



イマジン  
ロータリー

メーカーアップ

◎会長挨拶

# 脇町ロータリークラブ

第2670地区

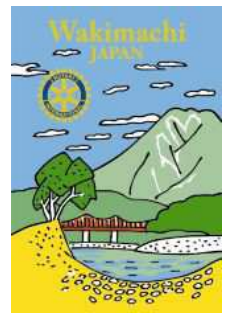
徳島第2分区 脇町ロータリークラブ

2022年9月15日 木曜日

第10回例会 No. 2803

会員総数：43名 出席者33名 修正出席率：81.39%

9/10米山協議会 六車会長、橋本会員



六車会長

皆さんこんにちは。

先週例会終了後、佐藤直樹社会奉仕委員長に同行して頂き、徳島アレルギーっ子の会、美馬町一井代表を訪ねて参りました。皆様からご承認頂きましたアレルギー防災フェスタ開催等の賛助金をお渡しする事が出来、一井代表から感謝のお言葉を頂き、脇町RCからのご厚意を大切に活用させて頂きまして皆様にお伝えくださいと言付かりましたのでご報告申し上げます。

また、先週土曜日には徳島グランヴィリオホテルにて、徳島第I・第II分区米山協議会が開催され、橋本米山記念奨学委員長と参加して参りました。

コロナにより懇親会は中止となりましたが、14時30分より始まり、17時半を超えての3時間、有意義な時間を過ごす事が出来ました。感謝申し上げます。

内容は、4名の米山奨学生が20分の持ち時間内で卓話を行い、お世話クラブのカウンセラーが5分の持ち時間で所感を述べる、が大半の時間となりました。

どの奨学生も日本語がとても上手で、私が日本語を教えて頂きたいほど、素晴らしい卓話でした。米山奨学生で思い出されるのは、ホイガ君ではないでしょうか。

藤原武志会長年度、当クラブがお世話役となり当時の若かりし北川会員が、モンゴル出身の徳大医学部生、ホイガ君のお世話をされていた事を思い出します。

皆様のご記憶にもあるかと思いますが、身体の大きな怡幅の良い青年で、何度も当時の例会場に出席され、いつも笑顔で印象に残る奨学生でした。

この様に、米山奨学生をお世話されるクラブや、カウンセラーの方々に深く感謝申し上げます。橋本委員長が米山奨学生の卓話日程を調整され、当クラブへも卓話でお越し頂きますので、皆様お楽しみにしててください。

本日も皆様、お元気にご出席有難う御座います。

## ◎幹事報告

森幹事

到着週報 鴨島、阿波池田、洲本各RC

到着書類 ハイライト米山

連絡事項 ガバナー補佐訪問9/22から10/6に変更

## ◎委員会報告

## ◎プログラム

卓話  
遠藤尚生会員

「睡眠時無呼吸症候群と診断されました」の件

今となってはいつからかは分かりませんが、8月26日に睡眠時無呼吸症候群と診断されました。川原先生のところで歯のメンテナンスを月一回受けております。随分と勉強している歯科衛生士の女性が私の担当で、「歯の調子はいいけれど、睡眠の質が悪くて困ってる。」とつい愚痴を漏らしてしまいました。すると、耳鼻科に行った方がいいですよと言われます。すぐに川原先生がいらっしゃって、「紹介状を書くので吉野川医療センターの耳鼻科へ行ってください。こちらで予約を取ります。」との事でした。吉野川医療センターで診察を受け検査キットを持ち帰り2日間の睡眠データをとりました。血中飽和濃度の最低値が74。ご臨終前の方の血中飽和濃度が70ぐらいらしいです。結果は睡眠時無呼吸症候群の重症でした。現在、C-PAPという空気を送る器械をつけて寝ております。最初はなかなか寝れない。担当の方曰く、4時間つけていればいほうだとの事でしたが、最初は早々に外していましたが、ようやく慣れてきました。

睡眠時無呼吸症候群 (Sleep Apnea Syndrome) は、睡眠中に無呼吸状態が繰り返される病気です。つまり、眠っている間に呼吸が止まっている状態のことをいいます。先生のお話では、10秒以上の気流停止 (気道の空気の流れが止まった状態) を無呼吸とし、無呼吸が一晚 (7

時間の睡眠中)に30回以上、もしくは1時間あたり5回以上あれば、睡眠時無呼吸との事です。私は1時間43回なので重症との事でした。

この症状の恐ろしいところは、寝ている間に血中酸素飽和濃度が下がり、それに脳が反応して急激な血圧上昇を起こし心筋梗塞や脳卒中を引き起こすことにあるそうです。もちろん、眠気による交通事故も社会問題となっています。罹患率は4から8%ですので当クラブで3名ほどいると思われます。皆様方も十分にご注意ください。

## ニコニコボックス

ひとりごと

次回例会

プログラム

2022年9月22日(木) 12:30~

清月屋敷

卓話 笠井博会員

- ☆ 次の会員は例会欠席でした。一井会員、木下会員、郷司会員、白川会員、千葉会員、秦会員、平山会員、藤村会員、南善会員、吉野会員。メイクアップして下さい。
- ☆ 次回例会の出欠を上栞出席委員長まで連絡してください。