

洋医学的には、血液を濾過して尿を作るいわゆる腎臓としての機能も含まれますが、それ以外に多くの働きを持っています。

今日一番の要点として我々が気をつけなければならないのは、腎臓を良い状態に保つことが長生きの要ということになります。

腎臓の機能が弱った状態を「腎虚証」といいますが、腎虚を起こす7つの要因は①睡眠不足・過労・出産や病後・手術等②糖質の過剰摂取③化学物質の摂取④質の悪い塩(精製塩ではなく粗塩が良い)⑤不安感・過度なストレス⑥運動不足⑦冷えとなります。腎虚というのは我々が診断する時には問診や身体に現れている状態で判断をしますが、西洋医学的な検査では現れることはありません。酷くなると数値が現れてきますが、そうなったら相当悪い状態になります。

2つの症例を挙げてみます。1例目は82歳の女性でアイスクリームを毎日食べる方でした。アイスクリームは冷たくて甘いので腎臓を弱らせるものです。診断は手術、抗がん剤、ワクチン、飲食不摂生から胃腸への負担がかり、その結果腎臓の弱りと湿熱により足の裏の痛みと咳と痰が出るようになりました。治療方法として腎臓だけを補い、徹底して冷え対策と甘いものを控えていただけました。悪化する要素を取り除けば顕著に治ったという例です。

2例目の方は60代男性の方で経営者のため非常に忙しい方です。冷え、慢性過労、飲食不摂生等で、腰痛と膝の痛みがあり尿酸値が高く、腎虚の症状が出ています。診断は外食等による飲食不摂生、ストレス・過労から肝臓と胃腸の負担から湿熱が起り、その結果から腎臓が弱り症状が出ました。治療方法として腎と肝を補いました。湿熱を下し、甘いものと冷えを取り除いてもらい、寝不足をしないよう、質の良い食事と運動をするようにお話をしましたがなかなか上手いきませんでした。治療してよくなったも、悪化因子の方が多ければ負けている状態となります。対策としては日常生活を見直すか、治療頻度を上げるということなのですが、治療頻度を上げて治ったとしても、治療を止めたらおそらく元に戻ってしまうと思われます。

養生で治療効果に差が出る2つの症例でしたが、いかがでしたでしょうか。必ず原因と結果に結びつくので、皆さんが何を優先するかというのがとても大切になるということが分かる症例だと思います。

本日のまとめになります。治療とはどうあるべきか。まずは対症療法と根治療法を区別するという事です。どちらに属して、どのような効果があるの

かを調べて、自らよく考えて、そして治療方法と養生方法を選択していただきます。本当の根治は自分にしかできないということで今日の話を終わりにしたいと思います。ありがとうございました。

ニコニコボックス

道下秀世 小泉先生、本日卓話よろしくお願ひします。
永井 悟 結婚祝ひありがとうございます。
熊木雄太郎 ペルス参加の永井会長エレクト2日間お疲れ様でした。

金子洋太郎 小泉智裕様卓話よろしくお願ひいたします。
昨日3月17日さいたま欖RC20周年記念式典に参加いたしました。懐かしい友人に会えて楽しいひとときを過ごすことができました。

植野正裕 2007-08年度財団GSEプログラムのブラジル交換メンバーのリーダーEMIさんと数年振りに再会し、楽しい時間を過ごしました。

星 宏和 本日は小泉様卓話よろしくお願ひいたします。
渡辺正文 小泉様本日よろしくお願ひします。
小林寿之 小泉様本日よろしくお願ひします。
市ヶ谷輝男 誕生日祝ひありがとうございます。
磯島栄一 先日は誕生日祝ひありがとうございました。小泉先生本日はよろしくお願ひします。
長谷川春一 結婚祝ひありがとうございました。
市ヶ谷久枝 結婚日祝ひありがとうございます。
土屋 汎 結婚祝ひありがとうございます。
内田 茂 結婚祝ひありがとうございます。

お客様ようこそいらっしゃいました。
小泉智裕様卓話よろしくお願ひいたします。

飯島 隆 赤塚光朗 大野末壽 八木橋賢一
八木橋 実 金子耕治 宮川宏昭 岡本忠美
城戸重子 斉藤弘子 西袋彰一郎 遠藤英樹
徳永光昭 長島裕之 池永和義 長谷川陽子

前回迄累計	715件	1,231,250円
本日の合計	30件	42,000円
合計	745件	1,273,250円

出席報告

月日	会員総数	計算に用いた会員数	出席者数	MU	出席免除者の出席数	欠席者数	出席率
3/12	54	39	23	2	10	15	69.39%
3/15	54	39	23	6	9	10	79.21%
3/18	54	39	26	2	11	11	78.00%

国際ロータリー 第2770地区 第12グループ

戸田ロータリークラブ



世界に希望を生み出そう

第12グループ例会場一覧

● 蕨 RC	蕨商工会議所	火 12:30
● 川口西 RC	大和証券川口支店 4階	火 12:30
● 戸田西 RC	戸田市文化会館	木 12:30
● 川口北 RC	ベルヴィ武蔵野	木 12:30
● 川口北東 RC	ゆの郷	火 12:30
● 川口中央 RC	川口キャスティー7階 アルファーム	月 19:00
● 川口むさし野 RC	川口市立グリーンセンター内	水 12:30
● 戸田イブニング RC	笹目コミュニティセンター「コンパル」	木 19:00

国際ロータリー会長 ゴードンRマッキナリー
第2770地区ガバナー 梨本 松 男
第12グループガバナー補佐 萩原 達也

会報 2023-2024年度 令和6年4月1日発行

本日のプログラム

第2799回例会

4月1日(月) 点鐘 12:30

移動例会・クラブフォーラム

会場：木曽路 戸田店

次回のプログラム

第2800回例会

4月8日(月) 点鐘 12:30

卓話

戸田ロータリークラブ

創立：1964年5月25日

例会日：毎週月曜日 点鐘 12:30

例会場：戸田市文化会館

〒335-0022 戸田市上戸田4-8-1

TEL：048-445-1311

事務局：ダイヤメゾン戸田公園1階

〒335-0011 戸田市下戸田1-7-16

TEL：048-445-2437 / FAX：048-432-6331

会報制作：有限会社 雅堂

TEL：048-989-8228 / FAX：048-989-8229

info@miyabido.co.jp

会長：道下秀世 副会長：永井 悟
幹事：松本 紘明 副幹事：福永 高士

公共イメージ委員会

委員長：赤塚光朗 副委員長：西袋彰一郎
委員：遠藤英樹 星 宏和 長島裕之
内田 茂 鈴木和江 高橋正和
高宮大輔 植野正裕 池水広武

戸田ロータリークラブ Web Site

ホームページ <http://www.toda-rc.com/>

Eメール info@toda-rc.com

第 2798 回例会報告

例会日：2024年3月18日(月)

会場：戸田市文化会館

開会点鐘	道下秀世会長
ロータリーソング	我等の生業
行事	3月の結婚記念日祝い
会長挨拶	道下秀世会長
幹事報告	松本紘明幹事
委員会報告	各委員会
卓話	「治療とは何か2～腎臓の働き～」 小泉漢方堂鍼灸療院 院長 小泉智裕様
閉会点鐘	道下秀世会長

- 3月の結婚記念日祝い(敬称略)
土屋 汎 鈴木和江 永井 悟 市ヶ谷久枝
池上良久 内田 茂 道下秀世 長谷川春一



3月の結婚記念日祝い

50代の会長さんのページにて、この年は何を行ったかというような、10年間の記録として残っています。その他にも戸田RCメンバーによる思い出や座談会もあります。

今後会長になる61～70代の皆さんはこれから発刊される60周年記念誌を見て、「あ、こんな行事をやっていたのか」「こういうことを昔はやっていたのか」というのが分かりますので、自分達で年度を運営するのにとてもプラスになると思えました。

60周年記念誌は皆さんや関係者の皆様にお渡しするのですが、もし可能であればデータで保管しようとも思っております。今後入会される方や、いつでもパソコン上で見返せる形にできたら、皆さんもこれを見ながら楽しめるのではないかと思います。

本日は昨年に引き続き、2回目の小泉先生の卓話を非常に楽しみにしております。後程よろしく願いいたします。

以上、会長挨拶になります。ありがとうございます。

会長挨拶

会長 道下秀世

先週の火曜日は移動例会で、渋沢史料館の見学でした。最初は雨でしたが途中から止み、移動する時は大変にならず良かったと思えました。見学後、王子駅の17階のレストランにて食事をしました。企画をいただきました長島職業奉仕委員長ありがとうございました。コロナでなかなか全員で移動して例会をすることができなかったので、とても良かったと思えます。

先週はロータリーデーで、熊木ノミニーは5日間ロータリー活動をしているということです。本当にお疲れ様でございます。

当クラブでは火曜日は移動例会、水・木曜日は永井副会長が今年からペルスと呼ばれるようになったのですが、会長エレクトラーニングセミナーに出席され、同時に次年度の地区出向委員も何名か出席をされました。そして金曜日はIMでした。IM主催の戸田イブニングRCは来年戸田西RCと合併予定ということで、色々な企画がありとても記憶に残るIMだったと思います。ご参加された皆さん本当にありがとうございました。

色々で記念行事が続く、戸田西RCや60周年記念誌等の祝辞を書く機会が多く、戸田RCの50周年の記念誌より色々勉強をさせていただいたのですが、非常に素晴らしいと思えました。実は10年前にいただいた時にはほとんど見ておらず、今になって見直したのですが、会員の皆さんのプロフィールや41～



幹事報告

幹事 松本紘明



- 今後の予定
3月25日(月) 定款適用休会
4月1日(月) 移動例会
※会場：木曾路戸田店
※食事12時～、点鐘12時半
4月8日(月) 卓話
※11:00より理事会開催のため理事役員の皆様はご参加をお願いいたします。

委員会報告

◆ご報告 永井 悟会長エレクト

時間がかかってしまいましたが、次年度の理事メンバーが決定しましたのでご報告を以下にさせていただきます。また、13日(水)、14日(木)と大宮ソニックシティにてペルスに参加し勉強をしてきました。

他の委員会の委員長は早急にまとめますので、決定次第また報告をさせていただきます。

会 長	永井 悟
副 会 長	浦野 一郎
幹 事	福永 高士
副 幹 事	奥 墨 常 治
会 計	遠 藤 英 樹
S A A	長 島 裕 之 (IT 兼 任)
公共イメージ委員長	渡 辺 正 文
会員組織委員長	池 永 和 義
職業奉仕委員長	徳 永 光 昭
社会奉仕委員長	赤 塚 光 朗
国際奉仕委員長	金 子 篤 徳
青少年奉仕委員長	本 間 雄 一
財 団 委 員 長	星 宏 和
直 前 会 長	道 下 秀 世



◆ロータリー情報委員会 星 宏和委員長

今年度の炉辺会を今週と来週の2回に渡り、「うな仁」にて18:00より開催いたします。

題目としまして、今とても大事な題材になっております「会員増強」について皆様からアイデアやご意見を伺いたいと思っておりますので、よろしく願いいたします。



◆クラブ戦略策定委員会 浦野一郎委員長

皆様にアンケートを配らせていただきました。記入する部分もありますので、本日から4月1日(月)の例会にて回収をしたいと思います。ご協力をお願いいたします。



◆ゴルフ部

- 道下年度第2回ゴルフコンペ
日程：4月23日(火)
- アイメイト寄贈チャリティゴルフコンペ
日程：4月8日(月)

遠藤英樹部長



卓 話

「治療とは何か2
～腎臓の働き～」小泉漢方堂鍼灸療院
院長 小泉智裕様

昨年に引き続きよろしく願いいたします。

本日は我々が診断する時に用いる陰陽五行という理論を軽くお話をさせていただき、その後テーマになっている東洋医学的な腎臓について、2つの症例をお話させていただきます。

陰陽太極図がありますが、皆さんは見たことがありますでしょうか。これら陰陽と五行という物差しを使い、自然界や日常生活の中での影響を身体の中の症状が現れているのが「いつ」「どこに」「どのように」受けているのか、どうすれば良いのかをこの陰陽五行の物差しを使って診断し、治療をしていきます。

白いところが陽、黒いところが陰を表しています。1年でいうと一番陽が強いところが夏至、陰が強いところが冬至になります。ひと月でいうと新月と満月になります。その中の1日でも陰陽があります。

五行説は木火土金水という5つの要素で自然界にあるものになり、このような尺度があるということ覚えていただければと思います。「五行説」を身体に応用したのが、「五臓」の考え方です。「五臓」は「肝」「心」「脾」「肺」「腎」という五つの機能系に分けられます。そして「五臓」のそれぞれが、木=肝、火=心、土=脾、金=肺、水=腎という対応関係のうえに成り立っています。

東洋医学の「腎」は、成長、発育、生殖に関する働きを生涯にわたって左右する非常に重要な生命力の元と考えられております。腎臓は生命の根源になります。人の成長、発育、生殖に影響を与える生命エネルギーを「腎気」と呼び、父母より受け継いだ生命力=腎気は生まれてきた時が一番最大という状態です。腎気は段々消費していき、最終的には無くなるという形になります。生まれ持った腎気以外に、少しずつ飲食や呼吸で蓄えられた気を腎臓の方に送り、それを少しずつ使うという形をとっています。

腎臓は2つあり、西洋医学的には両方の腎臓は泌尿器として血液から不要なものを出し、尿として排出する臓器を指しますが、東洋医学的には左右で意味が少し異なり、右の腎臓は生殖器、左の腎臓は水分バランスを司っているというと考えています。西