



# 例会報告

第 2630 地区 岐阜県 濃飛分区 創立 1966 年 1 月 15 日

- 例会日 毎週金曜日 12:30~13:30
- 例会場 高山市花里町 3-33-3 TEL 34-3988  
大垣共立銀行 高山支店 4F
- 会長 齋藤 章
- 幹事 井辺 一章
- 会報委員長 伊藤 松寿



「西穂高ピラミッドピーク」 蜘蛛手 康介

2011 年 7 月 29 日第 5 回 (22 回)

[点 鐘] 齋藤 章会長

[本日のソング]我等の業い

[本日のビジター]

濃飛分区ガバナー補佐

剣田廣喜さん (高山中央RC)

[会長の時間] 齋藤 章会長



不老長寿はもはや、夢ではない

「いつまでも若々しく、健康に長生きしたい」

あらゆる動物の老化を抑制し、寿命を延ばすとされる遺伝子が発見され、これを活性化させて長寿につながる研究が、今盛んに行なわれている。その名は「サーチュイン (Sirtuin) 遺伝子」。細胞の第 10 染色体上に存在し、別名「長寿遺伝子」とも呼ばれている。長寿を妨げる代表的な老化原因には、「ミトコンドリアが出す活性酸素」と「免疫細胞の暴走」がある。ミトコンドリアは細胞のエネルギー工場であり、独自の DNA をもち、分裂、増殖をする。しかし、このミトコンドリアが弱ってくると、活性酸素という有害物質を生み出すようになる。女性が嫌うしわやしみ、そして誰もが恐れる物忘れや認知症の誘因となるのだ。また、免疫細胞は本来ならば病原菌と戦い、身体

を守る働きをする。

しかし、免疫細胞は年をとるにつれて敵と味方を見分ける能力が低下して体に攻撃を始めてしまう。それが最も顕著に表れる部位が血管であり、免疫細胞が血管壁に入り込んで壁を厚くし、動脈硬化を引き起こしてしまうのだ。

ここでこの遺伝子の働きが注目される。サーチュイン遺伝子はサーチュイン酵素を作り出し、細胞中のミトコンドリアを活性化させてエネルギー効率を高める。そして活性酸素の放出を抑制し、免疫細胞の暴走も抑えるというのだ。サーチュイン遺伝子は、動脈硬化や高血糖、がんの抑制や糖尿病の予防など実に、100 近く of 老化要因を抑える働きをされている。しかし、この遺伝子は万人が持っているにも関わらず、普段は眠っていて働いていない。この遺伝子と呼び覚ますことこそ、不老長寿の扉を開くきっかけとされ、各国で熱心に研究が進められてきた。

秘密は飢餓にあった

人類が追い求めていた不老長寿のきっかけは、飢餓にあったのだ。研究者によると、生物は進化の過程で何度も飢餓状態に遭遇してきた。そうした非常に過酷な条件下でも、生き長らえて子孫を残すために、このサーチュイン遺伝子が進化を遂げた。しかし、好きな物を好きなだけ好きな時に食べられる現代社会において、ほとんどの人のサーチュイン遺伝子は機能していない。このアカゲザルの実験結果により、人工的に飢餓状態を作り出すことで眠っているサーチュイン遺伝子のスイッチを押すことができると考えられるのだ。

## 例会報告

### 夢の長寿薬の登場

3割ものカロリーを背現を一生続けなければならぬならば、おいしいものを腹いっぱい食べ続けて早く死んだ方が幸せ。そう考える人も多いだろう。しかし、食事制限をせずとも、この長寿遺伝子を活性化出来るとして、世界中が注目しているのが「レスベラトロール (Resveratrol)」と呼ばれる成分なのだ。レスベラトロールはポリフェノール的一种で、ブドウの皮や種、葉、赤ワインやピーナッツなどに含まれている天然の抗酸化物質だ。

また、実験動物を使った研究で、レスベラトロールに放射線障害の抑止効果があったとの報告もある。このため、福島第一原発事故以降、日本国内でも放射能対策としてこの成分は注目されるようになっていく。この夢のような成分を利用した医薬品の実用化は、まだ実現されていない。各国の企業が、「不老長寿」の薬の研究開発にしのぎを削っている最中なのだ。しかし、レスベラトロールを含んだサプリメントは海外では飛ぶように売れている。

[幹事報告] 井辺一章幹事



### ◎ 地区会員増強セミナー

日時：2011年7月31日(日)

場所：岐阜都ホテル

出席：坂下六代 会員増強委員会委員長

### ◎ ぎふ清流国体高山市実行委員会

・ぎふ清流国体ハンドボール競技リハーサル大会

第16回ジャパンオープンハンドボールトーメント

8月6日(土)～9日(日)

飛騨高山ビッグアリーナ・市立中山中学校

体育館(8月6日(土)のみ)

会長に参与就任依頼

・ぎふ清流国体バスケットボール競技リハーサル大会  
第49回男子・第41回女子全日本教員バスケットボール選手権大会8月11日(木)～14日(日)

飛騨高山ビッグアリーナ、中山中学校体育館、高山自動車短大トレーニングセンター、久々野体育館

会長に参与就任依頼

◎国際ロータリー第2630地区 地区事務所

2011～2111年度財団寄付総合表

〈例会変更〉高山中央RC・・・

8月1日(月)→8月3日(水) 18:30～

納涼家族例会 高山市文化伝承館

8月15日(月) 定款により休会

8月29日(月) 12:30～

軽スポーツ例会 プレイビー

〈受贈誌〉高山RC・・・クラブ活動計画書・会報

下呂RC・・・クラブ活動計画書・50周年記念誌

誌

玉蘭荘だより

[ニコニコボックス] 田中正躬委員長

●**刃田廣喜さん(濃分区ガバナー・高山中央RC)**  
…本日は大変お世話になります。どうぞ宜しくお願い申し上げます。

●**斎藤 章さん**…RI第2630地区ガバナー補佐の刃田廣喜さんのご来訪を歓迎申し上げます。卓話を宜しくお願い申し上げます。

●**井辺一章さん**…ガバナー補佐のご来訪を歓迎いたします。本日は、宜しくお願い致します。

●**伊藤松寿さん**…刃田補佐のご来会を心より歓迎申し上げます。と同時にくれぐれもお体を大切になさり、この1年間、無事にお過ごしになられますよう祈念いたします。

●**田近 毅さん(インターアクト実行委員長)**  
…①**刃田さん**のご訪問、歓迎申し上げます。  
インターアクト年次大会のご指導とガバナー、ガバナーエレクトのお守を宜しくお願い申し上げます。

## 例会報告

げます。

②IA 年次大会も100日後に迫りました。皆さま、お体に気をつけて2日間全員の出席をお願い致します。事務局、がんばっています。

●補佐のご来会を歓迎申し上げます。私は、今期会員増強委員長になっておりますので貴クラブの会員増強は少々手控えのほどお願い致します。

●小森丈一さん…補佐のご来訪を歓迎し、この一年のご活躍を期待しています。

●小林勝一さん…今年も菊作りに挑戦しております。70鉢の植え付けもなんとか終了、昨年の総理大臣賞のプレッシャーがかなり大変ですが今年もがんばります。

●垣内秀文さん…7月24日、アナログ放送が停波になり当日は大パニックに、と待機していましたが空振り。残念。これからの期待して。

●河渡正暁さん…補佐、ようこそおいで下さいました。私も補佐も「実学」重視です。

●田中正躬さん、米澤久二、小田博司、平 義孝…補佐のご来光を歓迎致します。ご指導宜しくお願い致します。オフレコの話も期待してます。

[本日のプログラム] 垂井政機委員長

「ガバナー補佐の第1回目のクラブ訪問です。」



「☆輝く☆ 会長・幹事さん」

濃飛分区ガバナー補佐 劔田 廣喜

この度 濃飛分区ガバナー補佐を務めさせていただきます、高山中央ロータリークラブの劔田廣喜と申します。どうぞ宜しくお願い申し上げます。

ガバナー補佐の役割は、地区と担当クラブとのパイプ役ですから、双方のお役に立てる様、誠心誠意頑張っていきたいと思っております。

1. ガバナー方針を十分に理解し、担当クラブに周知し各クラブの主体性、特性を尊重した上でガバナー方針に沿った事業計画をお願いしていきます。
2. 1クラブ当たり、年間3～4回例会訪問を行い、各クラブの事業や運営の状況を見学させていただきます。連絡を密に取り各クラブの意見、希望等をお聞きしてガバナーに報告を致します。また、地区、RIの最新情報や奉仕活動実現のための地区資金助成や、ノウハウをお伝えしていきます。
3. IMの実態は、フォーラムであり本来の基本に立ち返った、自由討論会を行いたいと思っております。全員出席をお願いします。

- 第1回濃飛分区会長幹事会において各クラブが抱えている問題について話し合いを致しました。

一、クラブの会員減少によって奉仕活動の継続、または新しい活動が難しくなっている。

一、新会員の入会が少ない為に、現会員の年齢が高齢化し年齢層のバランスも悪くなっている。

一、小規模クラブは、例会出席者が少なく、例会の運営形態に支障が出ている。また、財政逼迫により他クラブとのお付き合いも厳しくなっている。

以上のように、濃飛分区の各クラブは、会員の減少により多くの課題を抱えており

## 例会報告

ます。課題解決のために、懸命なご努力を  
されておりますが、解決策もなく閉塞状態  
になっております。課題が解決できるかど  
うかは、会長・幹事のリーダーシップにか  
かっているのが現実です。そのためにも、  
会長・幹事が輝き、リーダーシップを発揮  
することによって、魅力あるクラブにして  
頂きたいと思えます。会長・幹事の鏡はク  
ラブであります。

