

WEEKLY NEWS 2015 週報 通算 2170回 《28回》

第2640地区

和歌山東南 ロータリークラブ

<http://www3.cypress.ne.jp/tonan-rotary.html>



世界へのプレゼントになろう

会長 平 平治、幹事 松浦 薫
会報委員長 郷間博敏

例会日：水曜日 例会場：ヒール華月殿

第1・第2：18:30～(夜)

第3・第4・第5：12:30～(昼)

事務局 E-Mail

a-rotary@coral.cypress.ne.jp

本日の例会
2月17日(水)
18:30～

- 「和歌山南ロータリークラブとの合同例会」 ダイワロイネットホテル和歌山 4F
- ・開会点鐘 ホストクラブ 東南 RC 平会長 ・君が代、ローターソング 我等の生業 ・「南 RC 例会」
 - ・「東南 RC 例会」 出席報告(例会委員会) ココ箱(寄付金)報告 会長挨拶 幹事報告
 - ・閉会点鐘 ホストクラブ 東南 RC 平会長 ・『懇親会』司会進行 東南 RC 赤在親睦委員長
 - ・乾杯の挨拶 辻本 45 周年記念事業委員長 ・演奏「タコ・グレイオ」星野俊路様、米坂隆広様
 - ・閉会の挨拶 中岡副会長 ・手に手つないで

先週例会報告 会場監督 楠見珠緒

ゲスト:和歌山ろうさい病院 病院長 南條輝志男先生

会長挨拶

平 平治会長

日本の歯磨き習慣は関西から全国へ。1948年(昭和23年)に日本で初めて練り歯磨きの広告が新聞に掲載されました。1950年(昭和25年)に「朝はサン、夜はスター」のキャッチフレーズを用いた広告は、当時は朝、歯を磨くことが習慣づけられていなかった人々に朝と夜の2回 磨くというアメリカ式習慣をすすめるPRになっていました。又、広告に使用されたペンギンのイラストは当時の新聞は今日のようにカラー印刷ができず、黒と白の明確なコンストラストで描かれたペンギンは強力なインパクトで浸透しました。1953年(昭和28年)には「虫歯は夜つくられる」のキャッチフレーズが登場しました。これらのフレーズは人々の頭に強く焼き付いていきました。



幹事報告

松浦 薫 幹事

- ① 和歌山中 RC 市川名誉会員が2月5日にご逝去されました。クラブより弔電をお送りしています。謹んでご冥福をお祈り申し上げます。
- ② 来週の例会は和歌山南 RC との合同例会です。日時:2月17日(水)18:30～、場所はダイワロイネットホテル和歌山 4F です。アルコールがでますので、お飲みになられます方はお車でのお越しはご遠慮ください。
- ③ 明日11日(木・建国記念の日)は IM 第3組です。皆様のご参加よろしくお願い致します。同日に辻ガバナーを交えての合同会長幹事会が14:00～14:50に行なわれます。平会長・幹事の私が出席いたします。
- ④ 地区大会選挙人会議が2月27日(土)14:00～華月殿にて行われます。当クラブは2名の選挙人を選出できますので、平会長、幹事の私が出席します。
- ⑤ 1月23日(土)に開催されました社会奉仕委員長会議のお礼状が地区より届いております。
- ⑥ 創立45周年記念式典・祝宴時間について。
式典 受付時間：15:45～、式典開始：16:30、祝宴開始時間：18:30～20:50



2月ご結婚記念日お祝い



45周年記念 BOX

塩崎 和仁 会計

中曾君・先日はありがとうございました。

	ニコニコ	米山記念 奨学会	ロータリー財団	東南育英会	45周年記念 BOX
累計	1,265,500	138,000	222,000	25,000	478,560

出席報告	出席者	出席率
会員総数	47名	2/10 35名 77.78%
出席免除会員	3名	1/25 37名 84.09%

平君・南條先生、本日卓話よろしくお願いします。
 前田君・南條先生、大変お世話になっております。
 竹中君、奥村君、山田(さ)君・先日は土屋様、お世話になりありがとうございます。
 中谷君・南條先生、本日はありがとうございます。
 本人お誕生日お祝い・青木君(病氣中でも年はとります。)、奥村君。
 ご結婚記念日お祝い・太田君、土屋君、宇治田君。



《委員会報告》

青少年奉仕委員会 中曾真二郎委員長

第31回和歌山東南RC旗争奪野球大会兼第41回和歌山市軟式野球連盟学童部東支部新人大会の開会式が3月6日(日)8:45～北島Aグラウンド、閉会式が3月20日(日)11:30～せせらぎグラウンドにて行われます。
 大勢の皆様のご参加、ご協力よろしくお願い申し上げます。



45周年記念事業小委員会 記念ゴルフ委員会 吉田 遼委員長

3月24日(木)和歌山東南RC創立45周年記念ゴルフコンペを有田東急ゴルフクラブにて開催致します。

和歌山市内8RCにもご案内をお送りしております。皆様のご参加、よろしくお願い申し上げます。

「野菜でげんき」和歌山ろうさい病院 病院長 南條 輝志男先生



我が国では世界に類を見ない短期間で人口の少子高齢化が進行し、2007年に高齢者(65歳以上)が21%以上となる超高齢社会に突入し、2013年には25.1%(4人に1人)が高齢者で占められるに至っています。そして老老介護(要介護認定者と介護する同居者が共に65歳以上)の比率は実に51.2%にも及んでおり、近年の認知高齢者の増加から認認介護の時代に突入しつつあります。このような背景から、要介護老人を増やさないため、糖尿病を中心とする生活習慣病対策が極めて重要となります。

種々の生活習慣と平均寿命との関連をみると、野菜をよく食べ、よく歩き、減酒・禁煙すれば長生きできることが明らかです。特に、長寿日本一の長野県民は食塩摂取量のワースト2位でありながら、野菜摂取量が全国1位です。これは、野菜にはカリウムや繊維質が豊富に含まれており、前者は余分な塩分の排泄を促し、後者は糖質・脂質の吸収を抑制する働きがあるからです。また、ビタミンやミネラルの含有物も多く、野菜の摂取は糖尿病・高血圧・高脂血症・癌などの予防に有効であることは多くの研究で実証されています。しかし、我が国の野菜摂取量は年々減少しており、推奨量350g/日・人の73.4%に過ぎません。

そこで私たちは5年前に「野菜でげんき和歌山応援隊」を立ち上げ、和歌山ブランドの野菜摂取を促すことにより「げんきな体」(医学・栄養学的)・「げんきな心」(食育・郷土愛)・「げんきな和歌山」(経済活性)・「げんきな地球」(環境保全)を目指すことにより、和歌山県民の健康寿命を延ばそうと活動することにしました。貴ロータリーの平 平治会長にも世話人としてご活躍いただいています。

糖尿病を中心とする生活習慣病は、動脈硬化・筋力低下・骨粗鬆症・認知症・視力の低下・性欲減退(ED)など、老化現象を加速します。そこで野菜を十分に摂取することにより、生活習慣病の発症と増悪を予防し、アンチエイジングに心がけていただければと存じます。