

海南東ロータリークラブ

KAINAN EAST ROTARY CLUB

ROTARY INTERNATIONAL

DISTRICT 2640

CLUB WEEKLY BULLETIN

1996-1997年度国際ロータリーのテーマ

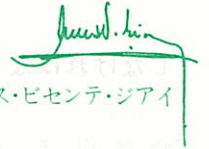
国際ロータリー会長



築け未来を

行動力と

先見の眼で


ルイス・ピセンテ・ジアイ

判り易いロータリー、
納得できるロータリー活動
第2640地区ガバナー

中村幸吉

事務所 海南市日方1294 海南商工会議所内 TEL (0734) 83-0801 FAX (0734) 83-2266	例会日 毎週月曜日 12時30分 ♣オ1 例会のみ 18時30分 於 海南商工会議所 4 F	会長 山野 明 幹事 新垣 勝 SAA 岩井 克次	会報委員会 ◎土井 元司 ○大川 幹二 中村 文雄 辻 秀輝 塩崎 博司 山田 耕造 吉野 稔
---	---	---------------------------------	--

オ1049回 例会 1997年 平成9年6月9日(月) 午後12時30分 於 海南商工会議所 4 F

1. 開会 点鐘 山野 明 会長
2. ロータリーソング
「それでこそロータリー」
3. ビジター紹介
藤井 正治様 (和歌山東南RC)
4. 出席報告 会員総数 71名 出席者数 55名
出席率 82.09%
前回修正出席率 82.09%
5. 会長スピーチ 山野 明 会長
皆さんこんにちは近畿地方も梅雨入りし
うっとうしい天気が続く、梅雨が明ければ又
暑い夏がやってきます。うっとうしい天気で
気分もめいてしまいそうです。
ロータリー情報も少なくなってきました
今日6/9 四年前のH 56/9 皇太子様御成婚
の日でした。
ロータリーの友6月号の中に友愛の広場
に掲載されています。「いごちよいロー
タリー」を皆さん一度読んでください。
長文で辛辣な御意見が書かれています。
現状のロータリー活動がもう一度考えさ
せられるのではないかと思います。今日は
この後平尾先生の卓話です。
今日も又、ラジカセを持ってきて頂いて
おりますので楽しい音楽と楽しい卓話にな
るのではないかと思います。終わります。
6. 幹事報告
○メーカーシップ
6/3 大沢 祥宏君 (田辺はまゆうRC)
6/4 中尾 公彦君 (和歌山西RC)
○例会臨時変更のお知らせ
粉河 RC 6/11(水) → 6/11(水)
PM 12:30~ 粉河町立ふるさとセンター
" 6/18(水) → 6/18(水)
PM 12:30~ " "
高野山 RC 6/20(金) → 6/20(金)
PM 6:00~ 花菱 4 F
和歌山城南RC 6/26(木) → 6/26(木)
PM 6:30~ サンピア和歌山
○理事会で新入会員承認されました。
御意見のある方は7日以内に書面にて、
幹事のもとまで提出下さい。
7. 委員会報告
○7月からの手帳届いております。帰りに
持って帰って下さい。
○各委員長さん今月中に活動計画書提出お
願いします。
○次年度会報委員の皆さん次年度から少し
システムを変更したいと思いますので、
このあと会報委員の皆さん少し時間をく
ださい。
○次年度プログラム委員会よりお願い、本
日例会終了後7月8月のプログラムの案
に目を通して頂き同時に12月迄の計画を

四つのテスト FOUR WAY TEST 言行はこれに照らしてから

①真実か 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

しなければなりませんので、次年度委員の皆さん残ってください。

8. 会員卓話 平尾 寧章君

柳川和一郎君

本日は中村隆俊さんからお願いして頂きましてありがとうございます。

成人病の予防について話しをしますが、その前に会員の平均年齢も50才を越え心筋梗塞、脳出血、動脈硬化によりおこる脳梗塞。糖尿病などによる病気を誘発する、高コレステロール血症や高尿酸血症等があります。

◇原因として

- ① 体質の遺伝一素質
- ② 年齢一動脈硬化で血管の内腔が細くなる
- ③ 食 事 (習慣)
 - ・ 食塩の取りすぎると高血症
 - ・ 食べ過ぎてカロリー取り過ぎ肥満になりやすい
 - ・ お酒の飲み過ぎ
 - ・ タバコの害
- ④ ストレス
 - ・ 過労・睡眠不足・精神的圧迫

◇予防について

体質、年齢はある程度しかたがないとしても食事については奥様の協力が必要です。

食塩は少な目のうす味にする。

油物を少なく量も少な目(腹七分)運動をなるべく多く歩いたり、軽いジョギング。

ストレスは貯めないこと。

生活は規則正しく、家庭を円満に、心配事、いらいらを解決する方法は自分でみつけるよう考えましょう。

最後に私の好きなフォークソングを聞いて頂いて終わります。

~~~~ニコニコ・米山・BOX~~~~

土井 元司君 娘の結婚式無事できました

前窪 紀文君 新垣君山名君お世話になりま

した

80会欠席しました

中国へテニスに行く連中70名程当地に来ました

二日間テニスのお世話をしました

前窪様新垣様大変お世話になりました

80会欠席しました 変りに北海道でゴルフをしました

IDM第6組の皆様ご苦勞様でした

会費余りましたので

IDM欠席申し訳ありません 新本社の地填祭をお行いました

宮田様お世話になりました

塩崎先生お世話になりました

80会ハンディーに恵まれて優勝しました

80会谷口さんのナイスプレイに刺激を受け健斗しました

80会で馬当りました

80会コンパで入賞し馬も当りました

80会で馬当りました

80会でニアピン頂きました

80会幹事様ご苦勞様 馬券お米券当りました

80会で楽しませて頂きました

80会参加幹事当選せず 残念成り

〃

一年ぶりに80会に参加し商品を取り岡田先生と一緒にパーティーを取り一日楽しく過ごしました

80会幹事岡田さんに迷惑をかけました

本日卓話させて頂きます

山名 正一君

新垣 勝君

上芝 良造君

山田 耕造君

角谷 勝司君

前田 洋三君

谷脇 良樹君

大沢 祥宏君

岡田 雅晶君

田村 健治君

早川 満君

田中 昌宏君

中尾 享平君

深谷 政男君

岩井 克次君

木地義 和君

西峰 義文君

小椋 孝一君

平尾 寧章君