

R I テーマ/人類に奉仕するロータリー



# 天童東ロータリークラブ会報

2016-2017 クラブテーマ/心身の健康を保ち、楽しく奉仕しよう

会長/鞍掛彰秀・幹事/村山与四郎

通常例会 1483 回・本年度 2 回 例会日 2016 年 7 月 13 日 会場/天童ホテル

司会 / 小野芳重

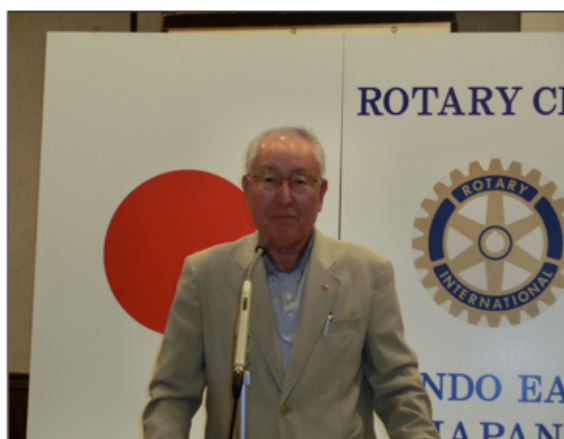
タクト / 永山和敏

ソング / 奉仕の理想

## 1. 会長挨拶 鞍掛彰秀会長

「夏バテ対策」

急激に暑くなってまいりました。人間の体は急激な気温上昇でエネルギーを消費し、自律神経に乱れが生じます。症状としては、全身の倦怠感、思考力低下、食欲不振、下痢、便秘、時に頭痛、発熱、めまいを伴います。改善と予防のためには、十分な休養、栄養補給を行い体を休める事が大切です。ビタミンやタンパク不足も夏バテを招くため、食事は豚肉や大豆・魚・野菜などいろいろな食品をバランス良く摂り、



冷えを助長する冷たいものは控えて温かいお茶などを飲んだほうが効果的。夏場は軽作業でも、1日 2~3 リットルの汗をかくので、意識的に水を摂るようにしましょう。冷房は、室温と外気の差を 5 度以内に、またはひざ掛け、カーディガンを使用すると良い。

## 2. 本日のプログラム

プログラム委員会 / 卓話者：高橋 繁夫 / 本日の卓話タイトル：新入会員スピーチ

本日新入会員スピーチになっていたが都合が悪くて参加できないことから、自分が当時入会したときの話をした。入会は 60 年 3 月。会長が野川桂一さんでチャーターメンバーは 25 名であった。平均年齢は 43.3 才であった。昔のなつかしい数多くの思い出話を語り続けた。

## 3. 幹事報告

①市民大会実行委員長 山本市長より

『安全・安心なまちづくり』市民大会開催のお知らせ

日 時 H28 7月30日(土) PM 1:30

場 所 市民文化会館大ホール

②村山美術会長 遠藤昭吾氏より

第69回村山美術総合展覧会の御礼状が届いております。

③2,800地区直前ガバナー酒井彰氏より

2015～2016年度会員増強・個人表彰者推薦のお願い。

④例会終了後 臨時 理事役員会を開催します。

#### 4. 委員会報告

ロータリー財団・米山奨学会委員会 村山 征彦 委員長

7月9日(土)に米山セミナーへ参加 今年度も一人15,000円をお願いしたい。

8名の奨学生から卓話があった。

#### 5. 出席報告

本日会員 53名 出席者 40名 出席率 76.92% (義務出席者 52名)

※前々回出席率を %に修正いたします。

天童東RC出席委員会 氏名 山口 孝

#### 6. スマイル報告

鞍掛 彰秀 : 皆様夏バテに気をつけましょう。

新関 弥一郎 : 緑さん選挙ご苦労様。東京に行かないように。

赤塚 弘実 : 今日、新社屋オープン記念としてモンテディオ山形に氷1トンを寄贈してまいりました。暑い夏をのりきり、早くJ1に昇格しますように。

相馬 勝博 : 高橋先生が新入会員卓話とは?と不思議に思っていたのですが期待しています。

高橋 英治 : 高橋先生卓話楽しみです。

村山 与四郎 : 高橋繁夫先生スピーチを歓迎します。

斎藤 幸雄 : 高橋先生卓話ご苦労様です。

高橋 繁夫 : 私の入会当時、当クラブ発足の頃をスピーチさせていただきます。

半澤 清彦 : 7月8日誕生日めでたくもあり、めでたくもなし。

村山 征彦 : あれだけ負ければかえってすっきりします。自民党员。

今田 治雄 : 7月9日息子が大勢の皆さんから祝福をいただき結婚しました。

緑 三郎 : ご協力ありがとうございました。