



2010～11 年度

国際ロータリー会長

レイ・クリンギンズミス

# Weekly Report Niigata



2010～11 年度

新潟ロータリー会長

樋熊 紀雄

新潟 RC 8 月第 3 例会 (2010.8.17) No.2861

## (1) ロータリーソング「我らの生業」斉唱

## (2) 樋熊 紀雄会長挨拶

8 月 10 日は、語呂あわせで「ハート」の日だそうです。辞書を引きますと”Heart” には、①心臓、胸、②感情：特にやさしい心・人情が宿ると考えられる心、感情、③愛情、同情心 ④元気、勇気、気力 ⑤愛称的に：愛する人 ⑥果物の芯、中心部 ⑦ハート型 ⑧ハートの札などの意味があります。

胸の病といいますと、悩み、鬱状態などが考えられますが、このたびは心臓病について取り上げてみます。

健康といいますと、会員の皆様は、どうお思いでしょうか。

健康だと思ふ時は、頭から足の先まで、何の苦痛も感じないのではないのでしょうか。何か何時もと違う感じがどこかにある、すなはち、身体の異常感が生じた時に、これは病気かなと考えましょう。年齢を重ねますと、五臓六腑が変化を起こしてきます。あちこちに痛みなどの症状が出てきます。いつもと

心臓病のうちで一番多い症状は、「胸痛」ではないかと思ひます。胸の痛みといひましても様々な表現があります。刺すような、絞られるような、圧迫されるような、息苦しさを伴った痛みとか、動悸を伴った痛みなどです。

痛みの部位は、胸の中心か、中心より右側、左側か、肩か、また肩、首、手に伝わるような感じか。

痛みの続く時間は、瞬間か、2～3 分続か、強くなったり弱くなったりを繰り返すか。

痛みが何時起きるか、寝ている時、朝起きた時、通勤の歩いている時、階段を上っている時、興奮している時、食事の直後またはお腹がすいている時など。

痛みが強い時には冷汗を伴いますので、この冷や汗は、差病でない証拠です。

このような状況の中で起こった病気は、必ずしも心臓だけとは限りません。

突然死には、急性心筋梗塞を発症したときに生ずる心室細動などの致死的不整脈、突然の激痛で時には腹部にまで及ぶ痛みで始まる大動脈解離があります。

胸といひましても横隔膜を境に横隔膜下には、胃、肝臓、胆嚢、脾臓、すい臓などの臓器ありますので、胸郭

内にある臓器の病気ばかりを考えていますと、とんだ誤診をしてしまいます。胃潰瘍、胆石症、すい臓炎、腹部臓器の梗塞などを念頭におきます。逆にお腹が痛いと言うと、胃の病気ばかりを考えがちです。急性心筋梗塞が発症していることがあります。これまでに胃潰瘍の経験のない方は心筋梗塞のほうが確率が高いでしょう。

胸痛に限らず、いつもと違うな、何時もの胃腸薬を服用しても効かない時は他の病気を考えることですので、直に医療機関を訪れるべきでしょう。

心臓の血液を養う冠状動脈が細くなることで生ずる狭心症では、病気を予知する方法として、ゴルフプレー中であれば、他のプレーヤーとお話をしながら歩けるか、息切れがしないか、通勤途中、動悸・息切れで立ち止まらないといけないか、階段を使って何階まで歩いて上がれるか、など体を動かしてチェックする方法があります。これは脈拍を上げ、血圧を上げて心臓に負荷をかけ、それに耐えうる心臓であるかどうかです。この方法で診断できるのは、労作性狭心症です。怖いのは眠っている最中特に早朝うとうとしている時に起きる狭心症発作は、命に係ることがあります。夜の交感神経支配から、日中の活動のために副交感神経支配へとスイッチが起こる時間帯です。朝起きてこなかったという不幸な事態が起こってしまうことがあります。この時間帯は、血液が固まりやすく、従って血管が詰まりやすくなっています。喫煙は血管の痙攣を引き起こします。不幸なことがおきないために、行動しましょう。

寝る前の水分補給と、暴飲暴食を避けましょう。

事業者として大切な体です。日頃から注意を怠らないよう努めてください。今日、治療薬剤やカテーテル治療法の進歩は著しいものがあります。心臓病でなくなつてはならないのです。

### (3) 幹事報告 (石川 治吉幹事)

- ・2012～13年度 RI 会長に 埼玉県 八潮ロータリー・クラブ田中作次氏が指名されました。
- ・9月4日開催の IMにつきまして午後2時から懇親会ですので、開会は12時ですが、昼食の用意はございません。

### (4) 会員スピーチ「低炭素社会を目指す建物づくり」

清水建設(株)北陸支店新潟営業所長 山口眞樹 君

8月24日の例会予定

一年交換学生 塚田 治幸君 帰国報告

ホームページを更新致しました!

新潟ロータリークラブ ホームページアドレス

<http://www.niigataarc.jp/>

#### 会員スピーチ概要

「低炭素社会を目指す建物づくり」

清水建設(株)北陸支店  
新潟営業所長 山口眞樹

日本における全CO<sub>2</sub>排出量に占める建築関連の割合は、2000年におけるCO<sub>2</sub>排出量12.6億トンのうち、建築関連は約40%も占めております。その中でも、建物を建設した後、運用している際のCO<sub>2</sub>排出量が77%を占めており、この建物の運用時のCO<sub>2</sub>発生量をいかに減らすかが、非常に重要な問題です。

そこで、今回はエネルギーを使う需要側としての弊社の取り組みを紹介します。弊社は、2003年に竣工した弊社技術研究所では ▲43% を実現し、2011年竣工予定の弊社新本社においては ▲50% (ハーフ・カーボン) を実現する計画です。この新本社では、建築外装計画・照明/空調システム、更には運用時のエネルギーマネジメントにおいて先進的な環境技術を開発・導入することにより ▲35% を達成します。加えて 従来の省エネ技術の導入し▲15%を達成して、トータルで ▲50%を達成する計画です。

こうした近い将来への対応ばかりでなく、海と宇宙という2つの未来構想もご紹介いたします。『グリーン フロート』という赤道直下の太平洋に浮かぶ人工環境アイランド構想です。CO<sub>2</sub>発生量ゼロどころではなく、周囲のCO<sub>2</sub>をも吸収するカーボンマイナスのコンパクトシティ計画です。もう一つは、月面に太陽光発電の帯を造って、そこで発電した電気をマイクロ波で地球に送って発電する『ルナ・リング』です。