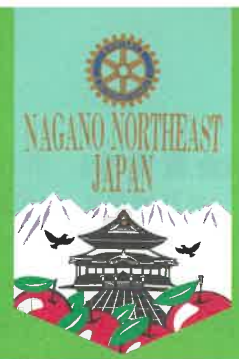




THE ROTARY CLUB OF NAGANO NORTH EAST

長野北東ロータリークラブ

例会 毎週月曜日 12:30~13:30 ホテル国際21



ロータリーはみんなを幸福にする

IMAGINE ROTARY

第1342回例会 令和5年5月8日 No.1195

会長：市川 晴樹・幹事：松本 研一

《点 鐘》 市川会長

《齊 唱》

国歌「君が代」

ロータリーソング「我等の生業」

} CDのみ

《友愛の握手》 割愛

《ソングリーダー》

《ゲスト・ビジター紹介》 宮下(正)SAA

特別奨学生…アルメイダ ガルバオ ハウアネさん

《出席報告》 高橋(誠)親睦活動担当

会 員 総 数	49名	出 席 ベース	38名
本日の出席者	34名	欠 席 者	4名
出 席 率	89.47%	前々回訂正出席率	89.47%

《ニコニコボックス報告》 小林(八)親睦活動担当

会員誕生祝…宮下 正幸君、市川 晴樹君

中沢 清光君、藤沢 宏市君

宮本 哲也君

夫人誕生祝…宮下 広男君、松山 秀男君

結婚記念祝…土井 悦代君、小林 基司君

松本 研一君、高橋 誠一君、金井 敬司君

青木 照明君、中沢 清光君、市川 晴樹君

柘津 吉通君、小宮 慶洋君、宮本 哲也君

小林 基司君、滝澤 晃君、岡村 教正君

土井 悦代君、北村 通將君、宮下 広男君

塚田 浩二君、松山 秀男君、松橋 輝久君

高池 忠克君、金子 肇君、高橋 聖明君

加藤 誠君、小林 八郎君

…峯村さん、本日の卓話よろしくお祈いします。

竹村 利器君

…長男の婚礼も無事終わり、気分的に余裕が出たので連休9日間で6日ゴルフしました。老いを実感したゴールデンウィークになりました。

宮下 正幸君

…令和5年5月5日に55歳になりました。

峯村 昌樹君

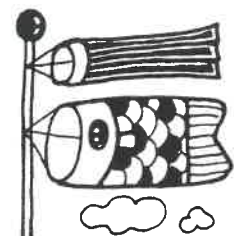
…本日は宜しくお祈い致します。

佐藤 信行君

…当RCのゴルフコンペ、優勝してしまいました。周りの人に申し訳なく思っています。

《奨学金授与》 市川会長

特別奨学生…アルメイダ ガルバオ ハウアネさん



《会長報告》 市川会長

先月25日に、北信第2グループの会長幹事会が開催されました。最後の会長幹事会ということで、岩本ガバナー補佐からも各ロータリークラブには、大変お世話になりましたということ承りましたので、ご報告申し上げます。



本日は、理事会がありましたのでご報告いたします。

- 1) 4月度理事会議事録…承認
 - 2) 最終夜間例会企画(案)について…承認
 - 3) 6月度合同理事会について…6月5日開催
 - 4) 会員動向について…継続して会員増強に努める
 - 5) 6月例会プログラムについて…承認
 - 6) その他…ホテル国際21より次年度から会場費等の価格変更のご案内がありました。次年度から1人当たり600円程上がります。こちらは、次年度の会長幹事会が、19日に開催されますので提議していただき、その後、再検討したいと思えます。
- 今後のコロナ対策について…本日から5類に引き下がりましたが、今年度は、個々の判断にお任せするという方向で行きたいと思えます。
 - 同好会の決算について…同好会活動が行われておりますが、補助金は皆様方からのニコニコボックスより拠出させていただいております。その中で、収支に関しまして、各同好会にお任せの為、不透明な部分もあったので、今後は、年度末に活動報告も兼ねて、収支決算書を事務局までご提出いただくことになりましたので、ご了承の程、宜しく願いいたします。

《会長挨拶》 市川会長

今日の会長挨拶は、平成28年9月5日、第1134回例会より紹介を致します。

この年の会長は青木茂人さん、幹事は金子肇さんでした。

青木さんは警備保障の会社を経営されていますので、そこから出たお話です。

会長挨拶 青木会長

皆さん、こんにちは。

まったくもって、暑い日が続いております。

私共の仕事においては、夏場は、熱中症対策が労働安全衛生上、最も大切なこととなります。長い間、減塩ということが叫ばれておりますが、もうすでにその考え方、対処法は、実は誤っているということがわ

かってまいりました。減塩処方で行われている摂取塩分は、少なすぎるということ、実はその3倍が必要であるということがはっきりしました。

そもそもいくら水分を補給しても、塩、塩化ナトリウムがなければ体内では水分が吸収できないということです。塩分の低下は、痙攣などという肉体的現象にとどまらず、朦朧としたり、気を失ったりと、精神衛生上にも多大な悪影響を及ぼします。

「塩は男の気力」と申します。

相撲において塩を撒くのも、その場の悪鬼・邪気を払うためだけではなく、天地人、すなわち自然界も人間も、引き締めるという意味であります。

特定のご病気がおありになる方はご注意ください。ただくことはもとよりですが、健康体であれば、とり過ぎた塩分は、汗や排尿となって自然と体外に排泄されてしまいます。

味噌漬けやおしんこなど、夏場は大いに食してもよろしいのではないのでしょうか。

これから暑い日が多くなりますので、皆様も体調管理には十分お気を付け下さい。以上です。

《今月のお祝い》 おめでとうございます。



会員誕生祝 (6名)

宮下 正幸君、赤池 健君、市川 晴樹君
中沢 清光君、藤沢 宏市君、宮本 哲也君

夫人誕生祝 (3名)

宮下 広男君、松山 秀男君、倉島順之介君
結婚記念祝 (3名)

土井 悦代君、小林 基司君、倉島順之介君

《斉 唱》 ロータリーソング「誕生日の歌」

《幹事報告》 松本幹事

1. 国際ロータリー日本事務局経
理からのお知らせです。

5月のロータリーレートは1
ドル=136円です。



2. 会員必携、クラブ計画書の名簿変更届、クラブ
計画書掲載原稿の締切が、5月15日となってお
ります。忘れずに、ご提出をお願いいたします。

3. 5月13日(土)は市内6RC合同親睦ゴルフコ
ンペが開催されます。集合時間は、8時となりま
す。参加者の皆さんは、時間正確にお集まりくだ
さい。尚、最終のご連絡は後日詳細が分かり次第
お知らせいたしますので、ご承知おきください。

4. 本日、メールボックスに最終夜間例会のお知
らせを配布いたしました。出欠のご連絡を6月
8日までに事務局までお知らせくださいますよ
うお願いいたします。

5. 到着郵便物のお知らせ

1) 中野RC創立50周年記念誌

ご覧になりたい方は、事務局に保管してあり
ますので、お申し出ください。

6. 例会変更のお知らせ

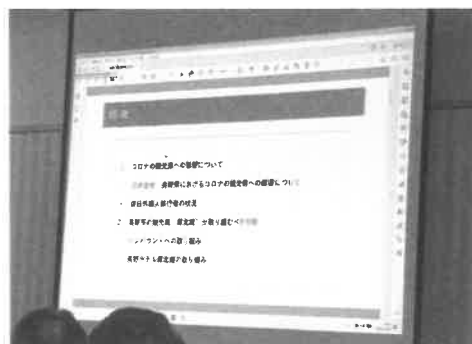
長野西RC…5月12日(金)職場移動例会の為
時間と場所を変更

* 定刻受付は致しません。

《本日のプログラム》

会員卓話

峯村 昌樹君



《点 鐘》 市川会長



《5月15日のメニュー》

— 利休弁当スタイル —

- ・ グリーンサラダ
- ・ チキンソテー ジンジャーソース
- ・ あか魚粕漬け
- ・ 蛍烏賊酢味噌掛け
- ・ 白飯 味噌汁 漬物
- ・ フルーツポンチ



【5月15日のプログラム】 「ゲスト卓話」 SBCパーソナリティー 峯岸 悦子様