

# Rotary Club of Satte Chuo



2018-2019年度RIテーマ

インスピレーションになろう  
BE THE INSPIRATION

会長 大橋 秀樹 事務所；埼玉県幸手市南2-6-20 G-Five内  
幹事 石橋 久充 〒340-0156 TEL&FAX 0480-44-0056  
例会日；毎週火曜日19：30～20：30 例会場；G-Five 1階会議室

国際ロータリー会長 第2770地区 ガバナー **2019年 3月19日 火曜日**  
バリー・ラシン氏 中川 高志氏（大宮RC） **第958回例会 No.35**

[開会]

[開会点鐘]

[国歌・ロータリーソング斉唱]

君が代／奉仕の理想

[ロータリーの目的唱和]

[四つのテスト唱和]

[結婚月・誕生月のお祝い]

3月結婚月・・・芝田佳三会員・井上 亮会員



3月誕生月・・・瀬川裕史会員・宮田尚美さん



[会長挨拶] 大橋秀樹会長

一昨日の日曜は長女が中野の実家に遊びに来るとのことで、それに合わせ朝8時から自治会の除草作業。10時過ぎの電車で新宿高島屋に向かい、以前卓話していた戸田中央総合病院の廣瀬さんが出展された生



け花展を鑑賞。ご友人たちと昼食後、中野に向かい実家で長女や姪と談笑。午後6時から「少年野球指導教室 中野塾」という居酒屋で高校の同級生と終電近くまで飲んでいました。その同級生は東京中日スポーツの編集委員で、そのお店では元女子プロレスラーのママさんと野球好きの常連さんたちと楽しい時間を過ごし、ロータリーの目的である「知り合いを広めることによって奉仕の機会とすること」を実践できたかと思っています。今日は瀬川先生が私たちの健康について役立つお話をしていただけますので、最後までよろしくお願ひします。

[幹事報告] 石橋久充幹事

・地区米山奨学部門より次週 3/26 の卓話者派遣承諾書が届きました。

ミャンマー出身のアエ ス ピョさんが卓話に来ます。大勢の参加をお待ちしています。

・地区よりロータリーリーダーシップ研究会卒業コースの案内が届いています。

5/17 大宮ソニックで開催です。RLIパートI～IIIを終了している方は是非受講してください。

[委員会報告]

青少年奉仕委員長

井上 亮会員

皆様、こんばんは。今度の日曜日(3/24)に青少年交換受入関係者会議があります。次年度はうちのクラブもデンマークからの留学生を受け入れますので、ホストファミリーの方はご出席をお願い致



します。

次年度の会長・幹事も出席出来ればお願い致します。  
春日部にあります「ふれあいキューブ」で16:00～18:00  
で行いますのでよろしくお願い致します。

#### [本日の例会]内部卓話

瀬川裕史会員



皆さん、こんばんは。何を話そうかと思いつつ、私は産婦人科医なので「更年期障害」についてお話ししたいと思います。「更年期障害」といいますと閉経前の女性がエストロゲンというホルモンの分泌が下がり、下がることによって自律神経の乱れとか適応障害とかおこすことを指します。ちょうど環境の変わる時期と重なっていて余計に体に変調をきたすということになりやすいです。哺乳動物で閉経があるのは、人間とシャチとザトウクジラです。他の哺乳動物ですと原則的にはホルモンは分泌され続けます。種の保存の原則でいえば、優れた子孫を残すことなので閉経というのは理にかなっていないことです。ところが人間は閉経するようになりました。私はドクターになったころは卵巣に时限装置があると言われていました。遺伝子の解析ができるようになってから面白いことが分かってきました。それは閉経の遺伝子は男性からももらいます。どうして？子供は育てるのに他の生き物比べてとても手がかかります。手がかかるものをずっと育てていかなければならないので、当然、手数と経験が必要になってきます。私たちの祖先はサルと同じようにボスがいて、そのまわりを取り巻きでいっぱい女性がいて社会が作られていました。ボスとしては経験豊かな人たちに自分の子供を育てさせたいがために閉経の遺伝子を持たせることになりました。最近の研究ではそのあたりまで解明されています。ホルモンを出そうとすると止めようとする作用が働き、それに抗うことを何度も続けているうちに更年期障害という状況に陥ります。中には大変症状のひどい人もいますし、それほど感じないでやり過ごすことができた人もいます。ホルモンの分泌に必要なエストロゲンの補充をいつまでもしていると婦人科系の癌になりやすくなることも分かっています。どこかで、補充も止めなければなりません。私は漢方なども勉強してそういった女性に寄り添った診察が出来るようにしてきました。

私が診察の時に気を付けていることは、患者さんとの距離を適度に保つことです。受診されるかたは女性ですから距離が近いと緊張されて話が出来ないことがあります。初対面の方には70cm離れたところで接するようにしています。中には大変切羽詰まった患者さんの場合は、自分から私の近くまでやってきて自分の症状を訴え続ける方がいました。一緒にきたご主人は他人事のような顔をして離れたところに座っていました。その雰囲気を見て、二人の関係はとても危ないと感じました。ご主人に奥さんの見方をしてもらうために敢えて少し荒っぽい言い方をしました。その様子を見ていて、この女性の更年期の始まりの原因は、ご主人にあることが分かりました。家庭内の状況は、「子供が思春期で反抗的。父親との関係が悪い。仲裁はお母さんの役目。そういった状況の中で長い間生活していくうちにお母さんの体調が悪くなってしまった。」いろいろと話をしていくうちに、ご主人がその原因が自分にあることに気がつきました。奥さんはその日の診察が上手いかなかったら離婚をしようとバッグの中には離婚届が入っていました。それを見たご主人が慌てふためいていました。

更年期障害というものは男性から見ると良く訳の分からないものなのですが、女性にとっては非常に重たいものであり、きっかけがご主人であることが多々あります。ですから、男性の皆さんは女性に対して常に優しく接してあげることがすごく大事なことになります。

ちなみに男性にも更年期障害という言葉があります。本当は適切な言葉ではないのですが、便宜上そのことばを使っています。女性の場合は急激な変化がありますが、男性の場合はゆっくりと進んでいきます。テストステロンの減少で起こってきます。更年期というのはみんなが通らなければならないことですので、周りのみんなが理解をしてあげることで良くなるのではないかと思います。私は「更年期」という言葉を「幸年期」と考えようと言っています。子育ても終わり、自分の自由な時間も増えて、いろんな意味でメリットがあります。決して女性が終わるわけではなく、新しいライフスタイルが始まっていくと考えてもらうと、更年期という受け止め方が違ってくると思います。是非、更年期というものを前向きにとらえてもらえるとうり良い人生が送れるのではないかと考えています。有難うございました。

[出席報告]

	会員数	出席者数	MU	出席者数計	%
本日	26	16	5	21	80.77%
前回修正	26	26	0	26	100.00%
前々回修正	26	26	0	26	100.00%

[スマイルボックス報告]

- 井上 亮会員  
結婚月のお祝い、有難うございます。
- 石橋久充会員  
瀬川さん、卓話有難うございます。
- 石井 明会員  
本日も宜しく。4/2 夜開催のお花見食事会に皆さん出席をお願いします。
- 昆 裕司会員  
瀬川先生、本日は有難うございます。
- 村上 覚会員  
瀬川先生、卓話ありがとうございます。
- 小林達郎会員  
瀬川さん、卓話有難うございます。
- 小島比ろ子会員  
瀬川さん、有難うございました。
- 金子桐絵会員  
お誕生日、おめでとうございます。
- 金子卓司会員  
瀬川先生、卓話ご苦労様です。
- 中田盛夫会員  
瀬川さん、ありがとうございました。  
「幸年期」妻と仲良くします。
- 大橋秀樹会員  
瀬川先生、有難うございます。
- 池田岩夫会員  
Dr.瀬川、貴重な卓話有難うございました。
- 印田博秀会員  
瀬川さん、卓話有難うございました。
- 宮田尚美さん  
誕生祝い有難うございます。プレゼント受付中、事務局までどうぞ！

<b>本日の合計</b>	<b>¥18,000</b>
<b>今年の合計</b>	<b>¥411,500</b>

[閉会点鐘]

例会の出席は、ロータリアンに課せられた最低の責任です。欠席の連絡は、必ずお願い致します。

クラブ事務所 Tel&Fax 0480-44-0056

公共イメージ委員会

村上 覚 佐野嘉彰