

2019-2020 ROTARY INTERNATIONAL DISTRICT 2610 TOYAMA CITY ROTARY CLUB

国際ロータリー第2610地区
富山シティーロータリークラブ

国際ロータリー/クラブ番号 31803
創立 1996. 7. 27 承認 1996. 8. 21

NO. 21号

令和2年1月20日発行



ロータリーは
世界をつなぐ

前回例会の記録

第1007回 通常例会

とき 令和2年1月6日(月)
ところ 富山第一ホテル13階「ルミエール」
進行 秋田浩志さん

- 開会点鐘 奥野会長
- ソング斉唱 国歌、奉仕の理想
- 四つのテスト 奥野会長
- 会長挨拶 奥野会長
- 幹事報告 広野幹事
- 各委員会報告 狩野 覚さん
- 優秀会員表彰 堀江耕一さん(皆出席35年)、島 秀一さん(皆出席7年)
浅木和朗さん(皆出席2年)、鷲塚一夫さん(皆出席2年)
- 誕生日御祝 中川 元(1/1)、奥野義一郎さん(1/2)、駒井 基さん(1/3)、野崎 保さん(1/16)
橋爪宏昌さん(1/16)、澤端喜明さん(1/20)、三羽邦久さん(1/21)
桶屋淳子さん(1/2)、狩野名楓子さん(1/2)、稲田寛子さん(1/4)
真藤元子さん(1/13)、中川敦子さん(1/14)
- 結婚記念日御祝 松本由次さん(1/14)、米田憲司さん(1/14)
- 会員卓話 「慢性疲労症候群と起立不耐症」
ミワ内科クリニック 院長 三羽邦久氏
- 閉会点鐘 奥野会長

■ 出席報告 ●出席率向上にご協力をお願いします。

当日	1/6(月)	44(13)/81	54.32%
前回	12/30(月)	クラブ指定休日	



1月の
ロータリーレート
1\$ = 110円
12月は、
108円でした。

首里城災害支援金 ご協力ありがとうございました。

例会で、27,000円の支援金が
集まりました。地区に送金させて
いただきました。

本日の予定1月20日(月)

ところ：料亭 加賀家

夜間例会 18:30~ 新年懇親会

余興は、越中八尾おわら保存会の
方々におわら風の盆の演舞を
ご披露いただきます。



次回の予定1月27日(月)

ところ：富山第一ホテル 13階

通常例会 12:30~「ルミエール」

【卓話】「プロスポーツチームができること」

富山グラウジーズ

代表取締役社長 永守 徹氏



~メニュー~

- ・ビーフカレーライス
- ・彩り野菜のサラダ
- ・鶏肉、白葱、白菜の
ブイヨンスープ
- ・福神漬け、らっきょ
- ・デザート



富山シティーロータリークラブ

例会日：月曜日 12時30分

会場：富山第一ホテル3Fまたは13F

富山市桜木町10-10

TEL(076)442-4411

事務所：富山第一ホテル5F

富山市桜木町10-10

TEL(076)441-1737

FAX(076)441-2824

E-mail: jimukyoku@toyama-city-rc.jp http://www.toyama-city-rc.jp

事務局携帯 090-8703-1996 携帯メール toyamacityrc@docomo.ne.jp



「慢性疲労症候群と起立不耐症」

ミワ内科クリニック 院長 三羽邦久氏

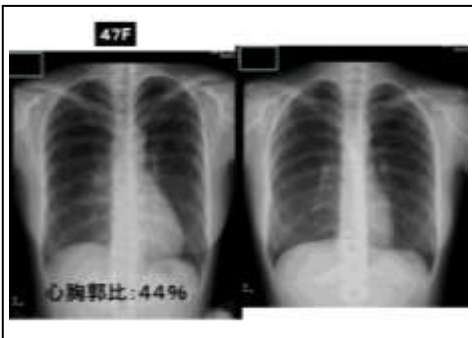


慢性疲労症候群

明らかな原因がない。しばしば感染症が先行。
 労作後の全身的消耗が遅延するのが特徴。
 強度の疲労感、全身倦怠感の他、頭痛、咽頭痛、
 睡眠障害、筋肉痛や関節痛など多様な症状。
 集中力低下、短期記憶障害、思考力障害(Brain fog)
 多くの若年者(女性に多い)の学業、労働、活動能力を
 阻害し、生活の質を低下。難治性。発症率:0.4-1.0%
 原因: 中枢神経系の機能調節障害。

起立不耐症

- 強度の疲労、めまい、ふらつき、集中力低下、
 身重、悪心、動悸などの症状により、
立位維持困難となる。
- 慢性疲労症候群の重要な中核症状。生活機能
 QOL(生活の質)の最重要決定因子。**重症で
 は座位困難、更に寝たきりに近い状態へ**
- 循環調節障害(体位性起立頻拍、起立性低血
 圧、神経調節性低血圧)に基づく脳循環不全
 と交感神経の過剰緊張が原因とされてきた。



Myalgic encephalomyelitis: International Consensus Criteria

慢性疲労症候群の原因として、筋痛性脳脊髄炎
 に伴う中枢神経系の機能調節障害が提唱され、
 国際委員会から診断基準が公表された。
 この診断基準は、心血管系症状として起立不耐症
 を含み、Small heartと低心拍出量についても言及。

慢性疲労症候群患者の主症状

疲労および関連症状	100%
疼痛(線維筋痛症)	55%
身体障害として(重症兆候)	
起立不耐症	95%
寝たきりに近い状態	25%
平衡障害	35%
著明な筋力低下	10%

30歳女性 大学院生(医療系)学生

主訴: ふらつき、浮遊感、悪寒、冷汗、動悸、呼吸困難
 既往歴: なし タバコ: なし
 背景: 1年位前より(入学後)夜間から朝に動悸、
 H22年9月に結婚して楽になった。大学院が忙しい。
 主訴でH22年9月19日、近医(循環器専門)受診。
 ホルター心電図施行。心室性期外収縮はあるが少なく
 「心の問題」ではないかと言われた。
 9月26日、結婚式で着物を着ていた時、10月6日、
 仕事で、立っていらなくなって倒れた。意識あり。
 10月18日、当院受診。問診より、立位時に症状あり。
 身体所見: 159cm, 43kg, 血圧111/79, 脈拍78分、体温37.2度
 4LSB: 収縮期雑音2/6
 胸部X線: CTR42% 心電図: 高度洞不整脈
 検査所見: K: 3.5
 起立試験: 「揺れる、物が白く見える」 遅発性起立性低血圧あり。
 起立不耐症、慢性疲労症候群と診断

23年4月18日 4月に結婚式。披露宴の予定
 「振り入ってご祝儀が・・・
 神文の前で30分位、立っていられるか？」

2月18日 院卒業発表は座位でやらせてもらった。
 是食後に血圧が下がって揺れる
 静止立位が調子悪い
 弾性ストッキングを試す

2月23日 辛い 弾性ストッキング、メーカー変更
 弾性ストッキング ノーマル (20-30mmHg)

4月12日 結婚式、リハーサルで30分くらい、立って
 いられた。
 週2日勤務+非常勤講師1回

4月29日 挙式、披露宴
 最後のスピーチで冷汗



20歳女性 起立試験

2015年7月31日 **反射性低血圧**

	前	直後	1分	3分	5分	7分	中止臥床
P	59	83	79	83	86	69	71
BP	100/52	114/60	104/61	101/56	94/53	69/33	93/49

冷汗 頭重感

22歳

2017年10月27日 **体位性起立頻拍**

	前	直後	1分	3分	5分	中止臥床
P	73	111	102	107	109	106
BP	101/58	97/70	99/71	112/71	105/74	105/72

動悸 辛い 立っていられない

起立不耐症の原因のパラダイムシフト

循環調節異常と交感神経の過剰興奮
 とされてきた。
 それだけだろうか？
 体幹直立位を保つには姿勢反射による
 平衡調節機能が働いている。
起立不耐症に平衡障害は関係しないのか？

起立不耐症の病因のパラダイムシフト

研究対象: 慢性疲労症候群 72例

能動的10分間起立試験

平衡障害(+):閉眼で両足を揃え
 静止立位を保持不能
 (ロンベルグ試験)

	平衡障害 陽性	平衡障害 陰性	P値
患者数	23 (32%)	49 (68%)	
男/女	3/20	15/34	0.15
年齢(歳)	37±12	37±10	0.98
病歴の年数	5.3±7.1	5.2±6.6	0.95
Performance status score	3-8	3-7	
中間値	7	5	<0.01
10分間起立試験			
光源失敗	17 (74%)	2 (4%)	<0.01
体位性起立頻拍	5 (23%)	11(22%)	1.00

最近の治療法

和温療法 温熱(湯たんぽ)療法
 免疫グロブリン静注、ステロイドパルス
 Bリンパ球結核療法(リツキシマブ)

抗抗原ホルモン剤(デスマプレシン)

Bスポット療法
 (Epipharyngeal Abrasive Therapy: EAT)
 高野耳鼻科:高野先生との共同研究

抗生物質(ミノマイシン)

rTMS(反復的経頭蓋磁気刺激療法) DLPFC
 富山県リハビリテーション病院 井上達吉先生との共同研究

慢性疲労症候群患者における脳の局所的機能異常

「前頭前野」

「背外側前頭前野」の神経活動低下。
この部位の神経活動性を高めればよい？

repetitive Transcranial Magnetic Stimulation
(反復的経頭蓋磁気刺激)

rTMS

大脳の背外側前頭前野の低下した神経活動性を高める治療法

起立不耐症を科学する

10歳台女性(高3) 高2までバスケット部
満員電車であぐらをかいて立ってられない。
何かにつかまれば大丈夫。
起立試験は異常なし

← カーブ、急進、減速

片足立ち試験

20歳台女性 ウェイトレス
約4か月前より疲れて仕事が全くできない

動的平衡機能 (履足歩行試験)

慢性疲労症候群患者の現状と問題点

医師が知らない

心の病気と誤解されている
過去に「Psychosocial Model」(一種の適応障害)として認識されていた。
不定愁訴としての扱い。
怠け、サボリ、と誤解されている。家族や医師でさえも。

診療に携わる医師がいない
病名が付けられない
「身体表現性障害」「解離性運動障害」

結 語

慢性疲労症候群は身体疾患である。
精神疾患ではない

筋痛性脳脊髄炎という病名が提唱されている。
中枢神経系の機能調節障害
起立不耐症、平衡障害

難治性: 様々な試みが進行中
長期的な支援、介入が必要
社会全体に啓発、教育が必要

Thank you very much for your attention.

ミワ内科クリニック(富山市) 三羽邦久

ニコニコボックス

- 明けておめでとうございます。残り半年よろしくお祈りします。 奥野義一郎さん
- 開業 40 周年を迎えて。 狩野 寛さん
- 35 年皆出席表彰をいただきました。 堀江耕一さん
- 皆出席表彰をいただきました。 浅木和朗さん
- 誕生日御祝をいただいて。 駒井 基さん
- 奥さん誕生日祝いをいただいて。 稲田 寛さん
- 妻の誕生日祝いをいただき、ありがとうございました。 真藤隆生さん
- 7 年皆出席お礼。 島 秀一さん
- 誕生日祝いをいただいて。 奥野義一郎さん
- 誕生日祝いありがとうございます。 野崎 保さん
- 奥さんの誕生日祝いをいただいて。 狩野 寛さん

2 月夜間例会と懇親会開催

■と き 令和 2 年 2 月 17 日 (月)

例会 18 : 30 ~ 18 : 55、懇親会 19 : 00 ~ 20 : 00

※例会内では、会員の皆様に 3 分間スピーチをお願いいたします。

■ところ 越中料理 五万石本店

■会 費 10,000 円

※出欠に付きましては、2 月 3 日 (月) までにご返信をお願いいたします。

スキークラブ 第 1 回スキーツアー

■と き 令和 2 年 2 月 29 日 (土) ~ 3 月 1 日 (日)

■スキー場 長野県八方尾根

■宿泊先 白馬メルヘンハウス

■参加希望の方は、1 月 27 日 (月) までにお申し込みください。但し、定員 12 名になり次第締め切りさせていただきますので、ご了承ください。

お問合せ: 運営幹事 関口真弘さんまで。

2019-2020 年度 国際ロータリー第 2610 地区

富山第二分区 I.M.

■日 時 令和 2 年 2 月 26 日 (水) 12 : 30 ~ 14 : 00 ※3 月 2 日 (月) の例会変更です。

昼食は 11 時半より準備いたしますのでご来場されました方より随時お召し上がりください。

■場 所 A N A クラウンプラザホテル富山 3 階「鳳の間」

■記念講演 講師 : 奥田中学校バスケット部コーチ 坂本穰治氏

■駐車場 A N A クラウンプラザホテル 指定駐車場をご利用ください。
2 時間のサービス券をお渡し致します。

※出欠に付きましては、2 月 3 日 (月) までにご返信をお願いいたします。

「ビオトープ(Biotop)」という言葉をご存知ですか？
 ドイツ語で、生物群集の生息空間を示す言葉です。
 語源はギリシア語からの造語で、【bio(いのち) + topos(場所)】。
 転じて生物が住みやすいように環境を改変すること、したものを指すこともあります。



『ビートープ(Btop)』の社名は、この「ビオトープ」の語源を元にしています。
 私たちは、建物を設計するプロ集団。
 ここ富山で、つかいやすく、暮らしやすい 建築・環境づくりのお手伝いをいたします。



一級建築士事務所
 株式会社 ビートープ

所長 田村 直久

富山市清水中町5番1号
 TEL:076-425-5088
 FAX:076-425-5099

健康食品・化粧品・医薬部外品のOEM受託製造

BIHOLON



「ヘルシー&ビューティー」を理想に掲げ、「真の美しさは、健康な身体から」をモットーに、より良い製品開発に努めてまいりました。現在は、健康補助食品及び医薬部外品並びに化粧品等の一貫生産の受託製造企業として、安全で安心な品質を保証するべく、品質管理に全力を挙げて取り組み、受け入れる原料の品質にも注意を払い、高品質な製品造りを行うことにより、2008年5月に日本で初となる、アメリカNPA(自然食品協会)の第三者認証プログラムの査察による「NPA食品GMP」の“A”クラスを認証され、2009年4月には、国内において、日本健康・栄養食品協会の「健康補助食品GMP適合認定」を取得致しました。



■□■□■ **バイホロントレーディング株式会社** ■□■□■

代表取締役社長 高田 浩



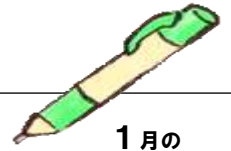
本社/本社工場	〒939-8232 富山県富山市南央町 37-10	TEL076-468-7500	FAX076-468-7511
大沢野工場	〒939-2243 富山県富山市中大久保 393-1	TEL076-468-7500	FAX076-468-7511
中大久保工場	〒939-2243 富山県富山市中大久保 357-1	TEL076-468-7500	FAX076-468-7511
東京事務所	〒101-0031 東京都千代田区東神田 3-1-2	TEL03-5822-2051	FAX03-3863-4774

東神田金子ビル 6階

富山シティロータークラブ スケジュール

1

2020 月 January

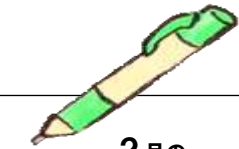


1月の サインメイクアップ

- 8日(水) グランテラス富山
富山中RC
新年会員懇親会のため
サイン時間 9:30~13:30
- 9日(木) 電気ビル
富山西C
新年懇親会のため
サイン時間 9:30~13:30
- 17日(金) 電気ビル
富山南RC
新年懇親会のため
サイン時間 9:30~13:30
- 21日(火) 電気ビル
富山RC
新年懇親会のため
サイン時間 9:30~13:30
- 21日(火) 第一ホテル
富山みらいRC
新年懇親会のため
サイン時間 9:30~13:30



日	月	火	水	木	金	土
			1 元日	2	3	4
5	6 通常例会 (13階ルミエール) 【理事会】12:00~5階「藤の間」 【会員卓話】「慢性疲労症候群と起立不耐症」 ミワ内科クリニック院長 三羽邦久氏	7	8 グランテラス富山中	9 電気ビル富山西	10	11
12	13 法定休日「成人の日」 例会はございません。	14 電気ビル富山	15 クラブ指定休日 富山中	16	17 電気ビル富山南	18
19	20 夜間例会 新年懇親会 18:30~ 料亭 加賀家	21 第一ホテルみらい	22	23	24	25 地区補助金管理セミナー 富山会場
26	27 通常例会 (13階ルミエール) 【卓話】「プロスポーツチームができること」富山グラウジーズ 代表取締役社長 永守 徹氏	28	29	30	31	



2月の サインメイクアップ

- 17日(月) ANAホテル
富山大手町RC
創立11周年記念例会のため
サイン時間 13:30~19:30
- 24日(月) ANAホテル
富山大手町RC
富山第二分区 I.M. に変更のため
サイン時間 13:30~19:30
- 28日(金) 電気ビル
富山南RC
富山第二分区 I.M. に変更のため
サイン時間 9:30~13:30



2

2020 月 February



日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3 通常例会 (13階ルミエール) 【理事会】12:00~5階「藤の間」 【卓話】日本生命保険相互会社 営業部長 増田直敬氏	4	5	6	7	8
9	10 クラブ指定休日 例会はございません。	11 建国記念の日	12	13	14	15
16	17 夜間例会 越中料理 五万石本店 例会 18:30~18:55 ※3分間スピーチをお願いいたします。 懇親会 19:00~21:00	18	19	20	21	22
23	24 振替休日 例会はございません。 タイ国チェンライ浄水器贈呈式	25 バンコクスリウォンRC 公式訪問	26 3/2(月)の例会変更	27	28 電気ビル富山南	29 ~3/1 スキークラブ スキーツアー 八方尾根

24 ANAホテル大手町

26 富山第二分区 I.M.
12:30~14:00 ANAホテル3階
昼食: 11:30~
記念講演: 奥田中学校バスケット部 コーチ坂本穰治氏