



クラブ会長スローガン「ロータリーを知ってもらおう」

方針「ロータリアンとして尊敬される場面を想像しよう」
「ロータリアンとしての誇りをもって行動しよう」



名古屋名駅ロータリークラブ
承認：1991年4月17日
例会日：水曜日 12:30～
例会場：名鉄グランドホテル

会長：菅垣 建
副会長：長澤正志
幹事：宮下一成
クラブ会報：長谷川徹

2022-23 年度 R.I. 会長
ジェニファー E. ジョーンズ

●名古屋名駅ロータリークラブ 事務局：TEL.052-433-8160 FAX.052-433-8161 E-mail: meiekirc@f5.dion.ne.jp http://www.nagoya-meiekirc.com

第1438回例会 (和 食)

誕生日・結婚記念日祝福／年次総会例会 人の寿命はどうやって決まるのか？

2022年12月7日(水)
(令和4年)晴 No.17

- 司会 遠藤貴裕会場運営委員
□ ロータリーソング 小室健次郎ソングリーダー委員
「見上げてごらん夜の星を」
□ ゲスト紹介 森本成貴親睦活動・家族委員
(株)ジーエスコンサルティング代表取締役 河野一平さん

- 出席報告 林 裕二出席・ニコボックス副委員長
会員数82名(免除者10名)
義務者出席54名 免除者出席8名
総数62名 出席率77.50%



会長あいさつ

菅垣 建 会長

河野さん、ようこそ！居心地がいいと思いますので是非入会のご検討をお願いします。

ロータリーのことを3人以上に話して頂いたアンケートをとらせて頂き、今日調査結果をお配りしました。皆さん色々工夫されていますので、これを参考にまた周りの方にロータリーの話をして下さい。宜しくお願いします。

今日は人の寿命のお話です。なぜ人間は100歳くらいで死んでしまうのかという疑問を持ち、色々調べましたが、いくつか学説があります。

最初に、1930年代に出た「テロメア説」です。人は60兆個の細胞からできていて、その細胞の中に染色体が1個1個入っています。染色体の先っぽをテロメアと言うのですが、細胞分裂をするとこのテロメアがどんどん減っていきます。それで寿命が限られているのではないか、という説です。

「テロメア説」は一時世の中を支配したのですが、矛盾もあります。ネズミのテロメアの長さは人間の10倍ありますが平均寿命は2年半です。テロメアの長さは寿命の長短には相関していないのです。

現在が一番有力な説は、細胞が分裂する回数はあらかじめ決まっているという「プログラム説」です。若い人と年をとった人の細胞を調べると、年をとっ

た人の細胞はあまり分裂しません。細胞は50～60回で分裂しなくなるというのがプログラム説です。細胞分裂を繰り返すとDNAの障害が発生しやすくなり、健全な遺伝子を残すことができなくなるからその前に死ぬのだ、と言われます。

また、「おばあちゃん仮説」というものがあります。多くの生物は生殖能力を失うと死んでいきます。つまり、老いるより前に寿命が尽きて死んでしまいます。しかし、人間の女性は子どもを産めなくなっても生きています。それは、高齢の女性は自分で子を産めなくなっても、娘の子育てを手伝い、孫の成長や生存に貢献する方が遺伝的な利益が大きからだ、と考えられています。そのような動物は、人間の他にはシャチとゴンドウクジラだけです。シャチは40歳程で閉経し、その後も長いものは90歳まで生きますが、おばあちゃんシャチがいる群れは孫の生存率が高まるという研究があります。

ただ、おばあちゃん理論によっても50～60歳でいいのではないかと、やはりそれ以降の人生は医学の発展がもたらしたのではないかと、言われます。

ちなみに、一番長く生きた人は女性で122歳。この122歳が自然界の限界ではないかと言われていました。しかし最近、それを超えるのではないかとという理論が2つ出されています。

1つは、ワシントン大学の今井眞一郎教授が、細胞が老化していくのを防止する研究論文を発表しました。これは難しくてなかなか理解しがたいので

12月は疾病予防と治療月間です

< 例会開催予定 >

◇第1439回 12月14日(水) 通常例会(洋食弁当)
近況報告 米山奨学生 趙 小敏さん
新会員卓話 大勝浩二さん
【例会後】第6回理事会

◇第1440回 12月21日(水) 例会変更
夜間クリスマス例会
受付 17:00 例会 17:30～17:50
懇親会 18:00～20:00

すが、ブロッコリーや枝豆、アボカド、トマトを毎日摂ると細胞が老化しにくいということです。

もう1つは東京大学の中西真教授が発表したもので、体に残っている老化した細胞が老化に関係があるのではないかとということです。老化細胞を除去することが長寿につながるということで、「セノリテックス」という老化細胞除去薬を出しています。これにより、人間の寿命も限界とされている120歳を超えるのではないかとされています。

□幹事報告 宮下一成幹事

- (1)本日の配布物／①12月・1月のお知らせ、②ロータリーの友12月号、③会員アンケート集計結果。
(2)今月のロータリーレートは1ドル138円です。
(3)第5回理事会報告(11月30日開催)
①クリスマス夜間例会／申込締切：12月12日(月)。
企画：コール・カメラ、おぼんこぼん、格付けチェック、お楽しみ抽選会。※景品協賛募集中。
②地区出向者／委員会からの派遣要請：神野重行会員→地区諮問委員会他4委員会、近藤元帥会員→米山記念奨学委員会。当クラブからの推薦：萱垣 建(現)会長→公共イメージ向上委員会。
③職場見学会／MIZKAN MUSEUM(半田市)。
※実施時期は未定。
(4)ご報告／①『赤い羽根共同募金』へ奉仕基金から5万円寄付。②IM登録申込締切：12月16日(金)。
(5)本日常年総会後、被選理事会を開催。
(6)戦略会議を来年1月18日(水)例会後に開催。

□「椿賞について」

椿賞委員会 川村勝廣委員長

椿賞の選考の時期が近づいて参りました。椿賞は当地域社会において様々な分野で地域文化の向上に努力しておられる人・グループ、殊にその貢献が未来への架け橋となる活動を奨励することを目的としています。会員の皆様、これにふさわしい候補者の推薦をお願いします。1月中には椿賞委員会一同、慎重に審議して候補者を選出したいと思っておりますので、ご協力を宜しくお願いします。

□12月号「ロータリーの友」「ガバナー月信」紹介 クラブ情報委員会 小林泰平委員長

12月は「疾病予防と治療月間」ということで、今月号は食事と健康がキーワードとなっています。

4頁のジェニファー・ジョーンズRI会長メッセージはザンビアのマラリアの話です。ポリオだけでなく、世界には様々な病気があるということです。

7頁からの「健康めし、元気めし、ゲン担ぎめし」では全国のロータリーの皆さんの食事が紹介され、お腹が減ってくる記事がいっぱい載っています。

続いて、「ピンピンコロリは食事から」では食事で気を付けるポイントが紹介されています。私も普段から妻に「食事は野菜から摂りなさい」と言われていますが、血糖値の急激な上昇を抑えるには野菜を食べて少し間を空けないと効果がないとこの記事で初めて知りました。皆様もお気を付け下さい。

そして、63頁の「私の一冊」には、当クラブの中

根かつみさんが「2040年『仕事とキャリア』年表」という本を紹介されています。雇用形態が終身雇用からジョブ型雇用に変わっていくということで、私も早速読んでみたいなと思っております。

年次総会

例会後、萱垣会長を議長として年次総会が開催されました。議題は以下の3つです。

議題①「次年度(2023-24年度)役員及び理事の承認」→次の通り全会一致で決議されました。

【役員】 ※敬称略・ABC順

寛 正紀(会長ノミニー) 加藤定伸

加藤友康 萱垣 建 森 美穂(幹事)

盛田兼由 両角國男(会長) 大橋誠之

【理事】

長谷川徹 伊藤清志 神野重行 川田武司

近藤元帥 笹谷俊道 高田統夫 山本裕三

議題②「2021-22年度決算報告について」→今年7月に笹谷前年度会長から報告された通りです。

議題③「2022-23年度四半期報告について」→ほぼ予算通り進んでいる旨報告されました。

記念日祝福

森本成貴親睦活動・家族委員

◇バースデーソング

小室健次郎ソングリーダー

◇記念品の贈呈

萱垣 建 会長

□会員誕生日おめでとう

岩崎光記さん(12.4) 小川洋子さん(12.11)

高田統夫さん(12.22) 寺島洋治さん(12.24)

清水順二さん(12.27)



□配偶者誕生日おめでとう

服部清純さん(12.1) 安藤 慎さん(12.18)

□結婚記念日おめでとう

田中敏晶さん(12.3) 大勝浩二さん(12.5)

ニコボックス

林 裕二出席・ニコボックス副委員長

○ロータリーのことを3人以上の人に話そうという目標にご協力ありがとうございます。引き続き宜しくお願いします。ゲストの河野さん、今日はよく名駅RCを見て下さい。(萱垣 建さん)
○今年の流行語大賞はブラボーで決まりでしょうか？

(長澤正志さん)

○私事で恐縮ですが、12月は全日呑み会となりました。こういうのは3年ぶりて体が心配です。皆さん、ビールはアサヒ・スーパードライを呑みましょう！ (宮下一成さん)

○今日はゲストとして㈱ジーエスコンサルティング代表取締役の河野一平さんをお迎えしました。入会前提のご参加です。どうぞ宜しくお願い致します。(飯田容子さん)

○24回目の結婚記念日となります。お互いが健康で老後を迎えたいと話しました。東京にいる妻から、名駅RC様、素敵なお花をありがとうございました、とのこと。(大勝浩二さん)

○結婚記念日に感謝して。(田中敏晶さん)

○健康に感謝して。(川田武司さん)

その他、本人誕生日の清水順二さん、寺島洋治さん、高田統夫さん、小川洋子さん、配偶者誕生日の服部清純さんよりご芳志を頂きました。