

## 第2128回例会

1月17日(木)晴れ / 12:30 ~ 13:30 [松魚亭]

1. 年男「今年の抱負」  
畠善昭君、玉田善明君、的場晴次君
2. 出欠  
出席 28名 欠席 20名  
出席率 63.64%
3. 幹事報告  
・京都洛北 RC、相模原南 RC 様より、新年のご挨拶を頂きました。  
・例会終了後、1月定例理事会開催。
4. お誕生日祝い(敬称略)  
12日 小泉 幸雄 14日 吉井 清  
15日 今村 則昭 17日 寺岡 健一  
25日 内堀 茂、木村 康徳 28日 水巻 啓光
5. ご結婚記念日祝い(敬称略)  
16日 小泉 幸雄
6. ニコニコボックス  
内堀君、向峠君  
年男の方々の「今年の抱負」楽しみにしています。  
吉井君 誕生月です。お祝いいただき、有難うございます。  
水巻君 めでたくもなし、誕生月  
松本君 30カ年皆出席顕彰をいただき、有難うございました。  
※魚住会員より、年忘れ会「作品展」よりニコボックスを12万円  
頂戴いたしました。  
合計 139,000円 (累計 571,000円)

## 理事会報告

1月17日(木) / 出席者 13名

### ◆審議事項

- ①事務局 PC 購入の件 承認
- ②中浦会員退会の件  
現会計・財団委員長職は、向峠幹事が兼務する
- ③東京小石川 RC 友好訪問の件
- ④年忘れ会決算報告 承認

### ◆その他

- ①2月夜間例会の件
- ②玉田会員叙勲祝いの件  
2月22日(金)午後6時30分より 松魚亭にて

## 第2129回例会

1月24日(木)雨 / 12:30 ~ 13:30 [松魚亭]

1. 年男「今年の抱負」  
佐賀務君、大場修君、丹羽雅治君
2. 出欠  
出席 28名 欠席 20名  
出席率 63.64%
3. ニコニコボックス  
内堀君、向峠君  
年男の皆様方のお話、楽しみにしています。  
合計 4,000円 (累計 575,000円)

## 第2130回例会

1月31日(木)雪 / 12:30 ~ 13:30 [松魚亭]

1. 講話  
第2610地区米山記念奨学委員長  
村中 高次郎 氏  
「米山記念奨学会について」



2. 出欠  
出席 28名 欠席 20名  
出席率 63.64% ビジター 2名
3. 来訪者(敬称略)  
金沢西 RC 辻 卓、澤田幸壮
4. 幹事報告  
・中浦会員、退会のご挨拶  
・例会終了後、次年度理事会開催
5. ニコニコボックス  
河北南 RC 村中高次郎君  
今日は、米山記念奨学会に対して、時間をとって頂きまして、有難うございます。これからも、米山を宜しくお願い致します。  
内堀君、向峠君  
本日の講師に、村中高次郎様をお迎えして。お話を楽しみにしています。  
中浦君 本日が最後のロータリーになります。5年間、ロータリーを楽しませていただき、有難うございました。  
合計 9,000円 (累計 584,000円)

## ■金沢市内 RC 3・4月 例会変更

金 沢 RC  
3月 6日(水) 18:00 ~ 金沢ニューグランドホテル「夜間例会」  
3月 20日(水) 休会  
4月 10日(水) 18:00 ~ 金城樓「観桜会」

金沢東 RC  
4月 8日(月) 18:30 ~ ANA ホリデイ・イン金沢スカイ  
「春の特別例会」

金沢西 RC  
3月 22日(金) 休会  
4月 12日(金) 18:00 ~ 和田屋「観桜例会」

金沢南 RC  
3月 5日(火) 創立50周年記念式典  
3月 19日(火) 休会  
4月 9日(火) 18:30 ~ フュージョン21「観桜例会」  
4月 23日(火) 休会  
4月 30日(火) 休会(休日)

金沢北 RC  
4月 11日(木) 18:30 ~ 松魚亭「金沢百万石 RC 合同お花見例会」  
4月 25日(木) 休会

香林坊 RC  
3月 18日(月) 休会  
4月 1日(月) 休会  
4月 8日(月) 18:30 ~ 金沢東急ホテル「観桜会」

みなと RC  
3月 12日(火) 休会  
4月 9日(火) 「観桜夜間例会」  
4月 30日(火) 休会(休日)

百万石 RC  
4月 11日(木) 18:30 ~ 松魚亭「金沢北 RC 合同お花見例会」  
4月 18日(木) 19:00 ~ 会場未定「会場変更例会」

## ■講話予定

- 2月28日(木) 夜間例会 松魚亭にて
- 3月 7日(木) 日本睡眠医学協会理事長 大谷 憲氏
- 3月14日(木) 第2610地区2016-17年度ガバナー 岡部一輝君  
「RLIについて」
- 3月21日(木) 休会

- 会長 / 内堀 茂 ● 会長エレクト / 中村 芳明 ● 副会長 / 中村 實博
- 幹事 / 向峠 仁志 ● 副幹事 / 大場 修 ● 会場監督 / 本田 正敏 ● 会計 / 中浦 洋昭
- クラブ会報委員長 / 山上 公介

- 会員数 / 46名 ● クラブ設立 / 昭和48年10月3日
- 例会日 / 木曜日 12:30 ~ 13:30
- 例会場 / 松魚亭 金沢市東山1-38-30 TEL:076-252-2271 FAX:076-252-2273



ROTARY CLUB OF KANAZAWA-NORTH

# 金沢北ロータリークラブ



発行 2019.2.21thu

No. 953

事務局 / 金沢市上堤町1番15号 金沢上堤町ビル3階  
TEL:076-222-2525 FAX:076-224-2882  
E-mail:k-kitarc@angel.ocn.ne.jp  
HPアドレス:http://www.kanazawa-north.jp



「金沢城公園」



## 今年流行しているインフルエンザについて

会員 佐賀 務

今年、例年になくインフルエンザが流行し、1月末から2月にかけての1週間、全国新規発生者が220万人に達し、ピークとなった。例年なら年間1000万人程度の全国患者数が、本年度2000万人を超えそうな勢いである。

その理由はインフルエンザA香港型(H3N2)と、2009年にAの新型として流行した、インフルエンザA型(H1N1)がほぼ同数(46%と53%)同時に流行しているかららしい。インフルエンザの感染は、家庭、会社、学校、通勤途上などある程度の密閉空間で、患者の咳、くしゃみを吸い込んで発症する飛沫感染が主体。予防はうがい。ただウイルスは咽頭付着後、20分で侵入するので効果は…?他に、患者が鼻水をかんだ後に手に触れた物(ドアノブなど)を介する接触感染もある。予防はアルコールまたは石鹸による手洗い。とはいえ手に着いたウイルスは生体では5分で分解されるので、接触した手で5分以内に、鼻をいじらなければ良いのだが。

1～3日の潜伏期間後、38度を超える急な高熱、咽頭痛、筋肉～関節痛で発症する。病医院を受診すれば、インフルエンザ抗原迅速検査(鼻腔～咽頭粘膜分泌物)により、15分程度で診断できる。A型とB型の違いも分かるが、発熱後6時間以内だと、ウイルスは増殖途上にあるため、2割くらい陰性と判定される可能性がある。インフルエンザB型は、A型の流行後、3月頃をピークとして小流行する。感染力はAほど強くはなく、高熱も出にくい。一般の感冒と区別が付きにくいのが特徴である。予防法といえばインフルエンザワクチンだろう。注射後2週間で免疫ができ、5～6ヶ月間有効とされる。ワクチン製造には6ヶ月ほどかかるので、予測に当たっては、昨年度流行株の遺伝子変異分析や、WHOでの推奨株検討結果を踏まえ製造する。A、B型各2株を4種類混合したものが現在ワクチンとして使われている。

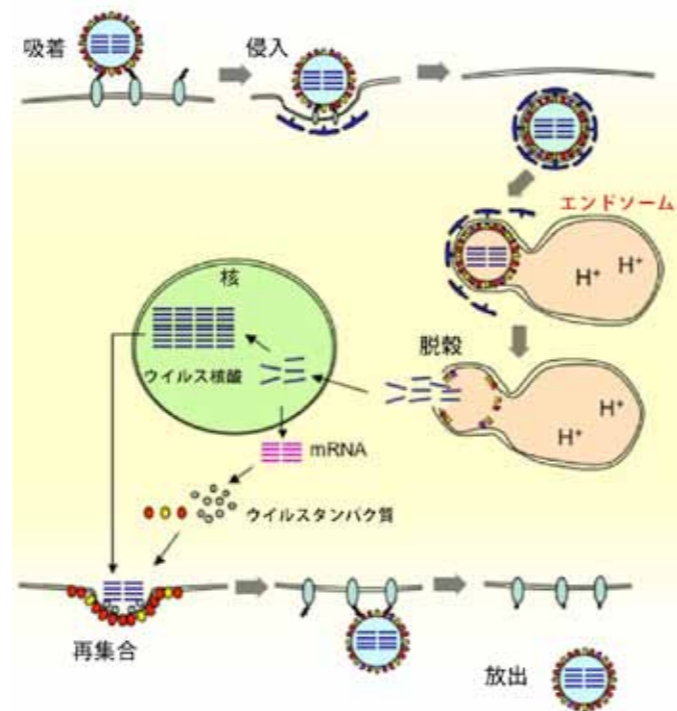
予防としては、65才以上の一般高齢者では、インフルエンザの発症を34-55%抑え、死亡率は82%抑える効果がある。つまり、かかっても軽くて済むといえる。治療は発熱後48時間以内なら開始する(それより長いと自然治癒との差がつかない)。これまで、タミフル5日間内服、リレンザ吸入5日間、ラピアクタ点滴1日が使用さ

れてきた。最近ではイナビル吸入が1回のみで治療ですむので、主流となっていた。いずれもノイラミニダーゼ阻害剤と呼ばれ、ウイルスの増殖を抑えるのではないが、細胞からウイルスを出られなくする効果を持つ薬である。

本年度からはゾフルーザが使えるようになり、1回の内服で済むので治療のトップになりそうな勢いである。この薬はRNAウイルスの増殖自体を抑えるので、翌日からウイルスの排泄が減る。しかし成人で1割、小児では2割以上に耐性菌が生じるともいわれ、今年度の効果を検討中である。復職～復学の基準としては、発熱後5日間、解熱後2日間の両方満たした点とする点はこれまでと変わらない。

最後にインフルエンザの予防には、十分な睡眠と栄養が抵抗力をつけるため大事である。感冒での実験ではあるが7時間以上の睡眠と、5時間未満の睡眠の比較では罹患率が倍以上違ってくるという。あと、職場の湿度を50%程度に保つことが望ましい。これだと6時間後のウイルス生存率が数%に減るが、逆に20-30%の湿度では70%生存しているとのデータもある。冬場、室内温度を上げれば湿度は下がる。

私、産業医としての立場から、会社に湿度計の設置が必須であるとアドバイスしたいと思います。



## 《 2019～2020年度 理事・委員会名簿 》

会 長 (理事)	中 村 芳 明	副 幹 事 (理事)	松 田 光 代
会長エレクト (理事)	中 村 實 博	会 計 (理事)	向 峠 仁 志
副 会 長 (理事)	水 巻 啓 光	直 前 会 長 (理事)	内 堀 茂
幹 事 (理事)	大 場 修	理 事	大 村 精 二

委員会名	統括委員長	委員長	委 員
奉仕プロジェクト	辻 利陽		魚住、卯野、岡田、木下、越田、森、高岡、寺岡、馬場、濱井、本岡、高田
職業奉仕		(辻)	
社会奉仕		岩 網	
国際奉仕		丹 羽	
青少年奉仕		本 田	
財 団		(向峠)	
会員開発	玉田 善明		安宅、佐賀、松本
増強・選考		(玉田)	
修練・研修		(内堀)	
クラブ管理運営	吉井 清		木村(功)、小泉、小嶋、的場、中川(敏)、喜多、千口、今村
例会運営		渡 邊	
企画		山 上	
親睦活動		伊 東	
クラブ広報	畠 善昭		佃、小間井、野村
クラブ会報		中川(茂)	
クラブ広報		木村(康)	

## ゴルフ同好会新年会

ゴルフ同好会幹事 山上 公介

2月8日(金)、主計町のカキなべ料理屋「みふく」にて賑やかに行われました。

総勢20人、参加者の中には同好会に入っていない方も数名おりましたが、そこは社長の寛容さで、「見込み」会員としての参加です。

会長の乾杯の挨拶で、「ゴルフ下手の私が会長でいいのかと悩むことあるが、上手い人から、楽しむ気持ちがあればよいと言われ気を取り直している」と日頃強気な?辻さんとしては控えめなお言葉でしたが、この真冬の寒空に一人黙々とプロ



の個人レッスンを受け、開幕に備えているとの事。その成果に期待しましょう!?

今回の会場となった『みふく』は、知る人ぞ

知る金沢の名店。旬の大ぶりの牡蠣や霜降り和牛を、生姜たっぷり入れたすき焼き鍋でいただきます。食通で鳴らす会員の皆様も、絶品鍋に舌鼓を打ち、ご満足いただけたようです。

中締めで、幹事の私から4月のコンペ、5月の県外遠征プランをお知らせし、「球春」間近をアピールします。最後は前幹事の中村(實)さんに「健康第一、今年も元気でゴルフライフを楽しみましょう!」と一本締めで綺麗に締めて頂き、お開きとなりました。

