

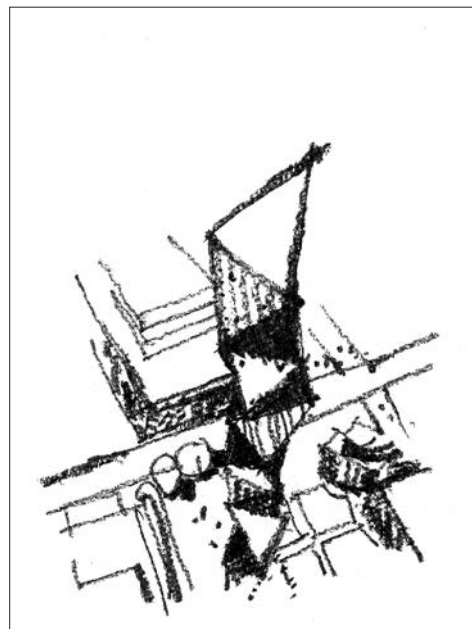


MITO ROTARY CLUB WEEKLY REPORT

(2023～2024年度 国際ロータリー・テーマ)



世界に希望を生み出そう



「アート・タワー・ミト」

その時私は…

伊藤 友之（専門工事）

2月初旬です、大腸憩室症で大量の下血がありました。痛みも自覚症状もなくトイレが終わって便器を見たら真っ赤！何が起ったかわからずに動揺する自分。その時に私がとった行動は【なかったこと！にしたいくて慌てて流す】というものでした。

その後、ネットで色々と検索したところ血の色と量からして大腸憩室症だろうということになり、少し冷静を取り戻しました。2回目の下血時は医師に相談する際の記録写真を取るまでに落ち着いていました。

診察を受け写真を見せたところ、医師からも【大腸憩室症の可能性が高いでしょう！入院して治療しますか？それとも投薬で治療しますか？】と言われビックリ、入院という予期せぬ言葉に動揺して出た言葉は【先生！僕、元気です！】という子供じみた一言でした。

説明を受けて納得したのですが、出血性ショックや貧血で倒れたり、出血が止まら

ないと絶食して点滴で処置したりするために入院するそうです。

幸いなことに出血は止まっているみたいだから投薬で様子を見ることになりましたが、好きなお酒はダメだし食べ物も消化の良いものをチョイスするように指導され規則正しい生活が一週間以上。

普段は朝食を摂らないのですが、クスリのために朝昼晩しっかり食べたので体重は増えました。

最後にあまり聞き慣れない【大腸憩室症】について、憩室は後天性で年齢が高くなるとかなりの確率であるそうです。悪さはしないみたいですが、切除もできないそうです。

後日の内視鏡検査で、私の大腸にはいくつかの憩室があることが判明しました。また出血するかもしれないし、二度と出血しないかもしれない、節制しながらうまく付き合うようです。節制できるかな～

No. 35 2024・5・7

1951年3月6日設立
1951年3月15日RI認証

水戸ロータリークラブ

■例会日
毎週火曜日・12時30分
常陽銀行本店8階

■事務所

■会長 清水 洋一 ■幹事 土子 仁志

〒310-0021 水戸市南町2丁目5番5号 常陽銀行本店 別館5階
TEL.029(231)2151(代表) 直通(225)4820 FAX.029(225)4825
E-mail r.i.mito@sage.ocn.ne.jp ホームページ <http://www.mito-rc.jp/>



2023-2024年度ゴードン・R・マッキナリーR I 会長テーマの1つに「メンタルヘルスの推進」が掲げられました。こころの健康を主テーマとしたのは初めてのことで聞いています。マッキナリー

会長はロータリーの友2023年7月号のインタビュー記事で、メンタルヘルスに注目したのは、実の弟さんが双極症のうつ状態のため2014年2月18日自死されたこと、それを契機にメンタルヘルスに関わる社会活動に携わっているため、メンタルヘルスの問題は誰にでもふりかかってくるのだと知ってほしいと話しています。これを受けて、大久保ガバナーは具体的目標の3番目にメンタルヘルスの推進をあげられました。

当地区におけるメンタルヘルス活動として、①月信にメンタルヘルスに関わるコラムを隔月で掲載する、②地区奉仕プロジェクトリーグ研究会において、職業奉仕委員会講師としてメンタルヘルス関連の講演を行う、③各クラブの要望により、メンタルヘルスについての職業奉仕卓話を実施する、④メンタルヘルスの推進について、日本国内の各地区でスムーズに事業実施がなされていないと、ロータリーの友編集部からの情報を受けて、同編集部は上述の活動について適時情報提供する、の4点を行っています。

月信のメンタルヘルスコラムは、精神科医である高尾会員と私が担当し、隔月で掲載し、既に5つが掲載され、これから6月・7月の2回

更に掲載予定です。

- ①令和5年8月号 メンタルヘルスに目を向けましょう
- ②10月号 復職を許可するのは誰か？（産業メンタルヘルス）
- ③12月号 うつ病の話／こころの病気の特徴
- ④令和6年2月号 睡眠と向き合いましょう
- ⑤4月号 もの忘れと認知症
- ⑥6月号 アルコール依存症
- ⑦7月号 会社の中で出会う「特性」のある人達（発達障害）

地区奉仕プロジェクトリーグ研究会（奉仕プロジェクトセミナー）での職業奉仕委員会主催のメンタルヘルス関連講演が2回実施されました。そのうち1回目は高尾会員が産業メンタルヘルスについて、また、2回目は筑波大学災害・地域精神医学教室の太刀川弘和教授によるポストコロナのメンタルヘルスと自殺予防についてでした。

メンタルヘルスに関する職業奉仕卓話は、高尾会員が産業メンタルヘルスについて既に8か所で実施し、更に高沢が1か所で実施予定です（友部RC、しもだて紫水RC、岩瀬RC、水戸南RC、水戸西RC、古河東RC、石岡&石岡87RC（合同例会）、下館RC、水戸好文RC 開催順）。また、私がロータリーの友地区代表委員である事もあり、ロータリーの友編集部には月信コラムの内容や地区プロジェクトリーグ研究会の講演について情報提供していましたが、太刀川教授のセミナー講演が6月号のロータリーの友「SPEECH」（縦組み巻頭記事）に掲載されることになっております。

例会報告

5月第1例会

司会 福加委員

◇ ゲスト紹介

米山奨学生 麦笠素さん

には、マルチプル・ポール・ハリス・フェローピン（第1回）が手渡されました。

◇ マルチプル・ポール・ハリス・フェローピン伝達

清水会長より、成田浩明会員、齊藤佳昭会員

◇ 米山奨学生紹介・挨拶

麦 笠 素（マイリス）

マイリスと申します。内モンゴル出身のモン



ゴル族です。歴史と伝統ある水戸RCの米山奨学生としてお世話になることをうれしく思っております。私は日本の文化が大好きですので、何卒よろしくお願いします。

◇ 新会員紹介

- 。上西 大介（損害保険業）S 46. 10. 30生
東京海上日動火災保険株 茨城支店長

私の出身は鎌倉市となりますが、東京海上日動に入社し札幌からスタートして富山、東京、広島、福岡からの今回の水戸になります。この水戸を第2第3の故郷と思い頑張っています。

（推薦者 笹島会員、内藤会員）

- 。首藤 敦子（能力開発専門家）S 37. 12. 17生
株KAI Planning 代表取締役



私は水戸に生まれ、水戸で育っておりますので水戸愛が強いと自負しております。2010年に交換留学生として娘がタイへ留学させていただきました。当時は皆様とご縁は、ありませんでしたが、タイのRCと水戸RCの皆様にお世話になり、娘の人生が豊かになることが出来ました。今回その恩返しができると、うれしく光栄に思っております。

（推薦者 内藤会員、富田会員）

◇ 会長の時間

清水会長

まずは上西会員、首藤会員ようこそ水戸RCへご入会いただきました。楽しいRCライフを始めていただければと思います。米山奨学生マイリスさんぜひ頑張ってください。先ほど理事会が行われまして、ニコニコBOXと米山奨学のご協力をよろしくお願いします。

今週の先人に学ぶですが、稲盛和夫氏です。「常に明るさを失わず努力する人には、神はちゃんと未来を準備してくれます。」

◇ 出席報告

鈴木委員長

会 員 数	出 席 数	欠席数	本日の出席率
125名	81名	44名	67.50%

前週訂正出席率 72.03%

◇ 会員メイクアップ

- 4/23 ワールド大阪REC 後藤 直樹
- 4/24 水戸西RC 高原 裕
下館RC 高尾 哲也
- 5/1 ワールド大阪REC 後藤 直樹
- 5/2 北海道2500REC 豊崎 一彦

◇ にこにこBOX

二川委員

長野会員……ゆっくりしたゴールデンウィークでした。

沼田(邦)会員……この度「待ち合わせ場所」を作りました。たくさんの御祝をいただきました。ありがとうございました！

関根会員……大洗磯前神社へ賽銭箱を寄贈しました。

川上会員……気まぐれな天気にもげずに、頑張ります。

砂押会員……本人誕生祝い。

岡崎会員・本多会員……誕生祝ありがとうございます。

生澤会員……誕生日プレゼントありがとうございます。

奥野会員……私と妻の誕生日お祝い、ありがとうございます！

吉原会員・畠山会員……妻の誕生祝ありがとうございます。

石川会員……妻の誕生日プレゼントありがとうございます。

廣瀬会員……嫁のお祝いありがとうございます。

本日の合計	13件	80,000円
-------	-----	---------

◇ 財団BOX

加藤 啓進会員……財団の友献金

（第6回）\$100 15,700円（累計 \$4,600）

衣笠 勤会員……財団の友献金

（第6回）\$100 15,700円（累計 \$2,600）

この計	2 件	31,400円
-----	-----	---------

◇ 米山BOX

衣笠 勤会員……米山功労者献金
(第2回) 10,000円 (累計 320,000円)
二川 泰久会員……米山功労者献金
(第2回) 10,000円 (累計 220,000円)
中庭 忠会員……準米山功労者献金
(第7回) 10,000円 (累計 70,000円)

この計	3 件	30,000円
-----	-----	---------

◇ 幹事報告

- 土子幹事
1. 5月のロータリーレートは1ドル157円となります。今年度のロータリー財団寄付及び米山寄付の受付は5月21日(火)までとなります。
2. R L I (ロータリー・リーダーシップ研究会) 研修会が開催されます。
と き 5月12日(日) 登録 8:30
研修 9:00~17:00
ところ リリーベール小学校
TEL 222-9090
参加者 櫻場 誠二会長エレクト
3. 2024~2025年度第2回クラブ協議会が開催されます。委員長欠席の場合は副委員長、委員の代理出席をお願いいたします。
と き 5月21日(火) 18:30
ところ ホテルテラス ザ ガーデン水戸
議 題 1) 年間日程について
2) 委員会編成(案)について
3) 2024~2025年度委員会事業計画について
4) 予算(案)について
5) その他
4. 地区大会記念ゴルフ大会が開催されます。水戸RCの会員のお手伝いをお願いいたします。当日お手伝いされた会員はメークアップとなります。
と き 5月14日(火) 集合 8:00
ところ 大洗ゴルフ倶楽部

5. 第36回水戸市内6RC親睦野球大会が開催されます。野球部のご健闘をお祈りいたします。
- と き 5月19日(日) 登録 8:00
開会式 8:20 閉会式 14:15
ところ 水戸市総合運動公園
軟式球場2・3号球場
ホスト 水戸さくらロータリークラブ
* 小雨決行・悪天候の場合は前日18:30頃に各クラブの担当者にご連絡いたします。

◇ 5月定例理事会報告

- と き 5月7日(火) 11:30
於 ホテルテラス ザ ガーデン水戸
- 議 題 1) 新会員候補者審議について
2) 新会員候補者所属委員会について
3) 退会会員について
4) 台湾東部地震への支援金について
5) 千波湖市民ビオトープ事業実施について
6) 職場訪問について
7) 親睦ゴルフコンペについて
8) 5月・6月例会プログラムについて
9) 会計報告

報告依頼事項

- 1) 6月定例理事会
6月4日(火) 11:30
ホテルテラス ザ ガーデン水戸

 週報担当 佐藤平八郎 委員長

例 会 予 告

5月28日(火)
一定款第7条第1節により休会一

6月 4日(火)
卓話「今年度委員会実績報告」
成田 浩明 クラブ管理運営委員長
豊崎 一彦 会員増強委員長
高尾 哲也 サポート委員長

6月11日(火)
卓話「今年度委員会実績報告」
櫻場 誠二 会員組織委員長
工藤 勝則 親睦活動委員長
荒川 繁美 職業奉仕委員長