

週報

国際ロータリー第 2660 地区

令和 7 年 3 月 4 日



豊中ロータリークラブ

第 3037 例会

第 2631 号

広めよう ロータリーの心 地域とともに

創立 1959 年 6 月 16 日

2024~25 年度
国際ロータリー会長
ステファニー・アーチック
(マクマーリー・ロータリークラブ)

Rotary
Toyonaka



2024.7~2025.6
会 長 眞下 節
副 会 長 村司辰朗
幹 事 米田 眞
雑誌・広報・会報委員長
小寺潤一

本日 (3 月 4 日) のプログラム

「急速に進行している肺癌治療」

卓話担当：奥村明之進



次回 (3 月 25 日) のプログラム

「社会奉仕月間に因んで」

卓話担当：藤田充男

会長の時間

「人の老化はいつから始まる？」

2024-25 年度 会長 眞下 節

人の老化は徐々に忍び寄ってくるものではないようです。最近の科学誌 Nature Aging に発表された報告では、人は 44 歳時と 60 歳時の 2 回にわたって老化の大波にさらされることが明らかにされました。スタンフォード大学のスナイダー博士らは、25 歳から 75 歳までの 108 名の健康な被験者で、細胞活動の全てが反映される 135,000 個以上の分子と細菌のレベルを 3 か月おきに 1.7 年間にわたって調べました。その結果、多くの分子と細菌のレベルの変化が 44 歳と 60 歳の 2 年齢の前後に集中していることを明らかにし、その 2 つの時期に老化が加速する可能性を示しました。最初の老化の波にさらされる 44 歳というのは厄年に近い年齢であり、2 回目の老化の波にさらされる 60 歳はちょうど還暦に相当し、昔から人は直感的に老化の波を感じ取っていたのかもしれませんが。

40 歳代と 60 歳代の被験者では筋力低下や筋肉量の減少、心臓の健康状態の悪化やカフェイン代謝の低下に関連する生物学的差異が認められ、40 歳代の被験者ではアルコールや脂肪の分解に関連する細胞内活動が低下していたそうです。また、60 歳代の被験者では様々な免疫系分子のレベルが低下していて免疫応答の低下と符合する結果でした。さらに、60 歳代の被験者では炭水化物代謝や心臓と腎臓の機能に関連する特定分子のレベルに顕著な変化が認められ、高齢者ほど糖尿病や心疾患、腎疾患にかかりやすいことが示唆されました。スナイダー博士は、40 歳代でも 60 歳代でも老化に関係する差異に男女差はないだろうと述べ、食事や運動といった生活習慣の選択によって老化が早まったり遅れたりする可能性があるかと警告しています。私はすでに 2 回の老化の大波にさらされた後ですが、今からでも生活習慣を変えた方が良いでしょうか。

四つのテスト 1. 真実かどうか 2. みんなに公平か 3. 好意と友情を深めるか 4. みんなのためになるかどうか

事務局・例会場：〒560-0021 豊中市本町 3 丁目 1 番 16 号 ホテル アイボリー内
TEL 06-6858-1551 FAX 06-6857-0011
例 会 日 時：毎週火曜日 12 時 30 分より
事 務 局：9 時~15 時(土日祝を除く)
HP アドレス：<https://toyonaka-rc.jp>
メールアドレス：jtrc2660@sun-inet.or.jp

☆出席報告☆

	第3036回	第3033回 新年互礼会
例会日	2月18日	1月4日
① 会員数 A	29	29
(内出席免除者)	6	6
② 出席義務者数	23	23
③ 出席義務者出席数	12	15
④ 出席免除者出席数	3	3
⑤ メイクアップ数		2
⑥ 出席義務者欠席数	11	8
出席率 %	57.69%	76.92%

出席率 (3036回) ③+④/②+④ 出席率 (3033回) ③+④+⑤/②+④

幹事報告

- ・公益財団法人 ロータリー米山記念奨学会より
「2月奨学生レポートが提出されました。」
- ・国際ロータリー第2660地区より
「2025 学年度米山奨学生 世話クラブのお願い」が届きました。
- ・大阪中央 RC より
「EXPO フェスタ IM 1 組申込」のお願いが届きました。

掲示板

- ・大阪中之島 RC との懇親会
日時：2025年3月8日(土) 18:00~20:00
場所：双龍居 大阪市北区浪花町1-24
JR天満駅から徒歩1分 (06-6377-8808)
会費：8,000円
※懇親会の場所が変更になっています。ご確認よろしく
お願い致します。
- ・豊中 RC 春の親睦ゴルフ
日時：2025年3月27日(木) 9:30 スタート
場所：美奈木ゴルフ倶楽部
懇親会：チャイナダイニン浪漫路
18:30~19:00 集合
親睦ゴルフ当日は、ゴルフの後の懇親会にて木村名誉会
員の“白寿のお祝いの会”を計画しております。ご参加
の方は、18:30~19:00に懇親会場へお越しくださ
い。
- ・大阪中之島 RC、豊中 RC 連携シンポジウム開催
日時：2025年4月17日(木) 15:00~16:30
場所：中之島フェスティバルタワー12階
「朝日カルチャーセンター」
ご登録：朝日カルチャーセンター (06-6222-5222)
戸田クリニック (06-6387-4114)
お電話でご登録ください。

3月のお祝い

・会員誕生日



澤木政光会員 S. 8. 3. 13
矢野 昭会員 S. 29. 3. 10
小寺潤一会員 S. 32. 3. 6
小川佳伸会員 S. 36. 3. 18

・入会記念日

船橋輝夫会員 R. 5. 3. 7

・結婚記念日

米田 眞会員 S. 47. 3. 26

・ご夫人・ご主人誕生日

横田広司会員 映子夫人 3. 12

今川英紀会員 由佳夫人 3. 8

2月18日のニコニコ箱報告

- ・誕生日祝いを頂いて 木村名誉会員
- ・元気です 木村名誉会員
- ・長尾ガバナー補佐をお迎えして
眞下、武枝各会員
- ・写真を頂いて
横田、松山、武枝、眞下、藤田、船橋各会員

♪今日の唱歌♪



「春の小川」

作詞：高野辰之、作曲：岡野貞一

春の小川は、さらさら行くよ。
岸のすみれや、れんげの花に、
すがたやさしく、色うつくしく
咲けよ咲けよと、ささやきながら。

春の小川は、さらさら行くよ。
えびやめだかや、小鮒の群れに、
今日も一日ひなたでおよぎ、
遊べ遊べと、ささやきながら。

唱歌担当：矢吹 嘉孝

「宇宙のトップダウンな進化史」

卓話者：豊中 RC 奨学生 張釗 卓話担当：横田広司



横田会員 張釗

今回の講演では、宇宙の誕生から天体の形成、地球の進化、そして生命の起源まで、宇宙の壮大な進化の流れについて解説しました。主な内容は以下の通りです。

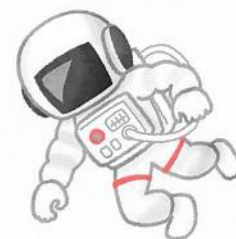
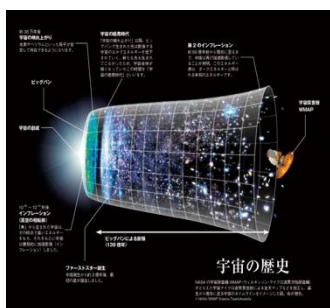
宇宙の誕生と進化

宇宙は約 **138 億年前**、**ビッグバン (Big Bang)** によって誕生し、膨張と冷却を続けながら、最初の原子・恒星・銀河が形成されました。

銀河と恒星の形成

銀河は大きく**盤状銀河 (螺旋・棒渦巻)** と**楕円銀河** に分類され、**暗黒物質 (ダークマター)** の影響を受けながら成長します。恒星は**分子雲の重力崩壊** で誕生し、核融合を開始。最初の恒星 (**第三星族**) が重元素を作り出し、**第二星族・第一星族** へと進化しました。

地球と月の形成



約 **45 億年前** に太陽系が形成され、地球も誕生。初期の地球は**灼熱状態** でしたが、冷却により**大気と海** が生まれました。月は**テΙΑ衝突** によって形成されたと考えられています。



未来の宇宙探査

人類は系外惑星の探索や宇宙旅行技術の発展を進めています。宇宙の未来は、**熱的死 (Heat Death)**、**ビッグクラッシュ (Big Crunch)**、**ビッグリップ (Big Rip)** などのシナリオが考えられています。

本講演では、宇宙の進化の流れを振り返りながら、銀河や恒星の形成、地球の誕生、そして生命の起源について説明しました。宇宙はまだ多くの謎に満ちており、これからの研究と探査によってさらに新たな発見が期待されます。

3月11日 (火)
3月18日 (火)
は休会です。