

# 幹事報告

本日例会終了後に50周年実行委員会があります。関係者はよろしくお祈いします。祝賀会の出欠を本日中に記入をお願いします。ロータリーデーは明日9日の18時30分から銀波亭です。よろしくお祈いします。

■5月のロータリーレートのお知らせ  
4月の1ドル=104円が1ドル=108円に変更です。

## 例会変更のご案内

月日	曜	クラブ名	例会場	→	月日	曜	場所	時間
05/10	木	丸亀RC	丸亀プラザビル5F	→	05/04	金	お城まつり参加	09:00
05/17	木	丸亀RC	丸亀プラザビル5F	→	05/17	木	中津海水浴場	09:00
05/22	火	坂出RC	坂出グランドホテル	→	05/20	日	満濃ヒルズカントリーゴルフ倶楽部	
05/24	木	丸亀RC	丸亀プラザビル5F	→	05/24	木	中津万象園 懐風亭	18:30
05/29	火	当クラブ	リーガホテルゼスト高松	→	05/26	土	JRホテルクレメント高松(創立50周年記念行事)	15:00

## メークアップ

- 04/24 理事会 蔭久君
- 04/26 高松RC 大山君、穴吹君、熊井君、川畑君、香川君、野村君、倉山君、大庭君
- 04/26 eCLUB ONE 堀尾君
- 04/30 ワールド大阪ロータリーEクラブ 橋本君
- 04/30 東かがわRC 木場君
- 05/01 丸亀東RC 大山君
- 05/01 高松中央RC 松村君、熊井君、川畑君
- 05/02 高松南RC 大山君、上野君

ニコニコBOX 創立第2410回例会 19件 計 44,000円 累計 1,307,000円

50周年記念事業でたかまつミライエに子供遊具を寄贈しました。(松村君、北岡君)  
お久し振りです。(川畑君)  
平尾さん写真ありがとうございました。(中村君、尾崎君)  
前回、卓話をさせていただきました。(中平君)  
市原先生、香川県知事賞おめでとうございます。(北岡君、米田君)

良いことがありました。(市原君)  
石浜先生にお世話になりました。(蔭久君)  
竹中先生に卓話で無理をお願いしました。(宮脇君)  
お耳をけがしました。(竹中君)  
遅刻しました。(槇塚君)  
誕生祝い。(川畑君、吉田君、黒田君)  
早退お詫び。(上池君、藤井君、石浜君、立野君)

## 卓話「身体の中の金属元素ー特にセックスミネラル亜鉛の働きについてー」

身体の中の構成元素は113種ありますが、必須元素は91種あり、その他は非必須元素すなわち有害元素です。必須元素のうち重要元素は4種しかありませんが、構成は96%を占めています。準主要元素は7種で3から4%。微量元素は80種もありますが、割合としては0.02%です。ほとんど酵素機能の役割を果たします。老化による臨床兆候と微量元素の関連ですが、老化に伴う原因の全てに亜鉛が関連しています。正常人の臓器中の亜鉛量ですが、全身に対する割合では骨に23.2%、筋に62.8%を占めますが、ug/gでいうと前立腺に87ug/gありまして、一番多いです。薬としての亜鉛の利用ですが、局所保護作用に亜鉛化軟膏、緩和作用に亜鉛化でんぷんと、表面だけでなく内臓にも良いのですが、最近あまり使用されておられません。亜鉛と性機能との関連ですが、男性ホルモンの生成や前立腺細胞機能の維持、調整、前立腺からの分泌物(精液)の産生・射出を促進、卵胞および黄体ホルモンの生成などがあります。性ホルモンは亜鉛がないと出来ません。亜鉛は病気の原因で摂取不足に陥ったり、過剰に喪失したりしてしまいます。食品の亜鉛含有量ですが、納豆や豆腐や赤みそ、牛肉等いろいろありますが、生かきが100g中13.2mgと圧倒的に多いです。亜鉛は摂りすぎてもいけません。ほどほどに摂取してください。また亜鉛は身体にとって重要な役目をしているのを知ってください。

職業分類委員会  
竹中 行昌 君