



第 1878 回例会

平成 28 年 6 月 13 日(月)

12:30～ 海南商工会議所 4F

1. 開会点鐘

2. ロータリーソング 「我等の生業」

3. ゲスト紹介 北畠会計事務所 北畠 米嗣 様

4. 出席報告

会員総数 48 名 出席者数 27 名

出席率 56.25 % 前回修正出席率 66.67 %

5. 会長スピーチ

みなさん今日は。本日のお客様は北畠会計事務所の北畠 米嗣様です。北畠様、海南東 RC にお出でくださいましてありがとうございます。後ほど卓話よろしくお願ひいたします。

この時期はロータリーに関する情報はほとんどありませんので、今日は少し時間を頂いて、今時の気候についてお話しさせていただきます。

今年の梅雨は雨が少ないと言われていますが、気象庁の予想ではほど平年並みになるそうです。今年は台風の発生がいまだゼロで、今の時期まで台風が一つも発生していないのは約 20 年ぶりらしいです。昨年は 1 月に 1 号が発生し 1 2 月まで 27 個の台風が発生しています。今年も最終的には 22 個くらいの台風の発生が予想されています。

今年はエルニーニョ現象からラニーニャ現象に移り変わる年で、これまで同様の年は台風の発生数が少なくなる傾向が見られたそうです。

みなさん、誰でも夏バテ知らずで、過ごしたいですよね！梅雨の時期に実践すべき 2 つのことをネットからの情報でお話しいたします。

会長 阪口 洋一 君



6月は親睦活動月間です

四つのテスト 言行はこれにちなんでから

- ①眞実かどうか ③好意と友情を深められるか
- ②みんなに公平か ④みんなのためになるかどうか



事務所 〒642-0002 海南省日方 1294(海南商工会議所内)

電話(073)483-0801 FAX(073)483-2266

会長 阪口 洋一 幹事 横出 廣 SAA:千賀 知起

この時期の過ごし方のポイント。

- ・しっかり汗をかく
- ・冷たいものの摂取を控える

水分を取りすぎて汗をかかない状態だと、体内に水分が留まり、内臓の働きを悪くして、消化不良、むかつき、体のだるさなどの原因となるそうです。スポーツ、ウォーキング、ストレッチなど身体を動かすのが一番ですが、その習慣がない方は半身浴や湯舟にしっかりつかって入浴するなどして汗をかくことがよいそうです。

また、体温より冷たい食べ物・飲み物を多く摂取し消化器官を冷やすと、本格的な夏に消化器官の働きが追いつかなくなり夏バテになりやすくなります。いらない湿気を身体から出してすっきり真夏を迎えると、いち早く夏バテになったりということが避けられます。秋以降の体調も維持できるそうです。あてになるかどうかわかりませんが良かったら試してください。

本日は以上です。ありがとうございました。

6. 幹事報告

幹事 横出 廣 君

○例会臨時変更のお知らせ

高野山 R C 7 月 1 日 (金) → 7 月 1 日 (金)

17:00～ 花菱 新年度 初例会

○メーフィヤップ

寺下 隼 君 6 月 9 日 堺清陵 R C

7. ゲスト卓話

「数字で経営を考える」

北畠会計事務所 北畠 米嗣 様

みなさん、こんにちは。お招きをいただき、有難うございます。

人生は、目標設定で決まります。生き様は単なるプロセスです。目標が変われば、生き様も代わります。

【事業の構図】



