

高砂青松

The Rotary Club of Takasago Seisho, Japan

Rotary Club



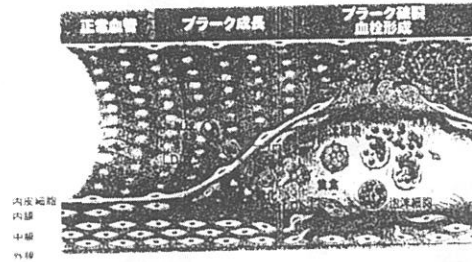
人類が私たちの仕事

MANKIND IS OUR BUSINESS

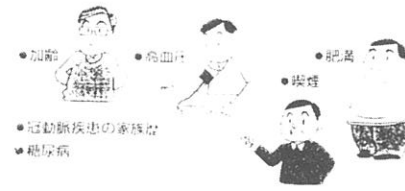
2001~2002年度国際ロータリーのテーマ



7) 酸化LDLとプラーク成長⇒血栓形成



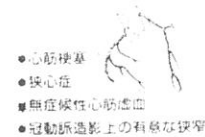
8) 高脂血症以外の主要動脈硬化危険因子(B)



10) 患者群別治療目標値

患者カテゴリー		脂質管理目標値(mg/dl)	その他の危険因子の管理						
冠動脈疾患	他の主要冠動脈危険因子*	相対リスク	TC	LDL-C	HDL-C	TG	高血圧	糖尿病	喫煙
A	0		<240	<160					
B1	1	×1					高血圧学会のガイドラインによる	糖尿病学会のガイドラインによる	禁煙
B2	2	×3	<200	<120	≥40	<150			
B3	3	×6							
B4	4	×12	<180	<100					
C	+	×24							

9) 冠動脈疾患(C)



11) 高脂血症の食事療法

食品	IV型	Ila型	Iib型
主食 ご飯、パン めん	↓		↓
主菜 肉類 魚介類 卵類 大豆・大豆製品		↓	↓
副菜 淡色野菜 緑黄色野菜 イモ、カボチャ 海藻、キノコ、コンニャク 漬物 果物 牛乳・乳製品	↑ ↑ ↓ ↑ ↓	↑ ↑ ↑ ↑	↑ ↑ ↓ ↑ ↓
調味料 油脂(植物油) 砂糖 塩、しょうゆ、みそ 酢 香辛料	↓↓	(↑)	(↑) ↓↓
嗜好品 和菓子 洋菓子 アルコール飲料 カフェイン飲料 炭酸飲料	↓↓ ↓↓ × ↓ ×	↓↓ ↓↓ ↓ ↓	↓↓ ↓↓ × ↓ ×

食べたい食品 食物繊維と良質のタンパク質と低脂肪



控えたい食品 高コレステロールと動物性脂肪と高カロリー



例会記録 (2002. 5. 29 (水)) 通算 1165 回

ソング 「奉仕の理想」 「歓迎歌」

来訪ロータリアン報告 砂川次善様 (高砂R.C.)
伊地知正治様 (高砂R.C.)

出席報告 5月15日 会員数57名 欠席者2名 出席率96.99% <修正による>
() 5月29日 会員数57名 欠席者13名 出席率77.17%

委員会報告 ◎ 国際奉仕委員会

先週の例会の後、チェンライロータリークラブとの提携検討委員会を開催しました。

委員は、丸山会長より2月13日の例会時に指名をされた6名、大森千里会員、田中浩行会員、庄司武会員、栗原康高会員、鹿間行雄会員、志方正昭、それに会長を含めた7名です。

報告:

折角長年にわたって立ち上げてきたプロジェクトだから、単年度(複数

プログラム予定

5月29日(水)	6月5日(水)	6月12日(水)	6月20日(木)
健康診断結果報告	各委員会事業報告	各委員会事業報告 (新・旧委員会引継例会)	創立記念例会 PM6:30 於:かき幸 (親睦委員会担当例会)

会長 丸山 滋夫 幹事 鹿間 行雄 クラブ会報委員長 渡辺 弥生
例会日時 毎週水曜日 12:30 例会場 高砂商工会議所会議室(2F)

事務局 高砂商工会議所内 〒676-0064 高砂市高砂町北本町1104 電話 (0794) 43-0500(代)

年度はやめて) 契約にして継続すべきです。

タイ国訪問については、その都度国際奉仕委員会で経済の動向をにらんで決定願いたい。

クンバイヤ文庫への補助

◎ 国際ロータリー2680地区 国際奉仕委員会 (大森千里会員)

国際ロータリー親睦活動グループの趣味別親睦活動 (囲碁クラブ) に台湾 (桃園市) へ行ってまいりました。

◎ ポリオ撲滅募金の強化の件

共に、〈ロータリーの友〉6月号16頁・60頁参照

ニコニコ報告

大森千里 …… 5月24日・26日、台湾桃園市で開催された第3回、国際囲碁大会に出席して参りました。Aクラスで日本の前田豊太郎氏が初めて優勝されました。出席者は日本より25名、台湾20名位、韓国2名でした。尚、6月9日当地区の囲碁大会も開催します。

伊藤勝之 …… 早退しますので。

小林久夫 …… 早退いたします。

幹事報告

第37回 通算1107回

1. ガバナー事務所より、ロータリー財団寄付目標額を達成するようにとの要請が来ております。
2. 花栄壮佳会員の二女ゆき様が平成14年6月8日に結婚されます。

会長の時間

めずらしく、会長・副会長ともに所用のため欠席されまして、急遽、唐津元会長があいさつをされました。

本日のプログラム

5月14日の健康診断の結果報告が植杉会員よりありました。

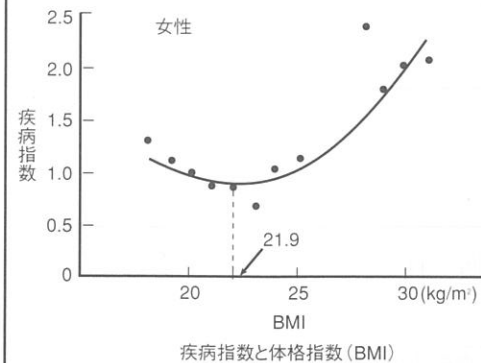
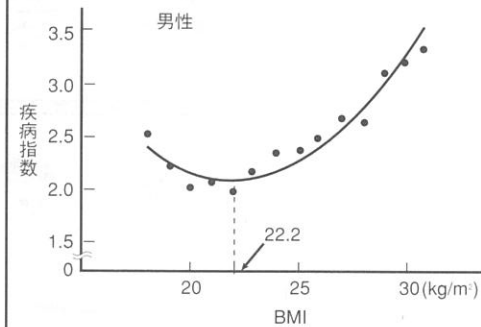


生活習慣病

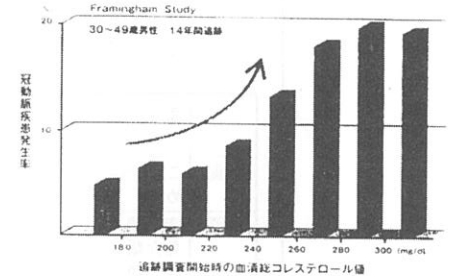
1) 高脂血症 (空腹時採血 mg/dl)

コレステロール	高TC血症	≥240
	境界域高TC血症	≥220
LDL-コレステロール	高LDL-C血症	≥160
	境界域高LDL-C血症	≥140
HDL-コレステロール	低HDL-C血症	<40
トリグリセライド	高TG血症	≥150

$LDL-C = TC - (HDL-C + 1/5TG)$



2) 血清総コレステロール値と冠動脈疾患発生率



3) HDLコレステロール値と虚血性心疾患合併率

