

RI2820地区

水海道ロータリークラブ



2016-2017年度 RI会長
ジョン F. ジャーム 氏

例会予定 12月28日 休会 ・ 1月 4日 休会
1月11日 新年会 幸すし 18時

VOL. 54 No. 21 (通算No. 2503)

2016年 12月21日(水) 例会プログラム

点 鐘
ロータリーソング
ビジター紹介
出席報告
S A A 報告
諸 報 告
幹 事 報 告
会 長 挨 拶
セミナー報告 他



認証状

- (1) 創立記念日 1963年9月25日
(常陽銀行 水海道支店)
- (2) RI加盟承認 1964年1月28日
- (3) チャーターナイト 1964年5月17日
(県立水海道一高)
- (4) チャーターメンバー34名
(内現在会員数1名)
- (5) 創立当時のガバナー 小野 康平 氏
- (6) スポンサークラブ 土浦ロータリークラブ
- (7) 特別代表 細野 勝久 氏
- (8) 所在地域 常 総 市

2016-2017年度 会 長 齋 藤 広 巳 幹 事 北 村 英 明

創立 1963年9月25日

《例会場・例会日》

〒303-0023 茨城県常総市水海道宝町 2790
常陽銀行水海道支店内 3F

毎週 水曜日 12:30~13:30 ☎0297-22-1251

《事務所》

〒303-0023 茨城県常総市水海道宝町 3386
釜久ビル 3F

Tel.0297-30-0875 Fax0297-30-0876

E-mail mitsu-rc@lapis.plala.or.jp

URL <http://www.mitsukaido-rc.jp/>



12月は疾病予防と治療月間

例会報告 VOL. 54 No. 20 (No. 2502) 12月7日(水)晴れ (司会 荒井孝典副委員長)

本例会での主な事項

◎会長挨拶

◎月間によせて 鈴木邦彦会員

誕生祝



《会員》五木田裕一会員 白井 豊会員 前島 聡会員

《ご夫人》五木田(裕)会員 大塚会員 武藤会員 五木田(利)会員 齋藤会員 染谷(秀)会員

表彰



マルチプルポールハリスフェロー
鈴木邦彦会員



ベネファクター
齋藤広巳会員

諸報告

雑誌委員会 山牟田 博委員長

ロータリーの友12月号のご紹介をさせていただきます。ご一読頂ければと思います。

横組み

P3 RI会長メッセージ

P12 小田原城の美観に一役 木製時計塔のメンテナンス

P13～P15 ロータリー財団100周年を祝う

P16～P19 公益財団法人 ロータリー日本財団 平成27年度事業報告

P26 世界のロータリーニュース

P32 よねやまだより

縦組み

P9～P12 クラブを訪ねて 田辺はまゆうロータリークラブ

親睦活動委員会 石井康弘委員長

12月17日(土)忘年会 17時15分白井石油さん前よりバス出発致します。

12月は疾病予防と治療月間

幹事報告 北村英明幹事

週報受理クラブ なし

例会変更通知 竜ヶ崎RC 12月27日(火) 休会

第2回 復興の道しるべ 1月21日(土) 8時30分生涯学習センター集合 ご参加宜しく申し上げます。

会長挨拶 斎藤広巳会長



ポール・ハリスの 合理的ロータリアニズム『The National Rotarian』1911年1月号から転載として、平成22年1月号のロータリーの友の記事を紹介させていただきます。

1911年1月に創刊された『The National Rotarian』(『The Rotarian』の前身)には、ロータリーの創始者ポール・ハリスの6,000語に及ぶ随筆が掲載され、全ロータリアンに郵送されました。その論文は『ロータリーの友』にも何度か掲載されましたが誌面の都合で、その全文は掲載されていません。今回は、これまでに載らなかった部分を加え、掲載しています。

ロータリーの創立から6年、ロータリーがアメリカからカナダへと広がっていったところに、創始者によって書かれたこの文章から、皆さまは何を読み取られるでしょうか。

もし、神の摂理によって、私がどこかのコロシアムの演壇に立ち、皆さんと向かい合ったなら、そして、一言言ってよいと告げられたら、一瞬のためらいもなく、“寛容”と叫ぶであります。

ピルグリムファーザーズが脆弱な船で嵐の海に乗り出したのは、それを追い求めたためなのです。世界が夢に描き、感嘆した7月のその日、フィラデルフィアで、地上で最もたえなる鐘の音に目覚めた自由が色鮮やかな羽を広げ飛び立ったのも、元をたどれば、さなぎ時代の寛容からきたものでした。

もし私たちのこのロータリーが、つかの間の存在以上のものたるべく運命づけられているとすれば、それは皆さん方と私が互いの欠点を我慢し合うことの大切さ、すなわち寛容の価値のなんたるかを学び知ったからであると言えます。

ロータリーは、クラブというものの歴史にまったく先例を見ないものです。私たちは、自らの運命に責任をもってきた人々の想像力豊かなイマジネーションによって引き寄せられたという以外に、何の法則も持ち合わせていません。羅針盤の発明されるずっと以前、危険な未知の海洋を、星を頼りに航海を成し遂げた船乗りたちのように、ロータリーの先駆者たちは、遠い昔から人間の生活を支配してきた不文律を守りながら、ロータリーというこの船の舵を取って、危険、未知、そして困難の渦巻く自らの職業を、巧みに導いてきました。今後、私たちのこの船が理性的な寛容、そして他人の信念に対する人間的な思いやりという安全コースから逸れることのないように祈ろうではありませんか。

今、私が冒頭に述べたように、神の摂理によって、全世界のロータリアンの視線と思いを一身に受けて、コロシアムの壇上に立たされるとしたら、次のような質問を發してみたいと思います。「皆さんの理解しているロータリーの哲学とはどのようなものでしょうか？」

多くの人の手が挙げられる光景が目浮かぶようです。そして、個人個人の思いつきのような意見の表明に頼っている、正確な結論に到達することは望めないだろうと思うのです。

ポール・ハリスの随筆はこう書き出しています。ロータリーの哲学についてポール・ハリスは架空の4人の論者を登場させて説明しています。今回はこの4人の架空論者の話をします。

12月は疾病予防と治療月間

年次総会

指名委員会より、次々年度の会長の推薦がありました。

染谷秀雄会員

……拍手 承認されました……

染谷秀雄次々年度の会長より



只今ご承認を頂き、責任を感じております。入会して18年経ちますが、まだまだロータリーについてわからないこともあります。一生懸命頑張ります。ご協力よろしくお願ひ致します。

月間に寄せて 鈴木邦彦会員



メタボリックシンドローム

近年、我が国の食事内容や食習慣が明らかに変化しました。過食による栄養過多、生活習慣の変化に伴う運動不足によって、脳血管障害や冠動脈疾患の増加が危惧されている。

生活習慣や遺伝的要素を背景に内臓脂肪が蓄積し、高血圧・脂質異常・高血糖等の危険因子が集積した病態をメタボリックシンドロームと言う。

肥満の方は、高血圧・脂質異常・高血糖が集積し易い為、肥満を疾患と捉え、「肥満症」の診断基準が示されている。

内臓脂肪蓄積をウエスト周囲径で代替させ、ウエスト周囲径 男性85cm以上 女性90cm以上を肥満としている。

メタボリックシンドロームにおいては、内臓脂肪蓄積が他のリスクの発症要因となるだけでなく、これらのリスクがたとえ軽度であっても集積することで動脈硬化症疾患の発症に直接影響すると考えられている。内臓脂肪蓄積がある場合には、まず内臓脂肪蓄積を減少させる生活改善、特に運動を勧める。

内臓脂肪蓄積と高血圧・高血糖・脂質異常は互いに関連しあいながら、血管にダメージを与え、動脈硬化を進行させ、やがて脳卒中や心筋梗塞という重大な疾患を起こす。脳卒中や心筋梗塞は症状が現れるのは突然だが、少なくとも10年以上前から血管がダメージを受け続け動脈硬化が進んで発症する。

出 会 い

ロータリーとの出会いは旧常陽銀行の二階の例会場だった。満席に近い会員数が醸し出す会場の雰囲気は圧倒された。それまで経験したことのない何かを感じた。

例会出席は最も重要な要件であった。毎半期を通じて60%以上の出席を求められ、理由なく連続4回本クラブを欠席した場合は会員失格となる等々の規則を守る。欠席した場合は他クラブの例会出席によるメンバーシップが認められた。

次第に厳しい出席にも慣れ、会員との出合いを重ねるに従い親近感が生まれ、何時の間にか例会出席が私の日常生活の1頁に刷り込まれるようになった。

しかし、恥ずかしい限りだが、今まで特に手続要覧を通読することもなく、ロータリーに関する書物もあまり手にせず、ロータリーの知識は専ら、例会・委員会・炉辺会合・地区大会・IM・IGFで得たものである。

IGFはIMの前身といってよいかは分からないが、IGF(インターシティゼネラルフォーラム)は都市連合一般討論会といって、ガバナー、パストガバナーの指導の下に開催され、ロータリアンに対する情報や教育の手段として重要視されていた。年1回分区内のロータリアンが、手続要覧を片手に勉強する機会として設定され

12月は疾病予防と治療月間

ていた。

また、国際大会に出席して得た知識は、ロータリークラブは奉仕を理念とする国際的社交団体であると認識したことである。ロータリアンは一人ひとりが世界に繋がっていることを大会で実感した。如何なる理由かは知らないが、ロータリーの奉仕が I serve から We serve に変わり抵抗を感じていたが、大会の雰囲気からいくらか理解出来る気持ちになった。

ロータリーの奉仕のグローバル化により、ロータリークラブのより一層の力が必要になったと思う。

クラブの力は例会にある。例会の力は出席会員の数と雰囲気である。会員相互の親睦の度合いに比例すると思う。会員の親睦を図るには、例会だけでなく会員宅やその他を利用して親睦を主体としながらクラブの運営・奉仕活動・情報交換について話し合う炉辺会合、家族を交えた新年会・忘年会・観劇会、趣味を同じくする同好会、酒・肴を囲んだ少人数の会合等々が大変有効ではないかと思う。

親睦は出合いからである。奉仕のエネルギーは親睦から生まれると考えている。

出席報告 五木田利明副委員長

会員総数	出席者数	欠席者数	出席免除	メーク	出席率
53名	33名	20名	0名	2名	66.04%

ニコニコボックス 青木英男委員長

入金計 ¥62,000 累計 ¥850,100

誕生祝御礼《会員》白井・五木田(裕)・前島 各会員

《ご夫人》五木田(裕)・大塚・武藤・五木田(利)・斎藤・染谷(秀) 各会員

忘れていたのは私だけですか？鈴木先生卓話宜しく申し上げます。 斎藤会員

年の瀬も迫って来ました。皆さん、元気で師走を乗り越えましょう。 北村(英)会員

ゴルフ同好会、会長を引き受けさせて頂きました。宜しくご協力をお願い致します。 北村(仁)会員

いよいよ年の瀬も押し迫って参りました。皆さん、多忙とは存じますが風邪など召さぬよう元気に新年を迎えてください。 松坂会員

鈴木先生、健康に関する卓話楽しみにしています。 石塚(克)会員

鈴木先生、卓話宜しく申し上げます。 青木(英)会員

12月17日、忘年会宜しくお願い致します。

第一回ガバナー補佐会議がありました。近々セクレタリーを選ばせて頂きますが、ロータリアンにNOはありませんよ。 青木(清)会員

例会欠席しました。 熊谷・山牟田・染谷(正) 各会員

会報委員会 亀崎徳彦委員長 福田克比古副委員長 白井 豊委員



ロータリアンの行動規範

ロータリアンの行動規範

ロータリアンとして、私は以下のように行動する。

1. 個人として、また事業において、高潔さと高い倫理基準をもって行動する。
2. 取引のすべてにおいて公正に努め、相手とその職業に対して尊重の念をもって接する。
3. 自分の職業スキルを生かして、若い人びとを導き、特別なニーズを抱える人びとを助け、地域社会や世界中の人びとの生活の質を高める。
4. ロータリーやほかのロータリアンの評判を落とすような言動は避ける。

Rotary World Magazine Press ロータリーの友 より

『友』編集部からのお知らせ

第 2590 地区ガバナー事務所・メールアドレス変更のお知らせ

2016 年 12 月 12 日更新

【編集部より】

国際ロータリー第 2590 地区（神奈川県）ガバナー事務所のメールアドレスが 2016 年 12 月 5 日より変更になりました。

新メールアドレス : g-office@rid2590.jp

お手元の「ロータリー手帳」などの記載の訂正を、お願いいたします。