

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？



創立 1967年12月26日

- 会長 藤本 和俊
- 幹事 高島 登
- 会報委員長 松原 清一

2012年~2013年度
国際ロータリーのテーマ

奉仕を通じて 平和を

国際ロータリー会長
田中 作次

平成 25 年 5 月 28 日

No.2206

H25.5.21(No.2205 の例会記録)

今週の卓話 (5月28日)

「縁 尋」

徳山 泰之 会員

次週の予定 (6月4日)

「雑 感」

上田 陽造 会員

先週の例会報告

◆ 出席報告 (5月21日分)

会員数 44名 出席数 35名 欠席者 2名
特定免除 7名 その他免除 名
出席率 94.59%

前々回5月7日分

ホームクラブの出席者 36名 97.30%
メイクアップの結果 36名
特定免除 7名 その他免除 0名
欠席者 1名 修正出席率 97.30%

ロータリーソング

「四つのテスト体操」「それでこそロータリー」

ニコニコ箱

後面に記載



皆さんこんにちは。

先週は第4回・第5回と1泊2日でゴルフ同好会のコンペが大変和やかな雰囲気の中で開催されました。両日とも天候にも恵まれ、初日に私が、二日目には田川会員が優勝の栄光に輝いた訳ですが、月並みではありませんが、ゴルフは同伴するメンバーで大いに



刺激を受けるスポーツだと、改めて感じる事ができました。中嶋さん、大東さん有難うございました。高島幹事には、ご迷惑をお掛けしました。また、最終会まで素晴らしい運営をして頂きました東村委員長には、大変感謝申し上げます。有難うございました。そしてなんと言っても岡本先輩には大変失礼かと存じますが、御年77歳で2日間立派にプレーされる姿には敬服致します。私も先輩の年齢になっても元気にラウンドできるように、健康には精進致したいと思います。しかし日頃よりの不健全な生活の積み重ねで、このようなメタボな様相であります。

そこで健康について考えてみますと、日本人の死因の約六割はがん、心臓病、脳卒中が三大死因と言われており、私たちの健康を脅かしています。その中で一番多いがんのリスクは、五つの生活習慣を実践すると減少するという研究結果が国立がん研究センターでまとめられています。

この調査は、90年代後半に45～74歳だった7万8千人（男性3万7千人・女性4万1千人）を06年まで追跡し、生活習慣とがんの発生率との関係を調べました。その結果として、禁煙・節酒（1日日本酒1合以下を週6日以内）・塩分控えめの食事（たらこ4分の1腹を月1回程度）・活発な運動（1日に男性でスポーツ1時間以上、女性で立ったり歩いたり3時間以上）・適正な体重（体格指数、男性で21～27女性で19～25）このうち、2つを実践しているグループは、ゼロまたは1つだけ実践しているグループに比べ、がんのリスクが男女共14%低下。五つすべてを実践すると、男性で43%、女性で37%低下することがわかりました。

つまりこの五つの生活習慣を実践することで、少しでも病気になるリスクが下がっていくことが実証されています。言うは易く行うは難しと云いますが、何も努力せず、突然健康になるわけではありません。一に適度の運動、二にバランスのとれた食生活で日々の生活を改善して、先輩たちのようにいつの年代になってもゴルフが楽しめるように、目的を持って励んでいきたいと考えています。





◎ニコニコ箱委員会

中野 秀一 委員長

- ・入会記念日 自祝 大川 真一郎君
- ・入会記念日 自祝 木田 眞敏 君
- ・入会記念日 自祝 空門 満也 君
- ・結婚記念日 自祝 田中 祥介 君
- ・結婚記念日 自祝 杉原 巨峰 君
- ・東村キャプテン大変楽しいコンペ一年間ありがとうございました
おかげで良き親睦がはかることが出来ました
第4回コンペ優勝いたしました ありがとうございます 藤本 和俊 君
- ・東村ゴルフ委員長お世話になりました 感謝 上田 正義 君
- ・ゴルフ会お疲れ様でした 東村キャプテン1年間ありがとうございました
高島 登 君
- ・ゴルフ参加出来ず すみませんでした 小川 芳男 君
- ・東村キャプテンご苦勞様でした 感謝 大東 弘 君
- ・ゴルフ優勝しました 感謝 田川 和見 君
- ・ゴルフコンペ！！東村キャプテンお世話になりありがとうございます
杉原 巨峰 君
- ・武将いや無精ヒゲ？東村 GLF 委員長お疲れ様でした 佐藤 多加志君
- ・Hotei さんのコンサートに行つて来ました 感謝 木村 克己 君
- ・皆様のニコニコに感謝！ 感謝 中野 秀一 君
- ・ゴルフ同好会無事終了しました 皆様ご参加有難うございました
又、藤本会長、高島幹事お世話になり有難うございました 感謝！！
東村 正剛 君
- ・RC コンペ東村君ご苦勞様でした
会長幹事激戦をありがとう 感謝 中嶋 啓文 君
- ・東村ゴルフ委員長、会長、幹事楽しいゴルフ旅行を
ありがとうございました 感謝 間 紀夫 君
- ・東村ゴルフ委員長、お世話さまでした
木村さん、杉原さん同乗ありがとうございます 東野 喜次 君





◎ゴルフ同好会

東村 正剛キャプテン

先週5月15日～16日と1泊2日でゴルフコンペを開催いたしました。15日は東条ゴルフクラブにて参加者11名、16日は関西ゴルフ倶楽部にて参加者15名でした。15日優勝者は藤本会長、16日は田川会員でした。



◎新世代奉仕委員会

田川 和見 次年度委員長

2013～2014年度 少年少女ニコニコキャンプが開催されます。

『開催テーマ 夏だ！わいわい友達と思い出つくろう！』

■開催日：2013年(平成25年)

8月2日(金)～8月4日(日) 2泊3日

■場所：紀泉わいわい村

〒590-0511 大阪府泉南市信達葛畑207番地

■申込方法：児童、ロータリアンは事務局までお申し込みください。





「日本経済の今後の課題とアベノミクスと政権の筋道」

池田 實 会員

本日は卓話を担当させて頂く池田です。

日頃は、ロータリーの皆様にお世話になりありがとうございます。ロータリーは、出席から、そして親睦をはかる事が入会させてもらって 37 年いつでも感じています。皆様のお蔭で本日はあると思っています。



人間は(1)に健康 (2)に健康 (3)に健康 (4)は財布の健康を大切に、いつも明るく、いつも元気でいつもやる気満々で生きる、そしてストレスの溜めない人生を進む事が、健康の源泉だと私は思っています。

<アベノミクス 3本の矢>

◆デフレ脱却へのシナリオ

- ①金融緩和 政府・日銀共同声明 2%の物価目標
→経済財政諮問会議 6月に「骨太の方針」
- ②財政出動 15カ月予算 (13.1兆補正+92.6兆当初予算)
→13年度経済見直し (名目2.7%・実質2.5%)
- ③成長戦略 →産業競争力会議 (日本経済再生本部)
6月に産業再興プラン、国際展開戦略





<国力回復への筋道>
= 「明るい明日」のために =

◆国力を分解してみると――

- | | | | | |
|--------|----|------|----|------|
| ソフト力 | ←← | 経済力 | ←← | 政治力 |
| ①文化力 | | ④産業力 | | ⑧統治力 |
| ②情報発信力 | | ⑤地域力 | | ⑨外交力 |
| ③技術力 | | ⑥金融力 | | ⑩軍事力 |
| | | ⑦財政力 | | |

文化技術大国 ←← 経済大国 ←← 軍事大国

☆目標設定／富の創造／負担の分担／強さの伸長／世界に飛躍／

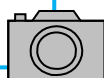
人材の育成・活用／政治の安定――

以上

本日はありがとうございました。



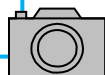
和歌山の海も黒潮が近づくと青く透き通った海になります。1月16日に行った南部 なかなかお目にかかれない透明度でした。
写真は割れ目に群れるハタンポです。



割れ目に群れるハタンポ



和歌山みなべの名物で沖合のポイント ショウガセの水深 40m のところに居ます。
本来はもっと深いところにしかいないのですが、肉眼で見れる深さは世界でここだけです。
蛍光色で妖艶に光ってます



オオカワリギンチャクの群生

