

DAITO ROTARY

OSAKA JAPAN

CLUB WEEKLY BULLETIN

第2660地区

大東ロータリークラブ

■ 事務所
〒574-0046 大東市赤井1丁目2-10
ポップタウン住道本館4階
TEL: 072-875-1200
FAX: 072-875-0590
E-mail: office@daito-rc.org
http://www.daito-rc.org/

■ 例会
毎週火曜日 12時30分~1時30分
〒574-0076 大東市曙町4-6
大東市民会館 4階「大会議室」
TEL: 072-871-0001

◆4つのテスト◆

言行はこれに照らしてから

- ① 真実かどうか？
- ② みんなに公平か？
- ③ 好意と友情を深めるか？
- ④ みんなのためになるかどうか？



こころの中を見つめよう 博愛を広げるために

- Reach Within to Embrace Humanity -

創立 1967年12月26日

■ 会長 大西 寛治
■ 幹事 上田 正義
■ 会報委員長 北本 良弘

2011年~2012年度
国際ロータリーのテーマ

こころの中を見つめよう
博愛を広げるために

国際ロータリー会長
カルヤン・バネルジー

平成24年2月21日

No. 2148

H24. 2. 14 (No. 2147の例会記録)

今週の卓話 (2月21日)

「雑感」

池田 實 会員

次週の予定 (2月28日)

「薬物乱用防止活動」

小川 芳男 会員

先週の例会報告

◆ 出席報告 (2月14日分)

会員数 45名 出席数 40名 欠席者 3名
特定免除 4名 その他免除 1名
出席率 88.10%

前々回1月31日分

ホームクラブの出席者 35名 94.59%

メイクアップの結果 37名

特定免除 8名 その他免除 0名

欠席者 0名 修正出席率 100.00%

ゲスト

米山奨学生

ピューピュートゥエさん

ロータリーソング

「それでこそロータリー」「四つのテスト体操」

ニコニコ箱

- ・結婚記念日自祝 岡本 日出士君
- ・結婚記念日自祝 江原 誠三君
- ・結婚記念日自祝 谷中 清孝君
- ・結婚記念日自祝 中 恒夫君
- ・歩こう会参加させていただきました
感謝 樋口 秀和君
- ・楽しい例会、仲間に会える楽しみ
奉仕の出来る歓びに感謝 大西 寛治君
- ・本日、卓話担当です 感謝 福富 経昌君
- ・鷲森さんに感謝 田川 和見君
- ・初めて、日光東照宮に行ってきました
木村 克己君
- ・風邪 治りました 感謝 中野 秀一君



2月は陰暦で如月。衣更着とも書き、寒いので衣を更に着る月だという説もあります。近頃はヒートテックの下着が有り、これ1枚でも十分暖かいです。

私は、冬に長距離を歩く時は、防寒ズボンとヒートテック1枚にユニクロのジャンパーだけで歩き、暑くなればジャンパーを腰に巻いてヒートテック1枚で歩きます。平安時代の貴婦人は着物を十二枚も重ね着たそうですが、着物のない平民は寒かったと思います。

今年はうるう年です。地球の公転周期は1年と6時間弱。だから4の倍数年に当たる年の2月で調整します。ただ100で割り切れても400で割り切れない年は平年にしている。近年では2100年がそれにあたる。

うるう年は夏季オリンピックの年でもあります。平年の2月はなぜ28日なのか、現代の暦の元になったのが古代ローマの暦。新年は3月（ローマ暦で1月）から始まり大31日、少30日を繰り返し、年末の2月は29日にしました。ところが（ローマ暦）8月に初代皇帝アウグストゥスが自分の月を大にする為に2月から1日を持ってきて28日となった。

例会が始まる前に握手をしますこの時、手の冷たい人・温かい人の話題がよく出ます。日本人は欧米人と異なり、気軽に握手をする文化が有りません。一般的に手が冷たい人は心が温かい、手が温かい人は心が冷たいと言われます。手の温度と心の温かさの関係について今のところは解明されていません。しかし、心理学者によると手のひらの温度の高い人程人付き合いが好きで、逆に手のひらの温度の低い人ほど人付き合いが苦手とのこと。ただ、手が湿っている人は内向的の報告もある。一般的に女性は冷え性の人が多いので、握手した時に男性の手が温かく感じる。女性の手を握るコツは相手と共通点が見つかった時に、アッ、自分と同じですねと握手を求めるという方法が有ります。照れくさいという人はお酒の席を利用して、ぜひ気になる人と握手をして下さい。



米山奨学生 ピューピュートウエさん





「この冬のインフルエンザ情報」

福富 経昌 会員

インフルエンザの基礎知識

☆ インフルエンザとは

- インフルエンザウィルスの感染により、突然の高熱と全身のだるさ、筋肉痛などの全身症状が現れることが特徴。
- 通常、高熱が数日持続し、一週間程度で回復。
- 時には、合併症を伴い重症になることも。
- インフルエンザは、その年により流行の程度に差があるが、我が国では通常11月から12月に始まり、翌年の1月から3月頃の間には患者が増加する。



☆ インフルエンザにかからないためには

- インフルエンザシーズン前に、ワクチン接種を受けることが予防の基礎。
- うがいや手洗いをを行う。
- バランスの良い食事と、十分な休養をとり、疲労を避ける。
- 室内の湿度を50～60%に保つ。
- 人込みや繁華街への外出を控える。

☆ インフルエンザかかってしまったら

- 水分（お茶、ジュース、スープ等）を十分に補給。
- 安静にし、十分な休養を、学校や職場を休む。
- 早めに医療機関を受診して治療を受ける。
- 周りの方へうつさないために、マスクをつける（咳エチケット）。外出を控える。
- 薬を使う時には、医師や薬剤師の指示に従い正しく使用する。薬を使用していて何か異常だなど感じるような場合は、医師・薬剤師に相談する。

☆ 感染の拡大を防ぐには

- 一人一人がインフルエンザにかからないようにすること、また罹ってしまった時には、他の人にうつさないようにすることが大切である。

《咳エチケット》

- *咳・くしゃみの際はティッシュ等で口と鼻を押えて、他の人から顔を背けて1m以上離れる。
- *鼻汁・痰等を含んだティッシュを直ぐに蓋付きのゴミ箱に捨てられる環境を整える。
- *咳をしている人にマスクの着用を促す。
- *咳をしている場合は、周りの方へうつさないためにマスクを着用する。
- *マスクの使用は、説明書を読んで正しく着用する。

インフルエンザ予防対策!!





蓼科山 : 標高 2530m

百名山 66/100

蓼科山（たてしなやま）は八ヶ岳連峰の北端に位置する標高 2,530m の火山。円錐形の美しい山容から諏訪富士（すわふじ）とも呼ばれる。山体は八ヶ岳中信高原国定公園に含まれる。日本百名山のひとつ。頂上部は大きな溶岩で覆われているため、樹林が育たず 360 度の展望がある。また、頂上には蓼科神社の奥社があり、登山口にあたる七合目にその鳥居が立つ。この山域では針葉樹林帯が帯状に枯れる縞枯れ現象が見られるが、この山でも南西斜面にのみこの現象が現われている。



八ヶ岳（赤岳） : 標高 2899.17m

百名山 67/100

八ヶ岳（赤岳）（やつがたけ（あかだけ））赤岳（あかだけ）は、長野県南佐久郡南牧村、諏訪郡原村、茅野市、山梨県北杜市にまたがる標高 2,899 m の山。八ヶ岳中信高原国定公園南部に位置し、八ヶ岳連峰の最高峰である。山名は山肌が赤褐色であることに由来し、山頂は南峰と北峰に分かれており、南峰に一等三角点と神社がある。北峰には赤岳頂上山荘がある。南峰とその南の権現岳との間はキレット（鞍部）となっている。麓は冬はスキー客で、夏は避暑地として賑わう。

