

ロータリー 2000:
活動は一 堅実、
信望、持続

ROTARY 2000:
ACT WITH
CONSISTENCY, CREDIBILITY,
CONTINUITY

1999-2000年度

RI会長

カルロ・ラビッツア

第2640地区ガバナー

成川 守彦

事務所 海南市日方1294

〒642-0002 海南商工会議所内

TEL (073) 483-0801

FAX (073) 483-2266

例会日 毎週月曜日 12時30分

♣第1例会のみ 18時30分

於 商工会議所4F

会長 深谷政男 幹事 土井元司

SAA 谷脇良樹

会報委員会 ◎花田宗弘◎田村能孝

冷水正雄 田中昌宏

吉野 稔 小椋孝一

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

海南東ロータリークラブ Kainan East Rotary

DISTRICT 2640 CLUB WEEKLY BULLETIN

本日のプログラム

平成11年7月26日 第1147回例会

・ガバナー公式訪問

成川守彦ガバナー

上野山英樹代表幹事

今年度クラブ活動計画書の説明

次回のお知らせ

平成11年8月2日 第1148回例会

夜間例会 PM7:00~

新入会員歓迎会

ローターアクト3役ご招待

8月会員、奥様誕生日お祝い

8月誕生日奥様ご招待

前回の報告

平成11年7月19日 第1146回例会

PM12時30分より 於 海南商工会議所4F

1. 開会 点鐘 深谷 政男 会長
2. ロータリーソング 「我等の生業」
3. お客様のご紹介 川瀬 恭子様(山本病院 管理栄養士)
4. ビジター紹介 脇村 重徳様(有田RC)
5. 出席報告 会員総数 75名 出席者数 55名
出席率 77.46% 前回修正出席率 85.91%

6. 会長報告

皆様今日は

ちまたでは、今日をお休みにして4連休としている会社が多い中、当クラブの会員は出席率向上の為に沢山の出席を頂きありがたく感謝致します。

本日はゲストとして、山本病院の管理栄養士 川瀬恭子様をお迎えして、長生きする為の健康食についてお話を伺う事になり、先生にお越し頂き有難う御座いました。有田RCの脇村重徳様ようこそお越し頂きました。

17日には地区委員の橋本君委員長会議に、国際委員長桑添君、世界社会奉仕委員長の小椋君、委員長会議にご出席有難う御座いました。

18日には新世代委員長の上芝君、ローターアクト、リーダーシップ、フォーラムにご出席有難う御座いました。

E-mail : rotary@kankyo.co.jp

URL:<http://www.kankyo.co.jp/rotary/kainan-east>

お手元にお配りの今年の活動計画書を26日の公式訪問までに再読して委員長様は必ずご持参の上、ご出席下さい。

前回シンガポールの国際大会でお会いしましたフィリピンのDICKご夫妻（国際委員長）が海南東にメイキャップしたい要請がありましたので、査証の関係上、正式にご招待状をお送りする事を理事会で決めました。

16日に海南、海南東、海南西の3クラブ協議会を開催しまして、従来の花街道に関しては海南のリードで進めたい、3クラブ合同ゴルフコンペは海南西のリードで進めたい、OA委員会（9月4日）の開催後、各クラブの責任者が一緒になって勉強会をする事になりました。ローターアクトに関しては会員増強の面で海南西に協力をお願いする事になりましたので宜しくお願いいたします。

7. 幹事報告

○例会臨時変更のお知らせ

岩出RC 8月19日(木)→8月19日(木)
 全日空ゲートタワーホテル
 (ビアガーデン例会)

○休会のお知らせ

岩出RC・打田RC・泉佐野RC
 和歌山城南RC・有田RC 8月12日(木)
 和歌山中RC 8月13日(金)
 和歌山東南RC 8月14日(土)

8. ゲスト卓話 川瀬 恭子様

(現在山本病院 管理栄養士、健康運動実践指導者)

【食こそ医なり】

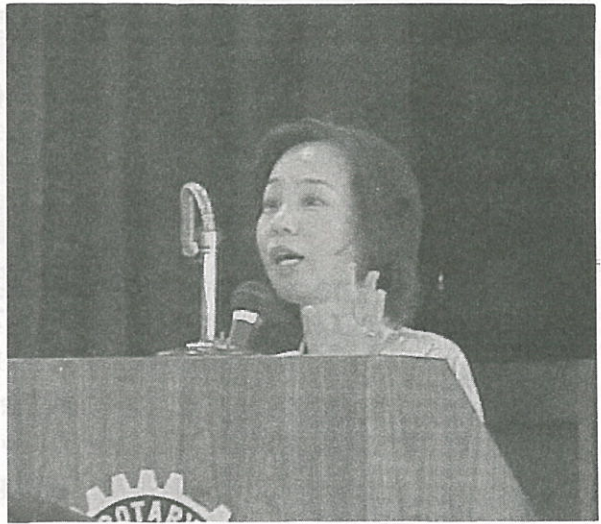
大事にしていますか？ご自分の食事！

先週例会に出席頂いた皆様方よりデータを頂き、集計して見ますと次の様になり、太りぎみ、肥満の割合が半分近くにも達しています。

	人	%
やせぎみ	2	3,3
標準体重	32	52,5
太りぎみ	13	21,3
肥満	14	23,0
合計	61	

これは食べ過ぎ、カロリーの取り過ぎが主な原因です。あなたの現在の食生活を一度チェックしてみましょう。(チェックシートあり)

日本人の6割はエネルギーの取り過ぎと云われています。老後を元気に楽しく過ごすために、体の状態を知った上で食事に気を使い成人病にかからない様にバランスのとれた食生活を送りましょう。



~~~~ ニコニコ・米山・BOX ~~~~

- 小椋 孝一君 大成高校の声援ありがとうございました
- 吉田 昌生君 県医大の広場の銅像建設に協賛頂き感謝します
- 上中 嗣郎君 シングルに昇進しました
- 土井 元司君 家族で神戸の花火を見に行つて来ました
- 谷口 誠也君 上中さんシングル昇進おめでとうございます
- 前田 洋三君 川瀬さん本日の卓話ご苦勞様です
- 上芝 良造君 同 上