

例会報告

No. 17

人類に
奉仕する
ロータリー

Rotary Serving Humanity

NAKAO TAINAI ROTARY WEEKLY REPORT

中条胎内ロータリークラブ週報

2016~2017年度 RI会長 ジョンF・ジャーム
人類に奉仕するロータリー — Rotary Serving Humanity —

RI第2560地区ガバナー 田中 政春 基本を学び、地域と共に

'16~'17年度 中条胎内RCテーマ 「誇りをもってロータリー活動を ロータリーを学び更なる飛躍を」

例会日— 毎週金曜日 12:30~13:30
 例会場— 中条グランドホテル
 事務所— 胎内市表町5番25号 (株)水戸部計算センター内
 TEL(0254)43-3308 FAX(0254)43-3308

会長— 池田 真吾
 幹事— 高橋 正昭
 発行— 中条胎内ロータリークラブ
 会報委員長— 鹿嶋 和子

第959号 2016年11月4日(金)

会報編集者 鹿嶋 和子

<会長挨拶> 池田真吾 会長



池田真吾 会長

我が家の家訓は「笑う門には福来る」です。歳を重ねるごとに笑う事が少なくなってきた方もいらっしゃるかと思います。

今回は笑いと笑顔について調べてきましたのでお話しします。笑う事は免疫力の強化に繋がります。NK細胞（ナチュラルキラー細胞）が活性化する。これらの細胞はがん細胞を攻撃したり、感染症や糖尿病にも効果を発揮するそうです。また、笑う事は、アレルギー、認知症などの改善にも繋がるそうです。脳内ホルモンは幸せホルモンと言って、エンドルフィンやドーパミンは、やる気やモチベーション維持にも効果があります。またセロトニンといって精神を安定させる物質も出るそうです。なかなか笑えない事も多いと思いますが、作り笑顔でも、効果はあるそうです。

「幸福だから笑うのではなく、笑うから幸福なのだ」という言葉を最後にご紹介します。

<幹事報告> 高橋正昭 幹事

◎例会変更のお知らせ ・新発田RC

11月7日(月) 規定期会

◎地区役員の委嘱状交付

地区ガバナー補佐 大平 力さん



◎ガバナー月信・ロータリー財団NEWS・IM報告書が届いております。

<出席委員会> 近 真由美さん

※無断欠席をしないようお願い致します。

	会員総数 (名譽会員を除く)	出席計算 に用いた会員数	出席又はメープアップ した会員数	百分率	無断欠席数
本日出席	33	33	25	75.76%	0
前回修正	33	33	27	81.82%	1

<ニコネコBOX> 近 真由美さん

・羽田幸二さん…すみませんが、また欠席です。



近 真由美さん

<親睦委員会> 近 真由美さん

各種お祝い
おめでとうございます

近 恵子さん

<副幹事> 近 恵子さん

◎地区大会について AM7:20 胎内市役所出発に変更。ネクタイ、バッヂを忘れずに！

<国際奉仕委員会> 佐藤隆義さん

- ポリオの協力金のお願いが来ておりますが、当クラブは会で負担する予定。
- ロータリー財団の使いみちについて来週卓話をお願いしております。



佐藤隆義さん



小俣優美子さん

<会員卓話> ◆小俣優美子さん

私が今後叶えたいことは、5つあります。

1つ目は明日から、ショパンコンクール新潟大会があります。その大会に入賞出来る様に子供たちを一生懸命に教えていますが、入賞させて横浜での全国大会に連れて行きたいな！と思っています。最近になって、自分の中に焦りが生まれていて、先ずブログを起こす事、それから、指導者ライセンスの取得に挑戦することです。趣味のゴルフでは、常に100を切る事を叶えたいです。

もう1つの趣味は手づくりが好きなので、着物雑貨などを作ろうかと思っています。

5つ目は、魚料理の下し方に挑戦したいと思います。

<会員卓話> ◆小野和成さん

私はロータリーに入会したときから、そうとう太ってしまいまして、ダイエットをしました。キャベツダイエットをしましたが、痩せたのですが、髪の毛まで持って行かれヤバイ事になりました。最近はリバウンド気味ですので運動をしながら健康的に痩せたいと思います。10年前から以前の職場の仲間たちと新潟シティーマラソンに出場していて、ハーフマラソンに出ていて10キロを45分位で走るほどでしたが、今では太って膝を壊てしまいました。ですから、あのころの自分を取り戻すために、来年のシティーマラソンでは10キロ45分位で走りたいと思います。

それから、ゴルフも上手くなりたいです。最近は、子供たちが「またゴルフ～」と言うようになりました。「ただいま」って帰った時には手元を見るんですね。何回かに1回は、お土産を持って帰りたいなと思っています。

今後とも皆様のお役にたてるよう努力していきますので、ご指導よろしくお願ひ致します。



須貝嘉勝さん

<会員卓話> ◆須貝嘉勝さん

今日は、自分までは卓話の番が回ってこないと思っていたが、ついに番が来てしまいました。叶えたい夢と言うことで、私には1人娘がいます。今、大学生ですが、早く結婚をして子供ができるいいなと思っています。孫の子育てについて少し前になりますが、東京大学の学生にお父さんお母さんから何を教わりましたかと言うインタビューがありました。ほとんどの学生が、勉強を教わったのではなく、ごく当たり前のマナーについて教わったと言っておりました。その1つは、きちんと挨拶のできること。2つ目に食事のマナーについて、ご飯を食べている時に肘をつかない、ご飯に箸をささない等。3つ目には靴をきちんと揃えるなど。そんな当たり前のことをしっかりと教えてあげたいなと言うふうに思っております。ちなみに東大生が1日にどれくらい勉強したかと言うと平均で12時間位だそうです。この勉強は人から言われてやっているのではなく自ら勉強したそうです。趣味では、今年大型二輪を取得しましたので、来年、少し大きなバイクに乗れたらいいなあと思っています。時間となりましたので終わります。

地区大会の模様 11月5日・6日



アトラクション: 尺八四重奏団(破竹)