

吹田西ロータリークラブ

国際ロータリー第2660地区

ウィークリー 2021-22



創 立 1980 6 12

例会場

〒564-0051 吹田市豊津町9番40号 カリーノ江坂1階 TEL06-6338-0832 FAX06-6338-0020 事務所

URL http://www.suita-west-rc.org E-mail src@jasmine.ocn.ne.jp

新大阪江坂東急REIホテル TEL06-6338-0109 例会日 毎月曜日 18:00~19:00

幹事:木下基司 会報委員長:木田昌宏 会長: 杦本日出夫

4つのテスト 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

本日の例会

第1815回例会 令和3年7月26日 今週の歌 「我等の生業」 話「前年度幹事報告」 卓

> 木田 昌宏 直前幹事 「前年度会計報告」

亘 直前会計 近藤

「今年度予算案」

坂本 一成 会計

前回の記録

会長挨拶

杦本会長

今日は少しだけお得な話題をお届けします。 笑いは痛みを和らげ、免疫力を高めるようです。

私たちが笑ったり、泣いたり、眉をひそめる際に使 う筋肉は、脳内の感情中枢と連携していて、笑うと、 脳内の幸せ中枢が刺激され、辛い痛みを和らげたり神 経を落ち着かせる、エンドルフィンが分泌されます。

笑うことでエンドルフィンが分泌されると、すぐに でも気分が高まるのがわかります。笑いがもつ癒しの 効果を、私たちは理屈ではなく直感的に知っていま す。エンドルフィンは私たちの体に生まれつき蓄えら れている鎮痛剤なのです。面白い映像やジョークで 笑った人たちは、そうでない人と比べて痛みを感じに くいということが多くの研究から判明しています。

研究によると、笑いは免疫系の感染と戦う能力を高 め、高齢者の記憶力を改善し、うつ病の治療に効果が あることが明らかとなっています。また笑うことで放 出されるドーパミンは、病気から体を防御するための メインとなるNK細胞(ナチュラルキラー細胞)の作 用を促進します。ポジティブな考えは、体全体の免疫 力を向上させることができる神経ペプチドをも放出し ます。

笑いがストレスを軽減する仕組みが有ります。エン ドルフィンは痛みを和らげる一方で、ドーパミンの分 泌も促進する。この幸せホルモンは、不安感やストレ スを軽減し、気分を良くしてくれます。笑いはストレ

次回の例会

第1816回例会 令和3年8月2日 今週の歌 「君が代」「奉仕の理想」 話 「クラブフォーラム(クラブ奉仕)| 卓 清水 良寛 クラブ奉仕担当理事

スのホルモン、コルチゾールの値を下げ、ストレスを コントロールしてくれます。

笑いの中でも特に陽気で楽しい笑いは、心臓や肺も 刺激してくれるので、運動するのと同じように肺を 広げ、私たちの細胞により多くの酸素を与えてくれ る。これにより血圧が下がり、結果として全身がリ ラックスします。

作り笑いでもどうやら効果はあるのだそうです。イ ンスタに載せるための作り笑いも本当の笑いと同様の 効果があるとのことです。

体は作り笑いと本物の笑いを区別できません。作り 笑いでも、本当に笑っているのと同じように顔の筋肉 の位置を受け入れます。作り笑いや、笑っているフリ をするエクササイズを取り入れるヨガのクラスもあり ますが、クラス参加者はすぐに心から笑い始めます。 誰かが笑っているのを見ると、つられて笑ってしま う、連鎖反応があるからです。

と言うわけで、会員の皆さんも、大いに笑って過ご しましょう!

タイプ ゲスト紹介 親睦活動委員会 瓜生会員

本日のお客様は、例会見学として瀧川秀記様です。 本日の例会をごゆっくり楽しんでください。

幹事報告

木下幹事

- 1. 本日、お試し参加にお越し頂きました滝川秀記様 です。改めてご紹介させて頂きます。ロータリー クラブをお楽しみ下さい。
- 2. 次に来週7月26日は、今年度第5回(7月度)理 事会が例会終了後に開催されます。今年度理事並 びに役員の方はご参集頂きますよう、宜しくお願 い申し上げます。

- 3. 「地区ホームページ閲覧用パスワードのご連絡」についてという文書を配付致しました。地区ホームページを閲覧して頂くにあたり、ロータリーメンバー専用情報を提供するページをご覧頂く際に、アクセスを制限するためのパスワードが設定されたそうです。因みに、現在制限されているのは1)地区内行事記録動画と2)2021-22年度のための地区研修・協議会のみです。
- 4. 先週お伝え致しました、空位になった2023-24年 度ガバナー(今年度のガバナーノミニー)の選出 についてです。無事決まり、大阪大淀RC延原健二 会員が指名された旨、地区より連絡がありまし た。お伝え致します。
- 5. 7月22日(木)は「海の日」、23日(金)は「スポーツの日」の祝日で事務局もお休みになります。次回7月26日第1815回例会をZoom参加される方・欠席される方は、(今話題のフードロスとなり)東急さんの食事が無駄になります。早めのご連絡を幹事の木下または事務局までよろしくお願い致します。

また、この為、7月21日(水)は事務局 久田さん が出勤されます。(本来、休所日)

8月のどこかで代休予定ですので、その際は幹事報告で通知致します。

恕 出席報告 出席委員会 本田委員長

●会 員 数 43名 出席会員数 39名 (内Web出席 3名)

●来 客 1名 本日の出席率 100%

油 米山記念奨学会委員会 近藤委員長

7月12日 木田会員·瓜生会員·榎原会員·井伊会員· 西村会員·髙木会員

7月19日 田中会員・長屋会員・伊藤会員・近藤会員 より特別寄付をいただきました。ご協力ありがとうご ざいました。

油 ロータリー財団委員会 仁科委員長

7月12日 島倉会員・榎原会員・井伊会員・田中会員・ 橋本(幸)会員・瀬川会員

7月19日 坂本会員・近藤会員・佐藤会員 より特別寄付をいただきました。ご協力ありがとうご ざいました。

な ニコニコ箱

清水大吾副SAA

- ●伊藤会長エレクト 今年度もよろしくお願いします。
- ●本田会員 奥様の誕生日お祝いありがとうございます。
- ●佐藤会員 オリンピック開催を祝して!
- ●近藤会員 米山奨学金、今年度よろしくお願いします。
- ●塚脇会員 7月22日よりレストランのディナー営業 を再開する事に致しました。どうぞ宜しくお願い致します。
- ●佐々木会員 今年度よろしくお願いします。

本日のニコニコ箱 18,000円 累計のニコニコ箱 191,000円

新年度理事挨拶

橋本 徹也 SAA

副SAA 清水大吾、島倉 勝、瓜生晴彦、この4人で運営していきます。

吹田西ロータリークラブ細則では、第4条役員の任務 第6節 会場監督 (SAA):会場監督は、次の職務を行うことをもって任務とする。

- (a) 本クラブの年次総会及び例会のために、会合場の 設営、会員の食卓指定、食事の手配及び会場の秩 序の維持にあたること。
- (b) 本クラブに属する什器備品及びニコニコ箱等の会合場における管理及び運営に当たり、ニコニコ箱に収納された資金を点検しこれを会計に引き渡すこと
- (c) その他通常その職に付随する職務及び会長又は理事会によって定められた職務を行うこと。
- ★前年度SAAの塚脇委員長から座席表の件、出席確認の件、料理の内容の件、など申し送りを受けました。
- ★会長からは、ニコニコ箱150万円、一人月3,000円、 無断欠席の撲滅、配席を工夫し楽しい例会を、規律 正しい例会を、の指示を受けております。

★今年度のSAAの方針

RI会長テーマ・当クラブ会長方針に従いクラブを 盛り上げていく。

第1に、会場の新型コロナウイルス感染予防対策を ホテル側と協力し合い講じる。そして、副会長、幹 事、親睦委員会と協力し合い、会場監督として、楽し さの中にも厳粛な例会を目指す。

★具体的計画

- ・例会場での新型コロナウイルス感染予防対策を講じる。
- ・例会場への入場、退場許可。例会場の開門、閉門。 運営等の時間管理を行う。
- ・例会場の秩序を乱す行為に対する警告。厳粛な例会 管理を行う。

- ・例会場の座席の指定、食事の献立等親睦委員会と共 に、楽しい例会を設営する。
- ・ニコニコ箱の目標を150万円とし、達成できるよう 努力する。

卓話台の飛沫防止パネルと発表用マイク用パネルを 購入させていただきました。

テーブルの配席は、1か月ごとに替えていく予定です、現在は、委員会グループで構成しています。1か月ごとにお楽しみください。

コロナの対策ですが、受付で体温を計っていただき、手を消毒して入場してください。

1年間例会を楽しみましょう!

新年度理事挨拶 木下 基司 幹事 (小林国際奉仕担当理事の代理挨拶)

今年度は、2007年より行っております友好クラブナコンパノムRCとの共同事業でありますCWP(CLEAN WATER PROJECT:クリーンウォータープロジェクト)定義:<タイ国東北地方のナコンパノム県の小・中・高学校へ冷却装置付き飲料水浄化装置設置事業>も14年目を迎え、地区補助金は使用せず、クラブ拠出金のみでして一校へCWPを実施したいと思っております。審議書と予算書を来週開催の理事会へ提出し、ご審議頂く予定です。

姉妹クラブのコロンボセントラルRC (CCRC) との共同事業は未定です。

【今年度の基本方針】

- ●姉妹クラブのCCRCとは何らかの共同事業を行う。 友好クラブのNPRCとはその関係を継続し、前述の CWPを行う。前者CCRCとは、先方の要望を検討 して実行の可否を決める。
- ●新型コロナウイルスのワクチンや治療薬が効果的に 普及してもコロナ以前の生活に戻れるかどうか不明 な現状で、相互訪問等の交流が難しくなることも考 えられる。新たな国際奉仕のあり方を検討し、将来 の事業活動の実行方法を模索する初年度としたい。
- ●国際大会については、慎重に検討せざるを得ない。【具体的計画】

事業実施の現地への代表団派遣は無理と思われるので、インターネットを利用した会議や現地事業の中継を前向きに検討する。

予算 合計¥700,000

¥450,000・CWP NPRCと共同事業 (含: 現地コーディネーティング費用)

(NPRCの事業については円安のため10%の予算増加を見込んでいます。)

¥250,000 · CCRCと共同事業

新年度理事挨拶

瀬川 昇 青少年奉仕担当理事

3つの委員会に分かれておりますので一つずつ説明 させていただきます。

まずは青少年奉仕委員会ですが、副委員長に紙谷会員、委員に荻田会員をお迎えしております。活動方針としまして、会長の基本方針である「奉仕しよう地域の人達を豊かにするために」に基づき、青少年との交流・奉仕を通じて、青少年の人間的成長を支援すると共に、地域社会に貢献すること。とさせていただきました。

具体的計画としまして、

思います。

- ・大相撲木瀬部屋の力士と共に地元の幼稚園・小学校に訪問し園児・児童との交流活動を行う。この木瀬部屋の交流につきましては過去6回開催しております。過去の開催については後でご紹介したいと思います。
- ・ライラ・ニコニコキャンプへの参加協力推進。 コロナ禍で昨年は中止になりましたので状況を見て ということになります。
- ・大阪学院大学ローターアクトクラブ設立の支援及び 検討を行う。 こちらはコロナの影響で学生が集まって何かをでき る状態になれば検討という形で進めてまいりたいと
- ・吹田ローターアクトクラブへの協力を推進する。 こちらについては合同例会を開催できないかなど検 討を進めてまいります。

次に米山記念奨学会委員会ですが、委員長に近藤会員、副委員長河邊会員、委員に髙木会員となっております。方針としまして、大阪大学スリランカのワッツァラさんに連絡、案内(2021年9月迄)月初めの例会に参加していただき、卓話をお願いする。2年目でもありますのでさらに交流を深めていく様努力してまいります。

- ・一人30,000円の米山記念奨学金の寄付に対する理解 を深めて全会員の寄付を目標としています。
- ・9月以降の米山奨学生を受け入れる体制づくりを充実させる。

最後に青少年交換委員会ですが、長屋委員長、橋本 芳信副委員長、由上委員というメンバーになっており ます。方針としまして、海外への学業研修希望者がい るかどうか確認し、希望者がいれば、対応する。

- ・当クラブならびに地域でホストファミリーを募集する。
- ・希望者と面談し、クラブの承認を得たうえで、地区 への申請手続を行う。

となっておりますが、こちらもコロナ禍の状況を踏まえて検討するとさせていただきます。

青少年奉仕委員会の引継ぎに当たりまして、前任の



奉仕しよう みんなの人生を豊かにするために

Rotary



仁科会員から過去の委員長からの引継ぎファイルを5冊(5年分)いただきました。この青少年奉仕委員会のメインの事業としましては、木瀬部屋の力士との交流事業でありますが、ここで過去の事業を振り返ってみたいと思います。

平成27年2月26日 豊津第二小学校(1~2年生) 紙谷委員長 田中会長 青少年奉仕事業として初めて行われた。

平成28年2月29日 豊津第一小学校 阿部委員長 青木会長

平成29年3月2日 吹田南小学校(1~6年生) 杦本委員長 井伊会長

学校からの強い希望があり、全校生徒となった。 前半 $4\sim6$ 年 後半 $1\sim3$ 年

平成30年2月28日 千里第三小学校 ($5\sim6$ 年生) 310人 近藤委員長 荻田会長

6年生もサプライズで是非ということになった。 平成31年2月26日 吹田第二小学校 全学年360名 本田委員長 大藤会長

令和2年2月27日 千里山グレース幼稚園 全園児288名 清水委員長 橋本会長 初の幼稚園開催 コロナ禍に注意してハイタッチ等 はなしで行われた。大変盛り上がった。

令和3年 コロナ禍のため大阪場所中止 (青山台小学校予定)

(当日の内容)

木瀬部屋の力士の自己紹介 木瀬部屋の力士による相撲演技 児童と力士の対戦(先生含む) 力士への質問タイム 児童・力士とハイタッチ、記念撮影 目録の贈呈 サイン色紙など

(力士への質問)

ごはんはいつも何杯くらい食べていますか塩をまくのはなぜですかなぜ髷を結っているのですか体を作るのに苦労したことはありませんか一日どれくらいけいこしますかどうして相撲を始めようと思ったのですか

今年度はどういった形になるかはこれからでありまして、大阪場所の開催があるのかなどコロナの状況も見ながらとなりますが、状況に応じて対応したいと思います。

一年間どうぞよろしくお願いします。



橋本 徹也 SAA



木下 基司 幹事



瀬川 昇 青少年奉什担当理事

御 ホテルPR

塚脇会員

コロナ禍において暫く休業をしていたレストランのディナー営業を<u>7月22日(木)</u>から再開することに致しました。会員の皆様には、引き続きご愛顧下さいますよう、どうぞよろしくお願いします。



- ・焼きナスと生ハムのサラダ仕立て
- ・鰆とトマトソースのフィルム包み ハーブバター風味
- ・大阪産小松菜のケーキ 抹茶クリームと共に
- このメニュー好評でした。記念に写真を残しました。