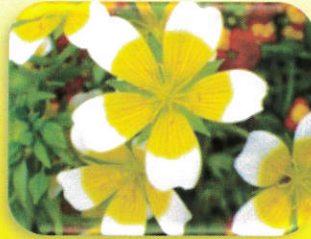


創	立	昭和32年4月19日	
会	長	藤岡 宏 章	
会	長	菅生 康 清	
副	会	長	高橋 靖
幹	事	関 俊 昭	
広	報	会報記録	中 林 隆 男



事務局（例会場）

榎原市久米町 652-2
DAIWA ROYAL HOTEL THE KASHIHARA 4F
TEL/0744-28-2801（直通）
FAX/0744-28-2802
E-mail/krc@jeans.ocn.ne.jp
TEL/0744-28-6636（ホテル）

例会日

毎週金曜日
12時30分～13時30分

Vol.61 No.39 (2017-18)

2018(平成30)年5月11日発行

5月は、「青少年奉仕月間」(Youth Service Month)です。

第2975回例会報告書

2018（平成30）年4月27日

司会	副SAA・尾上隆志会員
R.song	手に手つないで
ソング・リーダー	下辻真人会員
ピアノ奏者	京田留奈さん

ゲ ス ト

卓話講師：講演講習 山田塾 塾長 山田憲正氏
仲谷 登氏（新入予定会員）

出 席 報 告

正会員 44名	出席者 26名	出席率 70.27%
(4/27)	" 32名	" 80.0%
(4/13 補正)		

ニ コ ニ コ 箱

◎20日、21日の親睦旅行一泊例会には多数ご出席頂き、ありがとうございます。皆様のご協力ですごく過ごさせて頂き、より親睦を深めることができました。親睦活動委員会一同感謝申し上げます。

……………辻田真海会員

◎本日、卓話担当です。山田講師よろしくお願ひします。

……………中林隆男会員

◎新入会員オリエンテーションで井上会員、菅生会員、高橋会員にお世話になりました。ありがとう。

……………鍵岡正隆会員

◎ゴルフ大会で3位になったので。

……………平田博也会員

◎岐阜の旅で藤岡会長特別賞を里田、高橋、菅生、民谷 各会員に頂き、またいろいろとお世話を頂いた親睦活動委員会のご配慮に感謝して。

……………民谷浩一会員

◎一泊例会、楽しく過ごせました。

……………吉村輝高会員

会 長 挨拶

（代理：高橋 靖副会長）

○今日は藤岡会長の代理でご挨拶をさせて頂く。初めに、会長のお体の状態について簡単に説明させて頂く。数週間前に頸動脈の血管に詰まりが見つかり、大事に至る前に早急に処置をすることになり、入院されたが、検査をした際に、本来であれば足の付け根からカテーテルを入れて処置を行うが、それでは追いつかない状態であることが判明した。そのため、頸動脈の血管を取り、太ももの血管を取ってきて繋ぎなおす手術を行うそうで、現在は一旦退院されているが、再度入院しなければならないそうだ。入院はおそらく5月になるだろうとのことだが、会長は元気なおられ、早く復帰して榎原 RC に戻りたいと仰っておられたので、どうかご心配なく、ご安心頂ければと思う。

また、会長から預かせて頂いたこともお伝えさせて頂く。先日の一泊例会では辻田委員長をはじめ親睦活動委員会の皆様には、企画・当日の運営などいろいろとご尽力頂き、感謝申し上げる。また、22名の方々にご参加頂き、大変盛り上がった例会となった。会長も是非参加したいと仰っていたが残念ながら事情により欠席された。

一泊例会に私も参加させて頂き、参加された皆様のお顔を拝見し、皆様が笑顔で楽しく過ごして頂いているのを見て、このように榎原 RC として皆様と一緒に過ごす機会が大切であることを改めて感じた。残念ながら今回ご参加ができなかった皆様には、是非次回の機会や今後の親睦の機会などにご参加頂き、さらに榎原 RC の友情、絆を深め、仲間としての意識を持って頂きたいと思う。また今後そのような機会を作っていくことができればと思う。

以上、藤岡会長の状況と会長からの伝言をお伝えさせて頂き、挨拶と代えさせて頂く。

幹事報告

(代読：下辻真人副幹事)

△次週5月4日(金)は休会。次回の例会は5月11日(金)となるのでお間違えの無いようよろしくお願いしたい。

△新旧合同クラブアッセンブリー並びに次年度第1回クラブアッセンブリーについて

日時：5月18日(金) 例会後

場所：明日香・浄御原の間

出席義務者である本年度・次年度の理事役員・委員長・地区出向委員の皆様、入会3年未満の方々には、先週メール及びFAXにてご案内をお送りし、また本日ポスティングもしているのご確認頂きたい。

△「地区学友会ロータリーフェローズ 総会並びに交流会のご案内」※詳細は掲示板にて。

卓話

担当：中林隆男会員

講師：講演講習 山田塾 塾長 山田憲正氏



「今さらではなく今から」

食事という漢字は「人に良い事」と書きます。人の体に良い事が食事です。食事の中でも、今回は夕食についてのお話しです。運動だけではなかなか体重が落ちないというあなた、夕食がポイントです。夕食とは、夕刻に食べる食事のことですが、最近は夜遅く食べる夜食の人が多いですね。

「仕事が忙しくて夕食が遅くなるから」 分かります。

「運動する時間がないから」 分かります。

でもちょっと夕食に気を使ってみませんか。夕食の「夕」の字を色々な漢字に変えてみましたら、あら不思議。焼き肉、ラーメン、ビールなどなど、出された物を有るだけ食べる「有食」は、間違いなくメタボです。

体というのはデリケートなものです。バランス良く野菜も肉も魚も果物も入れて、笑顔で腹八分優しく労る「優食」はメタボ解消に効果大です。あれは嫌い、これは嫌い、これはまずい、不満たらたらで食事をすると、いつの間にか憂いが漂う「憂食」になり健康にも良くありません。

でも時には、思いっきりストレス解消の遊び心で食べる「遊食」は大いに結構です。でも、時々ですよ。

次は、素敵なあなたを「You食」に誘い、恋愛や健康を楽しく語る「言う食会」にしましょう。

本日はこれにて夕食編を「結食」にしま〜〜〜す。

第290回甘糧会ゴルフコンペ 4月18日(水)(於:奈良国際ゴルフ倶楽部)



【例会ご案内】

5月18日(金)《第2例会》

「橿原市のまちづくり」

橿原市 総合政策部 地域創造課 課長 若森睦司氏
担当：平田博也会員

5月25日(金)《第3例会》

夜間例会

郡山安積RC との友好クラブ締結調印式

6月1日(金)《第1例会》

「奈良県のまちづくりについて」

奈良県知事特命参与 金剛一智氏
担当：中井康允会員

6月8日(金)《第2例会》

担当：関 俊昭会員

6月15日(金)《第3例会》

「昨今の弁護士事情」

担当：松岡康毅会員

【同好会】

書道同好会

5月11日(金)・6月1日(金)・6月8日(金)
→午後2時～

5月25日(金)のみ午後3時～
いずれも場所は4階 楓の間

【RAC 例会】

【橿原オークホテルにて、午後7時半～9時】

5月23日(水)《第2例会》

帰れまてん例会

19:30 開会、21:00 閉会、於：橋もとや

6月6日(水)《第1例会》

「考えを言語化する例会」

20:00 開会、21:15 閉会、於：橿原オークホテル

※卓話資料はデータでの提出をお願い致します。