



碧南ロータリークラブ週報

第3135回例会 令和7年7月16日(水)

- 会長 黒田 泰弘
- 幹事 永坂 誠司
- 会場監督(SAA) 長田 一希

2025-2026 年度
国際ロータリー会長メッセージ

- 例会日 毎週水曜日 12:30
- 例会場 碧南商工会議所ホール
- 事務局 碧南商工会議所内 〒447-8501 愛知県碧南市源氏神明町 90
- TEL<0566>41-1100 FAX<0566>48-1100
- ホームページ: <https://www.hekinan-rc.jp>
- E-mail: info@hekinan-rc.jp
- 会報委員 杉浦邦彦・長田康弘・杉浦秀延

UNITE
FOR
GOOD

よいことの
ために
手を取りあおう

●斉 唱

ロータリーソング「今日も楽し」

●本日のお弁当

大正館

会 長 挨拶

失礼致します。

本日はクラブメンバーの倉内裕様のご逝去に際し、ご参列いただきました皆様、お手伝いをいただきました皆様におかれましては、心より御礼申し上げます。ありがとうございました。本当に突然のことで皆様同様、私も信じられない気持ちでいっぱいでありまして、とても残念でなりません。碧南 RC におかれましての生前のご活躍に感謝を申し上げまして、謹んでご冥福をお祈り致します。



黒田泰弘会長

本日は「健康」についてのお話をさせていただきます。2023年に私の後輩が突然、心筋梗塞になりまして、来院後2週間の入院中の経緯を記した本人の手記を読ませていただきました。というのも、私自身も以前より心臓に不安を抱えておりまして、磯貝製作所の前社長さんとは親しくさせていただいておりました。食事を終えた後に「お互いに薬を飲みながら、気を付けましょうね。」というようなお話をしておりました。そんな磯貝さんが突然お亡くなりになられたこともあって、彼の手記を読ませていただきました。

その内容によると、特に症状がない方でも心筋梗塞は突然起こり得ることであり、皆様に気を付けていただきたく取り上げました。年齢を重ねると、多くの方が健康診断で肥満や高血圧などで生活習慣の問題を指摘されると思いますが、「このくらいは大丈夫だろう。」と誤ってしまいがちです。自分が突然、心筋梗塞や脳梗塞になるとは誰も思っておりません。彼もそうでした。生活習慣病の指摘を受けていたのに先送りをしていました。そうしたら、還暦を迎

える直前に突然、心筋梗塞を発症しました。

この病気が恐ろしいのは多くの場合、心臓に直接症状がないということです。実は心臓自体は痛みを感じる痛覚がありません。その代わりに「放散痛」、「関連痛」と呼ばれる心臓以外のいろんな箇所に不調が生じます。彼の場合も胃腸の異変から始まりました。次に左奥歯が痛くなって、複数の病院を受診しましたが、いずれも異常なしと診断され、様子を見ることになりました。その後も症状は悪化して、息苦しくなっていたそうです。

発症から10日後、あまりにも苦しくて仕事を早退して再度受診しましたが、またしても異常なしと診断され、様子を見ることになりました。後から見れば運命を分けたのはその時です。彼は「こんなに苦しいのだから、様子見は絶対おかしい。」と必死で訴えました。そこで別の医師が対応して、精密検査を実施しました。その結果、心筋梗塞と判明して、即入院、翌日手術となり、一命を取り留めました。

ただし、心筋梗塞というのは血管の詰まりが解消して血液が流れるようになったら、元通りに治ったというものではありません。心筋の一部が壊死してしまう病気であり、一度壊死した部分は元に戻りません。これから先、彼は生涯薬を飲み続け、弱くなった心臓と共に生活をしていかなければなりません。そうってしまったことは大変残念でしたが、命だけは助かりました。

そこで気持ちを整理した彼は、自分の身に起きたことを命の一部と引き換えに得た貴重な体験と考え、多くの友達に伝えたいと考えたそうです。なぜ突然起こるのか、なぜ症状は心臓以外に出るのか、どんな症状が要注意か、私が手記を読んで驚いたのは、「いかにも」という人よりは、「まさかこの人が」という人の方が危険ということです。

血液の詰まりの度合いを「狭窄度」と言い、その狭窄度と発症リスクが比例する訳ではありません。むしろ、軽度の狭窄の方が危険な場合があります。血管内のプラーク（脂肪の塊）が破裂すると、血栓ができて血管を塞ぎ、血流が止まってその先の臓器が壊死してしまいます。突然死のリスクはそこにあります。

また、痩せている人も油断はできません。ストレスなどにより血管が突然痙攣を起こし、心筋梗塞を発症することがあります。女優の天海祐希さんもこのケースであったということで、女性に多い例とのことです。

それから、知っておきたいのは前兆です。1つ例を挙げると、短期間の内になぜか体重が非常に増えた場合、特に暴飲、暴食とか便秘とか思い当たる理由がないのに1週間で2〜3kg増えたとなると、水分を体内で処理できなくなっている可能性があります。

また、寝ていると苦しくて2〜3時間おきに起きてしまう。それで起きると楽になり、寝るとまた苦しくなる。これは「起座呼吸」と呼ばれる症状で、肺に水がたまっている状態を示します。そうなったらすぐに救急車を呼ぶべきで、レッドカードの状態です。

以上のことは誰の身にも起こることですので、ご紹介をさせていただきました。本日もよろしくお願い致します。

幹 事 報 告

幹事報告をさせていただきます。

- ・ ガバナー事務所より「ガバナー月信 7 月号 一部訂正について②」が届いております。
- ・ 高浜 RC より「ポリオ根絶チャリティーゴルフのご案内」が届いております。
- ・ 知立 RC より 2025-2026 年度クラブ事業計画書が届いております。
- ・ 7 月 23 日（水）は休会になりますので、次回例会開催日は 7 月 30 日（水）になります。お間違いのないようよろしくお願い致します。



永坂誠司幹事

委 員 会 報 告

<出席奨励ニコボックス委員会>

総会員数 59 名（内出席免除者 11 名の内出席者 8 名）出席者 49 名	
出席対象者 49／56 名	出 席 率 87.50%
欠席者 10 名（病欠者 0 名）	

<ニコボックス>

- 岡本 耕也君 } 黒田会長、先日はお気づかい頂き誠に有難うございました。
永坂 誠司君 }
- 木村 徳雄君 本年度碧南 R C 役員の皆様、一年間頑張って碧南 R C をよろしくお願い致します。
- 藤関 孝典君 本日、会員増強委員会の事業計画を発表させていただきます。一年間よろしくお願い致します。
- 大竹 密貴君 クラブ奉仕委員会の方針説明をさせていただきます。どうぞよろしくお願い致します。
- 貝田 隆彦君 社会奉仕委員会の事業計画を発表させていただきます。一年間よろしくお願い致します。
- 杉浦 邦彦君 クラブ会報委員会の方針説明をさせていただきます。宜しくお願い致します。
- 縦山 朋久君 先日は、黒田会長には大変お世話になりました。ありがとうございます。広報雑誌委員会方針説明を行わせていただきます。
- 石川 鋼勇君 親睦活動委員会の方針説明をさせていただきます。宜しくお願い致します。
- 亀山 晋次君 加藤良邦さん、昨日は母がお世話になりました。ありがとうございます。
- 石川 昌樹君 木村徳雄さん、先日はとても有意義な時間をすごさせていただき、本当にありがとうございました。

委員長方針説明をさせていただきます。出席奨励ニコボックス委員会をよろしくお願ひします。

竹内 康人君 本日、プログラム委員会の方針を説明させていただきます。一年間よろしくお願ひします。

クラブフォーラム

「各委員長方針説明」



＜クラブ奉仕委員会＞
大竹密貴 委員長



＜会員増強委員会＞
藤関孝典 委員長



＜出席奨励ニコボックス委員会＞
石川昌樹 委員長



＜プログラム委員会＞
竹内康人 委員長



＜親睦活動委員会＞
石川鋼勇 委員長



＜クラブ会報委員会＞
杉浦邦彦 委員長



＜広報雑誌委員会＞
樺山朋久 委員長



＜社会奉仕委員会＞
貝田隆彦 委員長

次回例会案内

令和7年8月6日（水）

クラブフォーラム「戦略的に会員増強をするために」

地区会員増強委員会 副委員長 梅村博史氏（豊田東RC）