

ロータリー：変化をもたらす

ROTARY : MAKING A DIFFERENCE

————— 平成29年1月24日 第2,438回 No. 2,185号 —————

会長：田中 清一 ・ 幹事：関口 浪男 ・ 会員サービス委員長：愛甲 宏明
E-mail : neast-rc@valley.ne.jp
URL : <http://www.valley.ne.jp/~neast-rc/>

《ロータリーソング》

- それでこそロータリー

《ゲスト紹介》

- 米山記念奨学生 韓 偉さん

《ビジター紹介》

- みゆき野飯山 RC 藤田 恭一様

《会長報告》

- 堤副会長

本日、田中会長がお休みの為、私が代行させていただきます。

「草津白根山の噴火」

昨日1月23日に草津白根山が噴火しました。全国に活火山は111あるそうですが、そのうち特に警戒が必要な「常時観測」火山は50あるそうで、草津白根山はそのうちの1つだそうです。

しかし今回噴火したのは警戒していた「湯釜」ではなく、気象庁が3,000年間噴火していないとみていた「鏡池」付近だったそうで、噴火警戒レベルも5段階で一番低い1だったそうです。火山活動の高まりを示す現象も全く無かったそうで、改めて火山監視の難しさを突き付けられたという事ようです。訓練中の自衛隊員の方が1人亡くなられたという事で、お悔やみ申し上げたいと思います。

「大雪警報」

北陸、関東甲信越を中心に、全国的に大雪注意報や警報が出ています。歩行で転ばないように、又車の運転にも十分に注意して下さい。

「風邪予防、対処法」

寒い日が続き、体調を崩して風邪の人が周り中に増えています。又今年の風邪は治りにくいと評判です。インフルエンザも結構流行っているようで、我が家でも小学生の孫2人が昨年末にインフルエンザA型に罹患し、正月明けにはB型に罹るといふフルコースを体験しています。私はインフルではないですが年末から風邪が中々治らず、やっと治ったと思ったら又罹るといふ事を繰り返しており、罹りやすく治りにくいという、免疫力と体力の低下を実感しているところです。

先日、家庭の医学のような医者が診断とか症状への対処法とかを解説する、バラエティーのTV番組を見ておりました。その中で喉かぜ、寒気の対処法をやっており、喉かぜ対処法ベスト3を紹介していました。

第3位、みかんの皮に付いている白い皮を食べると、喉の炎症を抑える効果があるそうです。「ヘスペリジン」という物質だそうです。外側のオレンジの皮にも含まれているので煮てママレードにするといいそうです。という事は、リンゴの様に丸かじりすれば全てが摂れて合理的な感じがします。1日に2個位食べると良いとのこと。

第2位、寝る前に蜂蜜を小さじ半分位なめると咳止め効果があるそうです。果りんの砂糖漬けと同じかもしれません。

第1位、マスクをして寝ると乾燥を防ぎ咳が出にくいとのこと。寝ている時口を開けて息をすると空気が直接喉に当たり喉が乾燥してしまうのでそれを防ぐ効果がある。又仰向きで寝ると気道が下がって咳が出易くなるので、横向きで寝る方が気道が確保されて咳が出にくくなるとのこと。患者には教えない、医者自己

対処法の一つの様です。是非試してみてください。

「新会員候補者推薦書」

現在、会員の増強を図ることが急務となっている事は皆様ご承知の通りです。現在の55名を何とか当面60名まで持っていきたいと思っています。副会長は会員増強委員長も兼務しておりますが、私自身が非力な為に中々増えていきません。何の場合でもそうですが、一人の力は小さくても束になれば強靱な力を発揮するものだと思います。そこで、総員体制で挑むべく、皆様に是非ご協力をお願いしたいと思っています。「新会員候補者推薦書」なるものを作成し、先日皆様のところに郵送させていただきました。「知ってはいるけどそれ程深くはない」「知り合いだけど説得に行く時間がない」という様な、皆様の頭の中にある方々をご紹介させていただきたいと思っています。確実に入会するだろうという方ではなくて結構です。候補者の存在を教えていただきたい、という事です。人脈をたどって総員体制で挑めば、よい結果が得られるのではないかと思っています。まず行動だと思います。仮に即入会とはならなくても、ロータリークラブがかなり身近な存在となり、濃厚な会員予備軍になるだろうと思います。早速、愛甲さんから1名ご紹介をいただきました。ありがとうございました。役員会に諮り対応させていただきたいと思っています。

私自身の体験としても、地元の間では無い為にロータリークラブに入会したくても方法が分からない、人脈がなく糸口がつかめないという事がありました。幸い長野朝日放送の当時の専務の鈴木明治さんに紹介されて今日に至っています。もしかすると私と同じような方が他にもいるかもしれない、と思うわけです。是非、知人・友人・会社関係、又はお店関係に強い方もいらっしゃると思いますので、是非ご協力をお願いいたします。

お送りした推薦状にご記入いただき、事務局までFAXをお願いいたします。役員会に諮り、速やかに対応させていただきたいと思えます。会員60名に向けて、皆様のご協力を是非お願いいたします。

以上、会長報告代行でした。ありがとうございました。

《幹事報告》

- 第40回長野市内6RC合同親睦ゴルフコンペのご案内
開催予定日：5月13日(日)
場所：南長野ゴルフ倶楽部

今回は長野南ロータリークラブがホストとなります。ご予約の程よろしくお願いたします。

○ 例会変更のお知らせ

- 上田東 RC 2月14日(水) I.M. 参加例会に振替
*定刻受付をいたします。
2月21日(水) 夜間例会のため時間と場所の変更
*定刻受付をいたします。
3月21日(水) 祭日のため休会
*定刻受付はいたしません。
4月4日(水) 合同夜間例会のため曜日と時間を変更
*定刻受付をいたします。
- 上田西 RC 2月8日(木) 祝日の為、休会
*定刻受付はいたしません。
2月15日(木) 時間を変更
*定刻受付をいたします。
2月22日(木) 例会日を変更
*定刻受付をいたします。
- 上田 RC 2月12日(月) 祝日の為、休会
*定刻受付はいたしません。
3月19日(月) 定款に基づく、理事会の決定により休会
*定刻受付をいたします。

○ 第19回ロータリー国際囲碁大会のご案内が届いております。

日時 2018年4月22日(日)

9:00 登録受付

9:30 点鐘 開会式

会場 日本棋院会館本院(東京・市ヶ谷)の新装となる2階大ホール

表彰式・懇親会 18:00～21:00

アルカディア市ヶ谷6階宴会場「霧島」

主催 ロータリー囲碁同好会

(会長は持ち回り制 現在は韓国・大邱が本部)

共催 第2580、2750両地区(都内2地区)

ホスト 東京ロータリークラブ

参加希望者は事務局までお申込み下さい。

《出席報告》

本日	出席	欠席	出席率
会員数 55名	31名	24名	56.36%
前々回 1月10日		訂正出席率	86%

《ニコニコボックス》

誕生日祝い: 田中 宏昌君

夫人誕生日祝い: 中澤 勝君

早退: 和田 晶宜君

- 会長報告代行をさせていただきます。
堤 満弘君
- 昨年末、母が急逝。正月をはさんでおりましたので、年賀その他急な欠礼にて失礼いたしました。葬儀は済ませました。改めて本年もよろしく願いいたします。 岩本 弘君
- 大雪大変ですが気をつけてください。御嶽海、今日こそ勝ち越しで年内には大関へ。頑張れ！ 佐藤 忠幸君
- おかげさまで SMBC 日興証券は本年 100 周年を迎えます。ますますご愛顧いただきますようよろしくお願いいたします。 久保田 誠君
- みゆき野飯山ロータリークラブ藤田会長の訪問を歓迎して。 関口 浪男君

《本日のプログラム》

- 米山記念奨学生卓話 韓 偉さん
「私の故郷と研究内容の紹介」



《1月31日のプログラム》

- 会員卓話 岡宮 秀治君

《1月31日のメニュー》

- 和食
 - ・煮物、赤魚酒蒸し、えのき、シメジ、サヤ菜味、ポン酢
 - ・いくらと信州サーモン昆布メ 小井のり、万能ネギ、大葉、山葵、柚子皮粕汁（鮭、大根、人参、ごぼう、黒蒟蒻、しいたけ）葱
 - ・果物（キウイ、苺）

= 次回例会予告 =

《2月7日のプログラム》

- クラブフォーラム

《2月7日のメニュー》

- 和食
 - ・刺身（カンパチ、タコ、甘エビ）
 - ・揚げ物（ブリ、大根、クワイ、舞茸、パプリカ更し葱、べっこうあん）
 - ・煮物（タラコ、竹の子、ワカメ、梅ふ、木の芽）
 - ・食事（アサリご飯、味噌汁、漬物）
 - ・水菓子（苺ゼリー、ホイップ苺）