



Yonago East Weekly

●創立/1968年4月24日 ●事務所/米子市西福原1-1-55 ホテルサンルート米子 TEL (0859) 32 - 5531
●例会日/水曜日12:30~13:30 ●例会場/ホテルサンルート米子市西福原1-1-55 TEL (0859) 33-0911
●会長/井上賢明 ●幹事/岩崎 浩 ●会報/荒川圭三

出席報告

会員数76名

今週のお祝い

本人誕生祝:1日 宮永誠治君 2日 森本晃一君
6日 今出 上君 尾沢三夫君 9日 松本啓君
11日 種田進 君 14日 永島清孝君 14日 西村正男君
27日 小土井秀明 君

会長挨拶

1月の平均気温が1.8度と例年より2度ほど低かったようですが、そろそろ桜の便りとともに活動的になるのかと思っております。

正月に箱根駅伝がありますが、もう一つの箱根駅伝というのが話題になったことがあります。駅伝が終わった翌日に始まるのですが、いわゆるゴミ拾い駅伝という感じです。100人くらいが集まって往路の芦ノ湖まで二日間かけてタイムとゴミの量を競うということです。今年は静岡大学が優勝して早稲大学は6位だったと思います。来年のロンドンオリンピックでもやろうじゃないかとか、アメリカ大陸横断駅伝とか話が大きくなっておりませんが、多くの人を巻き込んで襷を繋いでいくということが素晴らしいと思います。

我々も大山・中海清掃など活動していますが、次年度に向けてもそろそろ動き始めており、次年度に襷をしっかりと渡していきたいと考えています。春の一斉清掃へのご参加もよろしく願いいたします。

幹事報告

1. 3/5・6 PETS参加お礼の文書
2. 4/2(土) 青少年交換派遣学生オリエンテーション (アークホテル岡山)の案内
3. 4/23(土)~24(日) 青少年交換委員会地区外研修旅行(東京方面)の案内
4. 4/16(土)~17(日) インターアクト地区協議会 (松江アーバンホテル)の案内
5. 3/2 卒業証書授与式のお礼(米子松蔭高校より)
6. 例会変更のお知らせ
鳥取北RC 3/15(火)夜間例会に変更
ビジター受付あり

行事予定

- 3/30(水) 休会
4/1(金)~3日(日) ソウル芸場ロータリークラブ交流
4/17(日) インターシティミーティング(IM)
ハワイアロハホール
4/24(日) 地区協議会 倉吉未来中心
4/24(日) 事務局員研修会 倉吉未来中心他
5/25(水) 新旧引継ぎクラブ協議会



Let's Join!

すすんで参加しよう!

《 プログラム 》

「慢性腎臓病(CKD)について」

鳥取大学医学部附属病院 機能病態内科学分野

宗村 千潮 先生



CKDはchronic kidney disease(慢性腎臓病)です。明日3月10日は世界腎臓デーで今年で6年目になります。腎臓と心臓は関係が深く、腎臓を守り心臓を守ろうというテーマになっています。

心臓から出た血液の4分の1が腎臓に流れ、老廃物を1分間に100mlろ過します(糸球体濾過量=GFR)。腎臓の働きは老廃物の排泄や水分量の調節、血圧の調節をしています。1日に原尿は150Lほど出来ませんが再吸収されて最終的には1.5Lの尿が出来ます。GFRを基にCKDのステージが決まります。新しい病気が出来たわけではありませんが、2002年から出来た新しい概念で、従来からの慢性に経過する腎臓の病気の比較的軽い状態をまとめて表すために考え出されたものです。

CKDが注目されるのは患者数が非常に多いことと健康への脅威ということがあります。1330万人、日本人の12.9%がCKDに該当します。そして慢性腎炎、糖尿病性高血圧、メタボリックシンドロームも含まれ、一部は末期の腎不全になってきます。すると血液透析や腹膜透析、腎移植のいずれかをしないと生きていけないことになります。アメリカでは1年に1万件の腎移植が行われますが日本では1000件を超える程度です。透析患者は増えていますが腎移植は増えてない現状です。透析患者は毎年1万人ずつ増えており、1990年に10万人を越え2000年に20万人、2009年に29万人ということでおそらく現在は30万人が透析されているだろうということです。

そして鳥取県でも2009年に1320人に増えています。透析を受けている人は450人に一人で決して多い数ではありませんが、氷山の一角で影には成人8人に一人のCKDの方がいるということになります。透析以上に問題なのは、同じ腎機能でも蛋白尿がある方はない方より非常に死亡が多く、脳卒中、心筋梗塞、心不全などの心血管病を起こして死亡に至るといのが大きな問題です。CKDは透析というよりも死亡のリスクが高いということです。正常の方が糖尿病、高血圧、喫煙等のリスクがあるとそれだけで脳梗塞、心筋梗塞など起こしてきますが、起こさなくてもCKDを生じ腎機能が悪くなって心血管病のリスクが高くなる、さらに末期腎不全になるとこのような合併症が多くなって死に至ることがありますので、予防として生活習慣:禁煙、肥満の改善などを行うのが大事になってきます。そして不幸にしてしまったら早期発見早期治療が大切です。

次回プログラム

3/16 「私の見たヨーロッパ ～米子にヨーロッパを取り入れる～」

レストランコーディネーター 上村 弘和氏

3/23 「家で死にたい ―その想いを叶えるために―」

野坂 美仁 会員

3/30 休会