

国際ロータリー第2570地区

行田ロータリークラブ

RI会長: ウィルフリッド・J・ウィルキンソン/ガバナー: 石川嘉彦

会長: 山本 憲作/幹事: 武田 和則

クラブ会報委員会

委員長: 境野 登章

委員: 富田 久雄/中島 捷二/島崎 政敏
稲垣 功一/小島 一男/小椋 剛

例会日: 木曜日

午後 12:30開会

会 場: アドバンテスト 行田
クラブハウス

2007-08 国際ロータリーテーマ

「ロータリーは分かちあいの心」



第2054回 例会 (2008年2月21日)

第2054回 例会 (第三十一回例会) 卓話 加須保健所職員 関様



- ★ 点鐘
- ★ ロータリーソング斉唱
- ★ 四つのテスト唱和
- ★ 来訪者紹介 山本憲作会長
- ★ 会長挨拶 山本憲作会長
- ★ 結婚誕生祝い
- ★ 幹事報告 武田和則幹事
- ★ 委員会報告
- ★ 本日の卓話 加須保健所職員 関様
- ★ 出席状況報告
- ★ にこにこ報告
- ★ 点鐘

★ 来訪者紹介

本日は、白河ロータリークラブより富永パストガバナー・佐藤憲一会長 令夫人・吉村英一幹事 令夫人・野中光男SAAをお迎えしての例会です。

それから加須保健所の職員の皆様、ようこそいらっしゃいました。本日は卓話のほど、宜しくお願い致します。

★ 会長挨拶

皆様こんにちは。1週間のご無沙汰でした。本日は、白河より7名の方が見えてくれました。

先日2月2日ですか3日ですか？地区のセミナーが3つありました。

青少年交換は古沢会員境野会員が行ってくれました。ロータリー財団部門などのセミナーもありました。

会長幹事と次年度会長小林会員と、行ってまいりました。2570地区は56クラブありますが、

行田は会員が非常に多いクラブであります。ただ、出席率は下から2位でありまして、ブービー賞でありました。

しかし財団への寄付に関しては、断トツでトップでもあります。

★ 山本憲作会長



★ 結婚・誕生祝い

★ 結婚祝い

古沢勇治会員



★ 誕生祝い

清水治雄会員 古沢勇治会員
柿沼孝枝会員 小林一好会員



★ 結婚誕生祝いの方を代表して小林一好会員にご挨拶を頂戴いたします。

皆様こんにちは。昭和27年2月21日、
今日ちょうど56歳になりました。
自分の人生を振り返りますと、色々な人に迷惑をかけてきたなと思います。これからは、奉仕もしていきたいと思
います。皆様、どうぞ宜しくお願い致します。



★ 幹事報告

★ 武田和則幹事



こんにちは、幹事報告を致します。
本日はメタボリックのまとめと致しまして、加須保健所の関様に
講師としてお越し頂いております。メタボリックの講義の効果は、
横田委員長がだいぶ出ていると聞いております。
メタボリックが今日で終わるという事ではございません。
関様の講義を聞いて頂き、会員皆様が健康になってロータリーライフを
楽しんで頂きたいと思ひます。関様、どうぞ宜しくお願い申し上げます。
また、本日は白河ロータリークラブの方が来訪致しております。
50周年記念式典の案内と言う事です。
半世紀と言う長い歴史の区切りで、まことにめでたうございます。

行田ロータリークラブから、大勢で参加させて頂きたいと思っております。
友あり、遠方より来る。又楽しからずやと言う事で、例会終了後イズムさんで歓迎懇親会を行います。
2～4時ちょっと前くらい迄です。 イズムさんが腕を奮ってお待ちしていると言う事ですので、
今からでも都合の付く方は参加をお願い致します。
直近の例会の案内を申し上げます。 次週2月28日は、市民大学の開校へ向けての経過と予定などについて、
行田市教育委員会の今村正様の卓話例会となります。
3月1日土曜日ですが、IM(インターシティミーティング)があります。加須ロータリークラブさんが
ホストクラブで加須市の平成国際大学で開催されます。記念講演がありまして、テーマは「命を耀かす人間」と
言う事で、マラソンランナーの千葉真子(まさこ)さんです。楽しみにして、参加をお願い致します。
以上を持ちまして、幹事報告と致します。ありがとうございました。

★ 世界社会奉仕委員会 古沢勇治委員長

青少年交換事業の第2回オリエンテーションが、2月16日土曜日に、東松山リコー研修センターにて開催され、ツルジロウ君を引率して境野副委員長と共に出席してまいりました。

今年度の37期来日学生と次年度38期派遣候補生との交流、そして日本語スピーチが課題で行われ、わがツルジロウ君もひらがなで書いた原稿を使い、約10分間、テーマの「My HomeCountry」と言う事で、フロリダ マイアミを紹介致しました。大分日本語が流暢になりました。

《世界寺子屋運動について》

前年度に引き続き、識字率向上プロジェクトの一環であります『世界寺子屋運動』『ネパール里親制度』に対する支援を続けて参りますが、いよいよ取りまとめの時期となって参りました。ご協力お願い申し上げます。

《100円玉募金・書き損じハガキ・未使用テレカ・ビール券・お米券・商品券》

支援箱を例会場受付に用意しております。皆様のご協力を、お願い申し上げます。

《ネパール里親制度》

「さいたまユネスコ教会」の主催するネパール非就学児童を対象に、各クラブを通じて個人的に里親になって頂く制度です。年間8,600円の負担で、1人の未就学児童が1年間学校に行ける費用を支援致します。最短3年間個人会員になって頂きます。当クラブでは、現在10会員が里親になっています。今回小椋会員と境野会員が加わります。 受付はお早目に。事務局か、私、古沢までお願い致します。

★ 地区会員増強委員会 渡辺栄一委員長

皆様こんにちは。地区での情報は、クラブで報告するようとなりました。シカゴにてロータリー・・・早くも103年経ちました。

世界的に会員が減少傾向にあります。減ると言うのは、中身が衰退しているとみても良いのではないのか？とも思います。

ロータリーの先行きが心配になります。私ども2570地区は56クラブありますが、やはり会員が減っております。

今後、改善していかなければと思います。

ただ、増やせば良いという問題でもないとも思います。

今ロータリーに必要な事は、チェンジだと思います。

会員人数だけではございません。ぜひ、身のあるロータリーにチェンジしていけるように、頑張っていきたいと思います。

★ 白河ロータリークラブ メンバー様 創立50周年記念式典(6月14日)のご案内

皆様こんにちは。私ども、50周年を迎える事となりました。記念式典を行いたいと思いますので、行田ロータリークラブの皆様には多数ご出席していただけたらと思います。

甚だ簡単ではございますが、ご挨拶に変えさせて頂きたいと思います。





★ 卓話者紹介



★ 講師紹介 横田康介委員長

皆様こんにちは。今回はメタボリック最終回となります。
成果はどうか？と言われると厳しいものもありますが、
実際私はいくらかですけどやせる事が出来ました。
本日もまた関様にお話をして頂きますが、どうぞ宜しくお願い致します。



★ 本日の卓話

★ 卓話講師: 加須保健所職員 関様

メタボリックのまとめ

以前2回ほど、食生活や運動の話をさせて頂きました。
当初の予定では毎日体重を計ってきて頂き、サポートをさせて頂く予定でした。
ただ実際はなかなかサポート出来ずに、申し訳なかったと思っております。

1) 健康な人も含めた全ての受診者に...

問診や健診結果を元にして、生活習慣の見直しや生活習慣改善に必要な情報が提供されます。

2) メタボ予備軍と言う人に...

個別指導やグループ面接を1度行います。健診の結果から今の習慣を振り返ります。
そしてすぐ実行出来る目標を立てます。

3) メタボに該当と言う人に...

個別またはグループ面接で今の生活習慣を振り返り、生活習慣改善のための行動目標を立てます。
一定期間、医師、保健師、管理栄養士などのサポートを受けながら健康づくりを継続していきます。
個別面接やグループ面接に加え、実技、実習、電話やファックス、メールなどによる保健指導を3ヶ月以上継続して行います。

健診を受けるメリット

1) メタボリックシンドロームを早期に発見

メタボリックシンドロームを初めとする生活習慣病は、気づかないうちに進行します。
特定健診は、これらの病気の進行を早期に発見するうってつけの機会です。

2) 実行しやすい生活習慣改善の目標

動機づけ支援・積極的支援の方への保健指導では、生活習慣改善の目標を立てます。
個人の健康状態やライフスタイルに合わせたアドバイスを受けられるので、
実行しやすい目標が立てられます。

3) 継続して健康状態を把握

各人が受けた検診結果は、医療保険者によって保管されるため、継続して健康状態の変化を把握出来ます。

4) 医療費も抑制出来る

生活習慣病にかかる人全体の数が減れば医療費を抑制出来ます。また、ご加入の医療保険全体の健診の結果により、平成20年度から始まる「後期高齢者医療制度」で今後課せられる支援者の額が増減します。
皆さんが健診を受けて健康になる事が、ご加入の医療保険の安定した運営に繋がります。



加須保健所職員 関様による卓話風景



★ 小菅会員

体重が1、5キロ減りました。体感では、3キロほど減ったように感じております。今は無理をしない状態で、お酒も飲むときは普通に飲んでおります。ただカロリーを抑えればよいわけではないと言う事を教えて頂いたのが、大変良かったです。

野菜が不足している事も充分認識して、野菜が食べられない時は野菜ジュースを飲むようにもしました。

今回ご指導を頂いた事を大変ありがたく感じると共に、以上ご報告申し上げます。



★ 横田委員長

5年ほど前に着られなくなったジャケットが、着られるようになりました。今日着ているのがそうです。毎日朝昼晩と、食べたものを書き出すようにしました。改めて後で見ると、これは食べ過ぎているな？と思うようになったものです。普段運動をしませんので、入る量を決めれば良いのです。毎晩飲むお酒も、計量カップで量って飲んでおります。1晩200ccです。この3ヶ月でベルトの穴の位置も変わりましたし、体重も4～5キロは減りました。

★ 謝辞

関様、ありがとうございました。私は動悸はありますが、動機がないようです。私はそれを実行したいなと思っておりますが、残念ながらできませんでした。今後とも、宜しくお願い致します。

★ 山本憲作会長

★ 出席状況報告

★ 中島捷二会員



出席状況報告
中島捷二会員

正会員数64名
本日の出席者26名
メイキャップ11名
本日の出席率57.8%



ニコニコ報告
反町清委員長



第2054回例会

2008年2月21日

- ★ 山本会長 お世話になります。白河RCの皆様ようこそ行田へ
- ★ 武田幹事 白河RCの皆様ようこそいらっしゃいました。
- ★ 白河RC 佐藤会長 本日はお世話になり申し訳ございません。宜しくお願い致します。
- ★ 白河RC 吉村幹事 本日は大変お世話になります。
- ★ 白河RC 富永 パストガバナー お世話になります。
- ★ 白河RC 野中様 今日はお世話になります。
- ★ 中島会員 白河RCの皆様ようこそおいで下さいました。白河より春も一緒に来られた様な気持ちになります。
- ★ 横田会員 加須保健所様、本日は宜しくお願い致します。
- ★ 古沢(勇)会員 白河RCの皆様、行田へようこそ。本日は結婚・誕生祝いダブルで頂きありがとうございました。禁煙続いております。
- ★ 小島会員 白河の皆様ようこそ行田へ歓迎いたします。利根川の支流福川に大変めずらしく白鳥が2羽飛来しております。
- ★ 富田会員 関様、本日はありがとうございます。白河の皆様ようこそ
- ★ 小菅会員 メタボ終了を記念して尚、私は継続してチームマイナス6cmを目指します。
- ★ 小林会員 白河RCの皆様キャラバンご苦労様でございます。私は、今日で56才になりました。今後年令を考えて奉仕に取り組みたいと思います。
- ★ 黒淵会員 白河RC佐藤会長他の皆様本日は遠路御来記ありがとうございます。タイムリーな佐藤会長のメタボ例会です。山本会長も頑張っています。お互い身に気をつけて下さい。
- ★ 永島会員 白河の皆様ようこそ行田にご来訪下さりありがとうございます。当クラブ盛徳寺ご住職中島会員、過日は円澄誕生の地のお話ありがとうございました。
- ★ 永島会員 小池利昌様悲しくも幸せな出来事です。太平洋戦争で戦死なされたお父様の出兵する時持参した国旗の「寄せ書き」がアメリカから帰ったとのこと大変うれしいお知らせです。
- ★ 反町会員 白河RCの皆様ようこそおいで下さいました。減煙が3日で2箱になりました。
- ★ 坂本会員 白河・行田児童交流会今年で第8回9年目になります5月24日・25日宜しくお願い致します。
- ★ 清水(治)会員 本日は白河RC大勢の参加ありがとうございます。又、本日は誕生祝いありがとうございます。
- ★ 渡辺会員 白河の皆様ようこそおいで下さいました。楽しみにしてお待ちしておりました。
- 以下同文
- ★ 小池(英)会員・蔭山会員・小椋会員・境野会員・植田会員・諸貫会員
★ 湯本会員・柿沼会員・山田会員・小池(利)会員

★ 合計金額 47,000円

