



第 1404 回例会報告

会長挨拶

会長 吉澤邦雄

諏訪湖再生について

本日は職業奉仕委員会主管による恒例の健康診断でしたが、皆さんいかがでしたか。後ほど平山先生による医療講座が有ると思えますが、これを機に日頃の不摂生を改め健康管理に努めていただきたいと思います。

さて、本日は事前に通知させていただきましたが、後ほど臨時総会を開かせていただきます。ここではそのことに関連した話を少しさせていただきます。

実は先日、地方事務所を通じ県の環境部より「諏訪湖再生についてお話をしたい」という申し出が有り、幹事同席のもと話し合いを持ちました。その席上、「しじみが採れる諏訪湖再生手法検討事業」について説明を受け、この事業に関連して当クラブへ協力要請がございました。詳細は後ほど説明致しますが、諏訪湖にしじみが生息できる豊かな生態系を復活させる事業の事前調査(砂地の試験ヤードに於ける水質調査)に協力いただきたいとの要請です。

当クラブではこれまでも諏訪湖浄化については常に興味をもって事業を行ってきました。しかしながら一時に比べ可なり水質浄化が進んだ現時点においても、中々明確な諏訪湖の将来像を描けずに参りました。あの悪名高きアオコが減り、エ

平成27年3月12日(木)雪後晴れ

ビモの大繁殖が有り、その後のヒシの大繁殖に続く水生植物の変遷は、ブラックバス等の外来魚の侵入と共に諏訪湖の生物、特に魚介類に大きな影響を与えてきました。特に光合成により水中への酸素供給を行っていた沈水植物が育つ遠浅の減少消滅は、生物の多様性の減少を招き、また、流れの停滞などによる湖底(底質)の泥化や貧酸素化は魚介類に大きな打撃を与えたのです。

長い間、水産試験場の研究員をされていた武居薫さんは、ヒシも諏訪湖の生態系の構成要素の一つであり、アオコに流れる栄養塩類を吸収しその異常繁殖を抑えているわけであり、問題は諏訪湖がまだ本来の自然の湖の姿に戻っていないところにある。沈水植物復活を目指した沿岸帯改善策をヒシの除去と同時にやっていく必要があるとおっしゃっています。

こうしたことから、今の諏訪湖には生物の多様性と共にバランスの取れた生態系の復活を是が非でも目指す必要があるといえます。今回の「しじみが採れる諏訪湖再生」事業は、水質浄化、湖底の貧酸素化の改善、ヒシの大繁殖抑制、底質(泥化)の改善等により生物の多様性の復活につながる大きな可能性を秘めた大プロジェクトと言っても良いと思います。

◇幹事報告◇

【連絡事項】

- 1) ロータリー手帳の注文が来ています。ご入用の方は3/20までに幹事までご連絡ください。

■出席報告 会員数 38名 出席対象 37名 出席者数 28名 出席率 75.7% 前回修正 81.1%		■ニコニコBOX 3名 4,000円 累計 377,000円 目標額 60万円 達成率 62.8%		■今週のことば 卓話をさせていただきます。 <p style="text-align: right;">平山隆勇</p>	
--	--	--	--	---	--



2) サンパウロ国際大会参加希望の方は資料が届いています。

【受領文書】

諏訪 RC、大津中央 RC よりウィークリーが届いています

第30期 臨時総会

3月12日の臨時総会の議事録を記載します。

- 1.開催日時 平成27年3月12日(木)
PM12:50~13:10
- 2.開催場所 ぎん月
- 3.定足数 会員数38名(出席義務者37名)
出席数27名会員総数の3分の1の定足数を満たしているため総会成立
- 4.議長選出クラブ細則により会長が議長となった。



議題

長野県より酸素濃度計測器(10台)の恵贈依頼があり、購入費用180万円(157,660×10×1.08=1,702,728円+予備費)を諏訪湖浄化基金から取り崩す件について

上程者である会長より添付資料、「諏訪湖の水質改善に係る支援のお願い」、「しじみが採れる諏訪湖再生手法検討事業について」をもとに説明及び「諏訪湖浄化基金」内規第5条の趣旨のもと、先の理事会に於いて創立30周年事業の一環としてこの上程案が承認された旨の報告が有り質疑応答に入った。

- ・基本的に賛成であるが、経過報告(実験データ等)を定期的に行って欲しい。
- ・実験実施個所に協力団体として当クラブ名を掲示して欲しいなどの要望があった。
- ・県は大きな予算の下に諏訪湖浄化事業を行っているのに、この程度の予算を今回の事業に充てることができないのはおかしい。
- ・今回の寄贈を行っても当クラブには何のメリット

も無い。

- ・関連する他団体との共同による実施なら良いが、単独で行うのは他団体の不信をかう恐れがあるなどの反対意見があった。
- ・塩漬け状態になっている「諏訪湖浄化基金」を有効活用するため、過去の周年記念事業の度に考えてきたが結局実現されなかった経過を踏まえ、今回は是非実施して欲しいとの発言があった。

以上のような発言の後、他の発言の無いことを確認し採決に入った。

採決の結果、賛成22反対5にて上程案が承認され、長野県より恵贈依頼された酸素濃度計測器(10台)の購入費用180万円を諏訪湖浄化基金から取り崩すことに決定した。

寄贈時期などについては長野県と細部を検討することとなった。

1404 回例会

健康診断、健康卓話

職業奉仕委員会

本日は例会卓話に先立ち平山会員による健康診断がありました。



卓話『脳と神経のおはなし』その1

平山 隆 勇

私は昨年(2015年)の11月下旬から3か月間、椎間板ヘルニアによる坐骨神経痛に苦しめられました。右足の後側から外側にかけて痛く、朝起き上がることが困難な程でした。鎮痛剤を幾つも服用し、何とか仕事は休まずに済みました。幸い歩行には問題が無く、手術はせずに済みました。坐骨神経は足の広い範囲の感覚を伝える末梢神経です。これを伝わった痛みの情報は中枢神経である脊髄に入り、やがて大脳(脳)の感覚野というところに到達し、痛みを認識するのです。一方、脳の運動野から発生した体を動かそうとする指令は、脊髄を

下降し、そこから末梢神経を通して筋肉を収縮させ、ものをつかむ等の運動ができるのです。このように中枢神経である脳は、運動や感覚のセンターであり、やはり中枢神経である脊髄は、運動、感覚の情報の通路と言えます。

本日は大脳を中心にお話しさせていただきますが、脳とは一体どんなものなのでしょうか



脳には約1000億以上の神経細胞があります。それらは互いにネットワークを作り、

様々な働きをしています。今後臓器移植、再生医療(IPS細胞など)の発達で様々な臓器を再生することができると言われていたのですが、脳だけは不可能です。一部の機能不足を補う位のことではあるかもしれませんが、仮に脳をほぼ完全に再生できたとしても、今までの本人の記憶をコピーして、新しく作られた脳に書き込むことは不可能だからです。

また、脳などの中枢神経は一度障害されると、二度と再生できません。(末梢神経はある程度可能)そして脳の寿命は120~130年と言われています。脳は成人で1200~1500グラムで、体重の2~2.5%を占めています。硬い頭蓋骨に守られていて、硬膜、くも膜、軟膜と3層の脳膜に包まれています。脳は精神的な面と本能的な面の両方を支配していますが、脳のエネルギー源は一体何でしょうか。答えはブドウ糖で、体重の2%の重さしかないのに、体重の半分の重さの筋肉と同じ位のエネルギーを消費しています。

シワ模様の大脳は左半球と右半球に分かれています。左半球は読む、書く、話す、聞く、計算するなど論理的分野が主な役割と言われています。一方右半球は直感、想像力、空間認識、絶対音感、イントネーションといった直感的分野を担っていると考えられています。そして、左右の大脳は脳梁(神経線維の束)で結合されています。大脳の表面を覆っている2~3mmほどの部分を大脳皮質と呼び、ここは神経細胞がたくさんある、最高中枢部です。大脳の表面を太いシワを基準に分

けると、前頭葉、頭頂葉、側頭葉、後頭葉と4つの領域になります。前頭葉は思考、創造、意志など脳の最高機能といえる大切な部位で、その他運動や言語(左半球)も担っています。頭頂葉は空間の認知や理解、そして感覚を認識する感覚野があります。側頭葉は聴覚(音を認識)、言語の理解(左半球)そして、記憶にも大切な働きをしています。最後の後頭葉には視覚野(目から入った情報を認識する)があります。大脳の内側には大脳辺縁系という、いわば大脳の古い皮質があり、原始的な本能や感情の機能を持っています。この中で一番中心的な役割を持っているのが海馬という部分で、主に記憶との関係が深い大切なところです。時間の関係でこの部分以降は、又の機会にお話しさせていただきます。



今までお話ししたように脳は大切な機能をもっている上、一度壊れると元には戻りません。脳の病気の中で予防できるものとしては、脳に栄養や酸素を供給する血管の病気(動脈硬化)があります。血管の病変を予防するために以

下の注意が必要です。検診結果をみて皆さんも考えてみて下さい。

大切な脳の血管に異常を来たすもの

- 血糖値の異常や、血圧の異常は血管を傷つける
- 血中脂質(中性脂肪、LDLコレステロール、HDLコレステロール)の異常も血管を傷つける
- 腎臓の血管の状態は、尿蛋白、血清クレアチニン上昇(eGFR低下)から確認できる
- 肥満(BMI25以上)内臓脂肪(腹囲)や肝機能検査の異常も血管に悪い影響を与える

今日の結婚祝!!



今日の結婚祝い 松澤康夫さん、渡辺芳紀さん、北原厚子さん、萩田均さん