

す。北アメリカでも最も北の方に属するR.C.の会員だと思ひます。自分が向うを出発した時は-50°Cでしたので、函館は非常に暖かく感じられます。自分は函館に来る事が出来て今日この会にお招きを頂き光榮に存じます。私は今ペーリング海に関する国際会議に参加する為に来ております。集った国はアメリカ・カナダ・ソ連・日本の各国です。本日はお招きを頂き本当にありがとうございます。

●ニコニコボックス

入会記念 下郡山会員、佐々木会員、酒井会員、角谷会員

誕生祝 本間(隆)会員、藤林会員

結婚祝 山本会員、藤林会員

結婚祝 深瀬会員(次子 静子さんが去る 1. 23日東京で挙式されました)

●卓話 「NHKに出演して」 野村会員

本題には「NHKに出演して」と書いてありますが、皆さんすでに承知されておる事と思いますが、時間かせぎに一言奉仕の気持ちでしゃべらせて頂きます。私は去年7月札幌NHKセンターで「明かるい漁村・イカ」と言う題で収録したのが7月21日朝全国放送されました。次に12月東京渋谷のNHKセンターで収録したのが珍味加工と題して12月19日朝全国放送されております。さて私が一番感じた事は、わづか25分の放送をするまで大変な日時と人数と経費がかけられている事を感じました。

まず1ヶ月前から取材係が各地を廻り珍味加工について調査を始めております。この人は農林水産部員で東京水産大学の出身です。

私の家に来たのが11月の未頃かと思ひます。色々な実情を調査して商品見本等も集めて函館に3日位居た様です。それで12月10日午前10時迄上京して頂きたいと言う事でお引受けし、10日朝上野に着き、連絡を取り築地で落合いました。又築地の珍味専門店を廻り見本等を買集めました。午後から出演者3人と共にセンター出迎の車で到着しました。すぐ応接室で中田アナウンサーと新聞記者らしい人達と7人で珍味加工について討論会形式で約4時間話し合いました。中心議題は「するめいかの原料問題」「加工品の開発」「消費動向」「流通問題」です。この様な議題のため当然政情的、行政的な問題が出てまいりました。私も口の悪い越中弁でさんざん勝手な事を云ったと思ひます。その日は午後7時頃ホテルに帰り、11日は9時集合、今度は昨日の意見を25分にまとめるなければならないのです。

世間にさわる事も云えないし、宣伝にふれる事も云えないし、私とすればこの際とばかり、珍味加工及び中小企業の行詰りと函館のイカの宣伝を強調しようと一生けん命でしたが思う様に放送に組入れてもらえないのが大変残念でした。私が一番感じたのはこの放送(25分間)のためにのべ人員60人位と出演者の旅費日当その他で当日だけでも数十万円の費用がかけられている事を見まして改めてマンモスNHKの大きさと云いましょうか強さと云いましょうかを痛切に感じました。

●出席報告

	会員数	出席人数	欠席人数	他クラブ出席人数	出席率(%)
47. 2. 2	50名	37名	13名		
47. 1. 26	50名	36名	14名	14名	100%
在函クラブ	(1/20) 函館R.C. 95.16%	(1/25) 函館東R.C. 96.43%	(1/21) 函館五稜郭R.C. 97.73%		

次回例会日 2月16日

プログラム「私と鉄道と土建業」

渡部 堅司会員

広瀬会報委員

事務所

函館市若松町15-7拓銀ビル9階

ロータリー合同事務所

☎. (0138) 23-3870



例会場 函館市若松町拓銀ビル7階

五島軒駅前支店

例会日 毎週水曜日 12:30-13:30

1972. 2. 16

1971~1972 第31号

第386回例会



五稜郭にて

R. Kadaya

角谷隆一会員

Goodwill begins with you 善意は先ずあなたから!! (ブライトホルツR.I. 会長指針)

本日のプログラム

「私と鉄道と土建業」

渡部 堅司会員

第385回例会記録

◎司会 船矢健喜智会長

◎斉唱 手に手つないで

◎ビジター 森 R.C. 谷 義一君 (電気工事)

函館R.C. 大阪谷道三君 他5名

函館東R.C. 齊藤 明雄君 他4名

函館五R.C. 小川 享君 他1名

◎幹事報告

1、例会場変更のお知らせ

イ、函館R.C. ~ 2月17日の例会は、クラブフォーラムをかねて行なうため、17時30に変更。

口、函館東R.C.～2月22日の例会は会場の都合で棒二森屋特別食堂に会場変更いたします。

- 2、先般5日福田会員が転勤のため退会されましたが、記念品に本人の希望もあり「壁掛時計」の大変立派なものを特別価格で出していただき（森秀会員）さし上げました。大変よろこんでいただきました。
- 3、「函館市民の船」の実行委員に参画するかしないかの件について、理事会にて協議の結果、参画することに決定しました。予定6月、ナホトカ・ハバロスク約10万円の費用だそうです。
- 4、本日例会終了後理事会を開催します。（会員増強の件）

●卓話「診・療・雑・感」 熊谷 和夫会員

この度、皆様の前でお話する様に御指名をいただきましたが、何しろまだ入会早々でございまして、どの様なお話を申し上げてよいやら皆目見当もつきかねる状態でございます。私は遠藤先生より御紹介いただきました様に、趣味はカメラ（8ミリもいささかやっておりますが）位のもので、他に映画・読書程度ですので趣味についてもお話しする程の事はございません。そこで私の職業である「耳鼻科」についていくらかでも皆様のお役に立つ事でもあればと思ひまして、ここにかけつけてあります「診療雑感」と言う標題のもとにお話ししたいと存じます。

診療しております、感じますことは診療にみえる前に患者さん自身、又は家族のされている処置が適切でない場合が時々あります。これは勿論止むを得ない事ではありますが、その病気にとっては甚だまずい事になりかねません。今日はその一つとして次の様なお話を申し上げます。

異物と云う言葉があります。これは日頃聞きなれない言葉だと思われそうですが、異なる物と書きます。例えば食事をしている最中に魚の骨をのどにひっかけたと云う場合はこの魚の骨が異物と云う事になります。では、この異物がどの様な性質のものであるか以下順を追って御説明致したいと存じます。

まず最初に異物の種類ですが、これは全く千差万別でして一番多いのは「お金」10円5円でありまして、次が「魚の骨」「入れ歯」その他基石、待針、釘、ガラスの破片、画鋸、釣針、根管リーマ、更にはピーナッツ、こんぶ、大豆、牛豚肉塊等々であります。年齢別にみますと5才以下の子供に一番多くみられ、次が5才から10才までの子供に多く年齢の長ずるに従いまして数は減ってまいります。次にこれ等の異物がどこにひっかかると申しますと、魚の骨はのど（特に扁桃腺）に刺さっている場合が一番多く、又食道の上、つまり入口にある場合も少なくありません。お金は食堂の入口付近によくつります。入歯なども良くここにつまり易いものであります。

何故、食堂の入口につまり易いかと申しますと、食堂と云うものは細長い管ですが、土管の様にズン筒ではありません。あたかも、八頭身美人の様に要所要所にくびれがございます。これがのどと骨をつないでおり、長さは大人で大体25センチメートルございます。このくびれは食道の入口と中程と終りの方と3ヶ所ございまして、食物が通過する際に開く訳ですが、又異物は当然この狭い所につき易い訳で、特に食道の入口が一番狭い為にここに諸々の異物が腰をすえてしまうと云う事になって了います。

異物が入りこむ路は食道の他にもう一つございまして。それは気管、気管支と云う空気の通り路の方でございまして、こちらの方は小さいもの、例えばピーナッツとか、針とかか吸いこまれて進入すると云うことになります。

それから何故これ等のもののみこまれたり吸いこまれたりするかと云う動機になり

ますが、一番多いのが反射的にのみこむと云うのがあります。子供がお金を口に入れて遊んでいる時とか、これが特に寝ころんでいて口の中でお金をもて遊んでいる時に何かに驚いたり、声を出したり、したとたんに呑みこんでしまうと云う事がございます。

大工さんが板に釘を打つ場合に口の中を含んだ釘を次から次へと出してはバンバンとバンバンとりリズムカカルに打ちこんでいる様子は見ていて気分の良いもので、こういう場合、頭領から声をかけられて返事をしようとして釘を吸込むとか、現場の足場がぐらりと倒れてはっとして吸込んでしまうと云う事があります。

大分以前の話しになりますが、私の経験したもので、洋裁学校の娘さんが口に待ち針（針の一端に玉のついたいるもの）をくわえて笑ったとたんに、その待ち針をのみこんだ例があります。これは幸い食道にささらずに胃まで落ちこんだ為に、さつまいもを食べさせました所数日間自然道（つまりお尻からと云うことになりますが）から排出されました。針などの尖ったものは胃内に落下した場合には、さつまいもとか、にら等の様に繊維の多いものを食べさせますと針はこれ等の繊維にくるまれて胃や腸を傷つける事なく安全に排出される事が多いと云われています。しかし、この場合針が胃まで落下している事が確かめられている事、途中の経過をX線で観察し、且つ、その排出されたものを確認する必要があります。

次に異物があること、事を知らないでのみこむ事があります。野菜や麺類の内にまぎった魚の骨であるとか、ざるそばの下にある素の子の竹であるとか、餅をやいた時の餅網の一部がついてのみこまれる事があります。殊に入れ歯を使っている人は口の中感覚がにぶく、その上充分にかまないが軟かい餅や熟した柿などと共に皆さんがまさかと思われるかも知れませんが入れ歯のみこむ事さえもありません。

私の経験した例では70才ちかくのおばあさんですが、朝九時頃に数人の家族にかかえられる様にして、診察室にとびこんできました。肉の塊をよくかまずにのんだとたんに息が苦しくなり、もがきはじめたと云うので驚いて来た訳です。目の前で今でも窒息しそうな感じでしたが、食道直達鏡と云う食道を検査する為の金属の管を入れ、食道の入口にがっちりつまった肉の塊をとり出しました。とたんに呼吸の楽になったそのおばあさんの嬉しそうな顔、その肉の塊は鶏の卵位もある巨大なもので呆れるやら感心するやら……。

大学病院に勤務してた時分の事ですが、口から糸をたらし若い男性がとびこんできました。話しを聞くと釣糸をしていて釣針をのみこんだのでびっくりして来院した由。つまり口からたらしがっている糸の先には釣針がついている事になります。釣針には特にぬけにくい、しかけがついているそうで、一旦食道の壁につきささりますと容易にはとれないものですが、これは教授が自ら直達鏡を使用してとり出されましたが、とり出された釣針の鋭さにはぞっとさせられました。

そのものが危険だと感じないで急いで口の中のものをのみこむ事があります。敗戦当時の食料が欠乏していた頃、稀に配給された肉を給仕し乍ら寄せ鍋から食べなければならなかった家庭の主婦に屢々食道の異物が発生したと云う報告があります。又睡眠中にのみこむことがあります。古くなってぐらぐら動く入れ歯や破損している入れ歯を夜とりはずすのを忘れていたりした時にのみこむ事があります。

よく骨をのみこんだら、ご飯を丸呑みにするとか芋を食べたりする方がありますが、この場合骨が更に深くつきささり、行方不明になりかねませんし、とり除く事が非常にむずかしくなりますので簡単には行なわれない方が宜しいかと思われまして。

私が病院に勤務中のお話しですが、内科に脳卒中で入院中の患者さんが入れ歯をのみこんだと云う訴えで耳鼻科に回ってまいりました。この場合健康人と違ってのどの感覚

がにぶっている為にのみこんだものらしく、最初は部分的な入れ歯かと思いましたが口の中をみますとあの大きな上の方の総入れ歯がなく、すっぱりとのみこんでおります。何しろ総入れ歯が食道の入口にがっちりとはまっているものですから呼吸が非常に苦しい状態であります。食道直達鏡と云う食道を検査する為の金属の管を入れてから、その入歯をとりにかかりましたが今にも窒息してしまいそうなので一旦中止しました。次に気管切開と云う気管孔をあける手術をして呼吸を楽にしておいてから再び食道直達鏡を入れ無事総入れ歯をとり出しました。これなど食道異物として大きい例に入ります。又々入れ歯のお話しで恐れますが、食道の異物では釣のついた一本義歯と云うのが大変難物でありまして、これはご存じの様に歯の四方から爪が出ており隣りの歯にきっちりハマりこむ事になっておりますが、この爪が四方についております為に、これを土の方に引っ張りあげますと四本の爪のどれかが必ず、食道壁につきささりますから無理にひきますと食道壁はうすいものですから切れてしまい、これから命とりになる様な危険な合併症がおこります。今申しあげました様に、異物と云うものは、その種類により、又その場所により私達の命をおびやかす存在であることをこの際はっきり認識していただきたいと思ひます。のどに骨がささった場合に、これを放置しますと痛みはつき発熱したりのどがはれ声がかわたりする事があり、更に縦隔炎と云う胸の炎症をおこし、全身状態が悪くなり死亡する事があります。それでは魚の骨とか入れ歯の様な鋭いものでなければ、例えば骨つきの鶏の肉、牛豚肉の塊などは危険がないかと云えばそうではありません。食道の入口に異物がつかえますと、気管を後から圧迫する為に呼吸が苦しくなり窒息の危険があります。又、完全に食道がつまりますと、つばが気管に流れこんで肺炎をおこして死亡する事がよくおこります。以前に新聞紙上に於て、ピーナッツ豆を吸いこんで死んだ子供の記事が出まして、その一節に「たかがピーナッツを吸いこんだ位で云々……」と云う様な事がかかれておりましたが、これはほとんどない事でありませぬ。気管に豆類が吸いこまれますと激しい咳と共に呼吸が苦しくなり顔色は変わり、気管を豆がびったりふさぐ事により一瞬の内に死亡致します。風船をふくらませている中に、びっくりしてこれを吸いこみ窒息したり、つき立ての餅を食べて窒息する場合も似た様なケースであります。

石川啄木の詩に「呼吸すれば 胸の中にて鳴る音あり こがらしよりも きびしきその音」と云うのがありますが、これは胸の病でろうかと思ひますが、中空（パイプ）の気管支異物では呼吸のたびにピーピー音を出すことがあります。

今まで色々とのべてまいりましたが、最後に異物の予防法について申し上げる事に致します。予防法の要点は、さき程色々例を申しあげました異物が侵入する動機をさける事につきと思ひます。即ち、小さい子供にこわれ易いプラスチックの玩具であるとか、口の中に入る様な玩具をもたせない様にするとか、5才位までの子供にはお金を持たせない様にするとかの注意が必要であります。お金の食道異物は一番多くみられ、而も5才以下に圧倒的に多いからであります。特にねころんでいる子供にお金を与えてはいけません。小学生には鉛筆や万年筆のキャップを口にくわえさせない様に（気管の異物の予防）又、裁縫する人は待ち針で歯をいじらないようにすること。大工さんが口に沢山の釘を入れるのも危険、食事の際に口の中一杯入れ乍ら大声で笑ったり、驚かせたりさせないこと、古い入れ歯や破損した入れ歯は用いず、専門医に相談して良い入れ歯を使用すること、夜間はとり外しておく様にすること等々の事により異物の大部分は予防し得るものであります。

以上のべた事は簡単な様ですが、実際に確実に行なう事はかなり困難な事かも知れませぬ。しかし、思わない異物により思わない結果を招くものですので呉々も注意が肝要

かと思われませぬ。文献によりますと、金沢市の様に落つた市民の多い都会には異物は稀であり、大阪市の様に寸刻で争い。或は幼児の世話までしておれないと云った都会には異物が甚だ多いと云う事実が報告されておりますが、これは異物の性格さよく現わしているものと思われませぬ。

◎出席報告

	会員数	出席人数	欠席人数	他クラブ出席人数	出席率(%)	
47. 2. 9	49名	40名	9名			
47. 2. 2	50名	36名	13名	12名	97.92%	
在函クラブ	(1/27) 函館R.C.	90.24%	(2/1) 函館東R.C.	98.82%	(1/28) 函館五稜郭R.C.	100%
在函クラブ 1月平均	91.91% 函館R.C.		97.34% 函館東R.C.		99.43% 函館五稜郭R.C.	99.48% 函館北R.C.

★「ビジネスマンの健康管理」

：自然に親しみ仕事を忘れる 疲労と欲求不満の解消法。

最近「なぜか知らないが、怒りっぽくなった」と云うビジネスマンの声をよく聞く。通貨不安に加えて不況のダブルパンチをくらえば、イライラするのも当然で、業績があがらないあせりもあって、つい怒りっぽくなるのであろう。その原因は疲労、欲求不満に集約されるが、疲れたからと云って休暇をとるわけにもいかず、欲求不満を解消するためにはあばれまわるわけにもいかず、きびしい経済環境下であればあるほどビジネスに徹しなければならぬ。仕事をしながら疲労、欲求不満を解消する方法はないか。それが出来れば怒り、イライラすることもなくなる。職場と云うものは、一人でも異分子が生ずると殺ばつなものになるのが常であり、その連鎖反応は人間を破壊し、業務低下を招きかねない。日本人は国民性として小さな変化には強いが、大きな変化には弱いといわれるが、為替変動相場移行後にみせた経済界の混乱ぶりはそれを如実に物語っている。

守部パーソナリティーセンター代表は、「いちばん効果的な方法は仕事以外のものに打ち込むことだ。仕事に巻込まれない努力が必要である。その点、欧米のビジネスマンは絵をかき、自然に接する努力をしている。これは精神的に余裕を持てば、精神的疲労、欲求不満が解消出来るからだ。経営者としての4つの条件がある。それは第一には金を持ち過ぎないこと。第二は自然に親しみ芸術品活動すること。第三にイライラ人間にならないこと。第四には家庭を愛することだが、これはそのままビジネスマンにもあてはまることであり知っておくとよい」とアドバイスする。

経営評論家の高橋重一氏は「経営環境がきびしくなった今日、ビジネスマンも猛ハッスルしなければならぬ。だが、それが怒りっぽくなるなど感情の不安定と云う形で現われては意味がない。自然に接し、絵をかくなど気分転換もよいが、時間的余裕がないそこで一週間のうち最も疲れる木・金・土の3日間、昼食時間に昼寝をし気分的にも肉体的にもリラックスすることがよい。肉体労働者がよく昼寝をしているのを見るが、あの昼寝は疲労、ストレス解消に大きな効果がある」と手軽に出来る昼寝を推奨しているので大いに利用することである。

私の健康法 ①自分の健康法に徹底する 加藤 好弘 (51才)

4年前程、人間ドックに入って糖尿がでる。14キロも体重オーバーだと云われた時は

われながら驚きました。さあ、それから何かいい方法はないものかと探していたのですが、ゴルフをやってみたらと契められて通ったり、たまたま知人からスタッフアーという健康美容機が糖尿にいいと紹介され使ってみました。それに毎朝6時すぎに起床して、愛犬との散歩を欠かさずに日課にしていたのですが、昨年の春あたりから身体も締まり糖尿病の方もすっかりおさまりました。とうとう薬嫌いの私が病院の薬も飲まず仕舞い。酒もやめ、食事にも気を配った効果もあるのでしょうか、自分の信じた健康法を徹底して守り続けたことがよかったのでしょう。

②後遺臭なしのニンニク愛用 富士冷 KK社社長 清水正木氏 (55才)

毎日起床6時10分間の体操をやる。会社の近くでクルマを降り、20分位は歩いて出勤するのが習慣だ。それからクルマであちこち飛び回る時は、10分でも15分でもいいから極力眠る訓練を実行している。酒も食事も腹八分目になっているが、会社を離れたら会社を忘るれことも大切だと思う。なお、私が特に強調したいことは、最近愛用している生駒ニンニクの件である。食べるまでは臭いが、食べて5分もすると不思議に悪臭が消えるという世界的にも珍しい生のニンニクだ。製法は秘法と聞く。このおかげで夏バテも退散させたり、神経性の下痢も直った。私の友人たちに大いに勤めている。

③生命力5原則を守る 公認会計士 藤巻治吉 (63才)

私の健康法は50年の永い体験で会得したものである。生命力すなわち生きる力には5つの原則があるようだ。第一その維持で、常温、食事、運動、入浴等を実行している。毎日の街頭滑行で流す玉の汗は、生命力維持の尊い源泉である。第2がその回復で早寝、早起と適度の休息と気分転換を試みている。第3がその湧現で読経、唱題、称名等により、神人一如の境地も味わい、神通力を与えられている。第4がその同質合一増大第5が異質合一増大で、共に倫理の実践により自他の生命力の合一増大を図っている。私の目指すのは王寿 (111才)である。

④社技のゴルフで鍛える 三和化学工業KK 小笠原寛治氏 (42才)

わが社ではゴルフを社技にしている。2ヶ月に1回に一流コースで全社員参加によるゴルフ大会を開催している。だから健康法と云われるとこのゴルフを除外するわけにはいかないだろう。ゴルフは老若男女を問わずにやれるスポーツだし、それに一人でプレーし抜くきびしきがあり、礼節も重要。ルールにないルールを見いださせること。これらは社会人として大切な基本につながる。日頃の自己管理の成果が入賞に結びつくしそれにより自己の再発見となる。それから日頃の対話だけでは得られない疎通も生まれる。私も40代に入ったころ、以上の精神面も体力づくりにも役立っていると自負しているのだが。

(以上の健康法管理法は、近代中小企業 VOLNo.51ヨリ)

●会員の皆様の健康法等々ご紹介下さい

この世の中で一番の幸は毎日が元気なことです

次回例会日 2月23日

プログラム「ロータリー創立記念日について」

函館R.C.元ガバナー 小畑 信愛氏

(吉井会報委員)

The Weekly Report of Hakodate North R.C.

事務所 函館市若松町15-7拓銀ビル9階
ロータリー合同事務所
☎. (0138) 23-3870



例会場 函館市若松町拓銀ビル7階
五島軒駅前支店
例会日 毎週水曜日 12:30-13:30

1972. 2. 23

第387回例会

1971~1972 第32号



五稜郭にて

角谷隆一会員

Goodwill begins with you 善意は先ずあなたから!! (ブライトホルツ、R.I. 会長指針)

本日のプログラム

「ロータリー創立記念日について」

元ガバナー 函館R.C. 小畑 信愛氏

第385回例会記録

- ◎司 会 船矢健喜智会長
- ◎ゲ ス ト 山崎 尚氏 (北海道拓殖銀行万代町支店長)
- ◎ビ ジ タ ー 函 館 R.C. 須田 広之君 外18名
函館東R.C. 本間定次郎君 外4名
函館五R.C. 関 勝吉君

◎会長報告 本日は当クラブにとっておめでたいニュースをお知らせ致します。と申しますのは侯野会長は創立記念週間を契機としまして、ロータリー財団に千ドルを寄付され、ポールハリス・フェローになられました。当クラブは創立6年になりますが、ポールハリス・フェローとなられた第1号であります。非常に慶ばしい事と御報告申し上げます。侯野会員につづいて第2、第3のフェローが生まれ様期待して居ります。