

■創立：1984年6月15日 ■認 証：1984年6月18日 ■例会日：毎週火曜日 12:30～13:30

■事務局：〒080-0013 北海道帯広市西3条南9丁目 帯広経済センタービル4F TEL(0155)25-7347 ■例会場所：ホテル日航ノースランド帯広 TEL(0155)24-1234

第1710回例会 (令和2年10月13日㊤ 於 ホテル日航ノースランド帯広)

起 立 上野 敏郎 S A A

点 鐘 池田 誠 会長

開会宣言(帯広東R C第1710回例会)

ロータリーソング

奉仕の理想

ゲスト紹介 池田 誠 会長

米山記念奨学生

バルデ エドリッサ 様



いびきがひどい、息苦しい、むせる、何度も目が覚める、寝汗をかく、起きたときに喉が渇くなどがあげられます。また、運転中に眠気を起こす、居眠り運転をするなどです。

実は私も睡眠時無呼吸症候群で今も治療を続けています。

原因はわかりませんが、子供のころから扁桃腺が弱かったこともあり時折自分のいびきで目が覚めたりしたことがありました。

昔はこの病気に対してあまり注目されていなかったように思います。

しかし、15年前くらいに睡眠時間も十分に取らなかったせいもあり横になっても息苦しく眠れない日々が続き病院で検査をしたところ、睡眠時無呼吸症候群と診断され、^{こうがいすい}口蓋垂俗にいう「喉ちんこ」を切除する方法やマウスピースを噛みながら寝るなどの方法も検討されましたが、現在はC P A Pという機械で強制的に鼻から空気を送り寝る治療を続けています。出張先にも持っています。

15年前の検査は1週間程度検査入院をし、心電図を付けたりの検査でしたが、現在は日帰りの検査や在宅でも検査できるそうです。

十分な睡眠時間をとっているにも関わらず昼間眠い、ご家族からいびきがうるさい、息が止まっているなどと言われた時には一度検査してみてもいいかもしれません。

以上、会長挨拶とさせていただきます。ありがとうございました。

会長挨拶

池田 誠 会長

皆様、こんにちは。

今日は、米山記念奨学生のバルデ エドリッサさんが例会に来ていただいております。エドさんにはこの後、支給式をさせていただきますのでよろしくお願いいたします。

また、本日の例会は米山記念奨学生のバルデ エドリッサさんの卓話です。エドさんよろしくお願いいたします。

始めに、先日益子会員の義父 和田政能様(97歳)がご逝去されました。葬儀は家族葬で近親者のみにて執り行い一般の方のご会葬はご遠慮いただいておりますので、後日皆様にご報告いたしますと言うことでしたので、皆様へのご連絡は差し控えさせていただきました。ただ東クラブの弔慰規定についてはさせていただきますのでご報告させていただきます。

さて、ロータリーの友10月号の卓話の泉で「いびきに注意」といった内容の記事が掲載されていまして、睡眠時無呼吸症候群についてです。

これは、夜間の睡眠中に10秒以上の呼吸停止を7時間睡眠の間に30回以上繰り返す、または1時間に無呼吸が5回以上ある場合に診断されます。

原因はいろいろとありますが、症状としては寝ている間の

会務報告

大塚 正昭 幹事

①帯広北R C、夜間移動例会(3000回記念)

開催のご案内

日 時 令和2年10月16日(金)

午後6時30分



場 所 インザスイート

②帯広東 R C、夜間移動例会開催のご案内

日 時 令和 2 年10月20日(火) 午後 6 時30分

場 所 幕別温泉パークホテル悠湯館

会 費 1,000円

※(送迎バス)17:40パソコンランド出発

③帯広西 R C、夜間例会開催のご案内

日 時 令和 2 年10月29日(木) 午後 6 時30分

場 所 北海道ホテル

④帯広北 R C、10月30日(金)は休会と致します。

⑤例会終了後、定例理事会を開催致します。

委員会報告

加藤 肇 委員長(親睦活動委員会)

ニコニコ献金

高氏 英年 会員



プログラム

米山財団奨学委員会

西田 重人 委員長

池田会長より奨学金支給式

皆さんこんにちは、毎年10月は米山奨学月間ですので、宜しくお願いいたします、それではこれよりエド君のプログラムに入ります。



【米山奨学生卓話】

バルデ エドリッサ 様

皆さんこんにちは、今日は自分とガンビヤを紹介いたします。

ガンビヤでの私の仕事と家族です。現在31歳で結婚をしています。2歳の娘がいます、両親は二人とも60代で、お母さんは半身まひになっています、兄弟は3姉妹です。



7つです。

主な輸出製品は魚とピーナッツ・カシューナッツです。

メイン通りの説明



ガンビヤの産業は、農業、観光、サービスです。

ユネスコの世界遺産があり、市場近く道です。

ガンビヤの紹介をする

ガンビヤの料理の説明

ワニは神聖な生き物です。

ガンビヤには80キロの海岸線があります。

以上で終わります。

質問：曽根 一 会員

西田 委員長

すごく早く終わってしまいましたが、私は英語が苦手で、曽根会員に通訳をお願いします。

これより曽根会員の通訳を交えた問答が始まります。



閉会宣言

上野 敏郎 SAA

点 鐘

池田 誠 会長

次回プログラム予定

令和 2 年10月20日(火) 「夜間移動例会」(親睦活動委員会)

於：幕別温泉パークホテル悠湯館