

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6月5日

No. 2161 H24. 5. 29. (No. 2160の例会記録)

今週の卓話 (6月5日)

「日本刀、竹刀の魅力」

加藤 敏明 会員

ロータリーソング

「手に手をつないで」「四つのテスト体操」

次週の予定 (6月12日)

「今年度の実績報告と反省」

各奉仕委員長

ニコニコ箱

後面に記載

先週の例会報告

◆ 出席報告 (5月22日分)

会員数 45名 出席数 36名 欠席者 2名
特定免除 6名 その他免除 1名
出席率 94.73%

前々回5月8日分

ホームクラブの出席者 36名 100.00%
メイクアップの結果 36名
特定免除 8名 その他免除 1名
欠席者 0名 修正出席率 100.00%



早いもので5月の例会も最後です。今の季節一番過ごし易いですね。

皆さんは体にいいこと何かしておられますか？ジムに行っていられる方、ゴルフをしておられる方、それぞれの健康法があります。やはり1番大切なものは規則正しい生活を送る事だと思います。

「早起きは3文の得」の諺もあります。早寝早起きをお勧めします。

「健康特需」とも呼べるものがあります。たとえばトマト。2月にトマトがメタボリック症候群の改善に役立つとの健康報告が発表されるや、ジュースなどの加工品まで品薄状態となりました。トマト人気はその後も続いて、関連メーカーはどんどん売り上げを伸ばしました。インフルエンザの予防効果があるとされたヨーグルトも、店頭から姿を消す騒ぎになりました。もともとトマトもヨーグルトも、健康維持に役立つものですから、一時的なブームではありません。そして、この頃は塩麴が人気です。また、節電の夏二年目の今年は、熱中症対策に牛乳が脚光を浴びています。本格的な暑さが来る前に、ややきつい運動を30分行い、直後にコップ1杯の牛乳を飲むと、予防に高い効果があるそうです。牛乳は毎日飲んでおられる方が多いと思います。牛乳などの乳製品は血液量を増やし、体温調節機能を改善するそうです。もともと牛乳、トマト、そしてヨーグルトにしても、体にいい優れた食品です。体は腹8分目の食と、そして適度な運動を守るのが第一です。

節分の鯛と巻き寿司、土用の鰻、冬至の南京、半夏至の蛸と饅頭など、食べ物にまつわる諺が多くあります。食べないより食べた方がいいかもしれませんが、食べなくても変わりがないかもしれません。自己判断で宜しくお願いします。





◎ニコニコ箱

福富 経昌 委員長

- ・誕生日 自祝
- ・楽しい例会、仲間に出会える楽しみ
奉仕の出来る喜びに 感謝
- ・家内が退院できました 感謝
- ・皆様のご協力に感謝
- ・なには、ともあれ感謝
- ・おいしい焼鳥を食べて来ました 感謝
- ・地区新世代ワークショップ°無事終わりました 感謝
- ・早退 お詫び

上田 陽造 君

大西 寛治 君

中原 毅 君

福富 経昌 君

佐藤 多加志君

木村 克己 君

中野 秀一 君

中原 毅 君



2011～2012年度インターアクトクラブ 於:舞浜スポーツアイランド

6月3日(日)に2011～2012インターアクトクラブの“新入生歓迎会”及び“地区委員、正副委員長、クラブ顧問合同会議”が行われました。





「東北大震災の現状について」

大矢 克巳 会員

7月上旬に、橋本委員長より東北にメイクアップに行こう、の号令の基。8月10日に、橋本委員長を団長に田川委員長・木村委員長・大矢で、この日程で例会を行っているクラブが、塩釜東ロータリークラブでした。

例会中、最初は和やかな雰囲気の中、震災の話になりますと今頃何をしに来たのと言う話や、義援金のお金より人ですと前会長に言われ考え深き物、又いかに行動が遅いかと痛感しました。塩釜東ロータリーのメンバーの方々も、新築の家屋を流された方、工場を流された方、会社の寮を流された方、震災後5ヶ月でもあちらこちらで地震・津波の爪あとを目の当たりにする事になりました。

しかしながら、4月28日に老人福祉施設「清楽苑」の贈呈式、29日のなのはな丸の就航式と、1年足らずで、かなりの復興を遂げられておられました。あるメンバーの方が、この震災で多大な被害を受けましたが、この1年色々な経験ができ楽しかったと言っていました事が、何か残る物がありました。今後も、塩釜東ロータリークラブとは色々な面で協力をさせて頂ける関係を継続して頂きたいです。





「2012～2013年度第2回クラブ協議会」

於：5月29日大東市民会館



2012～2013年度
第3回クラブ協議会のお知らせ

日 時： 2012年6月26日（火）例会終了後～
場 所： 市民会館 4階 大会議室（例会場）

* ご都合の悪い方は、副委員長の出席をお願い致します。





大台ヶ原山 : 標高 1695m

百名山 91/100

大台ヶ原山（おおだいがはらやま）は奈良県吉野郡上北山村、同郡川上村および三重県多気郡大台町旧宮川村に跨って座す山。深田久弥によって「日本百名山」の一つとされている。日本百景、日本の秘境 100 選にも選ばれている。最高点の日出ヶ岳は標高 1694.9 m で三重県の最高峰である。

頂上が平坦な複数の山からなる東西 5 km ほどの台地状の山塊が存在し、これを大台ヶ原（おおだいがはら）と言うこともある。このような頂上が平坦で周囲を傾斜が急な崖で囲まれている地形を隆起準平原というが、大台ヶ原は日本では珍しい隆起準平原の例である。

また大台ヶ原は世界的に見ても多雨地帯であり、これが植物や動物など生物の生育と分布に大きな影響を与えている。そのため吉野熊野国立公園のなかでも特に規制の厳しい特別保護地区に指定されている。日出ヶ岳の直下、正木嶺や正木ヶ原ではトウヒの立ち枯れと笹原が見られる。これは、1959 年（昭和 34 年）に近畿地方を襲った伊勢湾台風がそれまで地表を覆っていた森林を破壊し、その木々が流出したことによりそれまで地面に自生していたコケ類が衰退、代わって、ササ類が繁茂し始めたためである。

その笹を主食とするニホンジカの数が増え、針葉樹の実生や樹皮までも採食するといった複合的な要因によって現在の環境に至っている。環境省ではシカが環境に与える影響が大きいとして個体数の調整（捕獲）を実施してきているが、自然保護団体からは、シカと環境変化の因果関係は不明であり駆除を行うべきでないという意見も出ている。

また、オオルリやコマドリ、コノハズクなどの野生生物の生息地として重要であるため、面積にして 18,054 ha が国指定大台山系鳥獣保護区（大規模生息地）に指定されている。うち 1,403 ha は特別保護地区である。



大山 : 標高 1710m

百名山 92/100

大山（だいせん）は、鳥取県のおもに大山町にある標高 1,729m の火山。鳥取県西部の旧国名・伯耆国の名称を冠して伯耆大山（ほうきだいせん）とも呼ばれる。

古来より日本四名山に数えられた。また、登山家深田久弥選出の日本百名山の一つであり、日本百景にも選定されている。

大山は中国山地から離れた位置にある火山。最高峰は標高 1,729m の剣ヶ峰（けんがみね）で、これは中国地方の最高峰でもある。石川県の白山から島根県の三瓶山、大分県の由布岳・九重山に連なる大山火山帯の名前の由来となった火山（ただし、現在はこのような火山帯の区分は使われておらず、大山は西日本火山帯の一部とされている）。山体は東西約 40km、南北約 35km、総体積 120km³ を越える。

なお、大山とは一般的に主峰の剣ヶ峰～三鉢峰と外輪山の烏ヶ山・野田ヶ山・矢筈ヶ山・甲ヶ山・勝田ヶ山・船上山を総称しての名称でもあるが、岡山県側にある擬宝珠山・蒜山（上蒜山、中蒜山、下蒜山）・皆ヶ山なども含めて表すことも多く、専門家は同じ山系として位置づけている。現存する大山に関する最も古い記述は『出雲国風土記』の国引き神話で、三瓶山と同様に縄を引っ掛けて島根半島を引き寄せたとある。『出雲国風土記』中には「火神岳」（ほのかみだけ）と記されている。

