

INACHO ROTARY WEEKLY NEWS

事務所：長野県伊那市狐島4288番地 電話 0265(76)5858 例会日：毎週火曜日 例会場：海老屋料理店 0265(72)2158
 会長：小川秋實 副会長：唐澤敏治 幹事：小向誠一



2014-2015 国際ロータリーのテーマ

ロータリーに輝きを

Light up Rotary

2014-2015 RI会長
 デイリー-C.K.ホアン
 台湾台北



第1301回 例会 平成27年3月3日(火)

■ 点 鐘 12:30



■ ソング 君が代・奉仕の理想・四つのテスト 大谷智鶴ソングリーダー

■ 会長談話 小川秋實会長



今日は「ひな祭り」です。ひな人形を飾って女の子のすこやかな成長を願う祭りです。ひな人形は、娘の身代わりとなって厄を受けるとされています。「男びな」と「女びな」の日本古来の並べ方は左上位で、向かって右に「男びな」を置きます。昭和天皇が国際マナーに従って右上位にしたので、向かって左に「男びな」を置くようになりました。しかし、京都などでは古来の並べ方をしています。「ひな人形は早くしまわないと嫁にいきおくれる」といわれます。厄を移した人形をいつまでも身近に置くと幸せな結婚ができないということです。てっとり早く片づけるには、人形を裏向きにすればよいとの話です。

* * *

最近健康ブームで、「血圧が高めの方の食品」、「体脂肪が気になる方の食品」など、健康に良さそうな食品が氾濫しています。法律に「健康食品」という定義はないので、メーカーが効果があると称しているだけです。効果があいまいな食品が多いので、国は効果と安全性が確認された食品を「特定保健用食品」、略して「トクホ」としてお墨付きを与えました。「トクホ」にはトクホマーク（人が両足を開いて万歳をしている）がついています。

「トクホ」は、科学的に効果と安全性を証明した結果を学術誌に発表したうえで消費者庁から承認を受けたものです。しかし、健康への効果は、あるにしてもごく僅かです。しかも、食品は病気の予防や治療に効果があるとは表示できません。病気に効果がある成分が入っていれば医薬品になるからです。「脂肪の燃焼を促進する」という飲料は、おにぎり一口分か二口分の効果がありますが、これを飲み続ければメタボを解消できるということはありません。医薬品の代わりになるような効果はないということです。「トクホ」以外の健康食品は、効果や安全性が全く分かりません。

「サプリメント」は、法律の定義はなく、特定の成分が濃縮された錠剤やカプセルのものを称しています。医薬品と間違われやすいですが、医薬品でなく食品です。このうち、国が認めているのは「栄養機能食品」で、ビタミンやミネラルの含有量が基準を満たしているものです。病後や偏食のためビタミンやミネラルが不足する場合に効果がありますが、通常の食事をしていない人では不要です。たとえ服用しても、より健康になるということはありません。アメリカからの報告では、サプリメントは健康効果がないばかりか、むしろ健康に害がある可能性が高いとされています。

健康ブームに乗って、健康食品が持てはやされていますが、それで健康が維持できると考えるのは誤りです。バランスの良い食事をしていることが肝心です。

■ 委嘱状伝達式

国際ロータリー第2600地区2015-2016年度 青少年奉仕委員会
インターアクト委員会委員 矢野昌史会員へ



■ 慶 祝

3月誕生日祝い ・下井達典会員 ・馬場秀則会員



■ ニコニコボックス

◆小川秋實

今日はひな祭りです。会員各位の娘さん、孫娘さんの健やかな成長をお祈り致します。

◆唐澤千明

いよいよ3月です。暦のうえでは春ですが、まだまだ寒さが続きます。皆さんお体に気をつけて下さい。

◆伊藤幸明

日曜日、内孫 明生(メイ)の初節句があり昼から飲みすぎました。

(発表 伊藤幸明委員長)

■ 幹事報告

小向誠一幹事 幹事報告は別紙をご覧ください。

■ 委員会報告

・2月28日(土) 次期地区チーム研修セミナーの報告 矢野昌史次期地区インターアクト委員

第1回次期地区チーム研修セミナー報告書

〔PETS及び地区研修・協議会の為の地区指導者打合せ会〕

日時 2015年2月28日(土) 10:30~18:00

会場 松本キッセイ文化ホールにて



○望月ガバナーエレクトよりRIテーマ及び地区方針の説明内容

・第2600地区においては会員数がピークの時は3,200名余であったが、現在では

2,000名を割っている状態なので、事業費や運営費を減額するなどの手段をとらなければならない。

・会員の減少に対応する為に体力に見合った事業、予算、組織を考える。「地区大会」、「地区研修・協議会」の経費等の大幅な見直しが必要である。

○地区青少年奉仕部会の事業計画について

・海外研修は、地区行事として行わない。海外研修を実施する場合は提唱クラブの負担で行う。

・青少年短期留学制度(1ヶ月)インターアクトに勧める。・・・8月

・クラブ員で高校卒業後もインターアクトクラブにサイド参加できる制度を作る。

・各インターアクトクラブの年間活動の表彰制度を設ける。

・3月1日(日) 小坂前伊那市長叙勲受章祝賀会の報告 小川秋實会長

3月1日 JA上伊那本所フラワーホール

参加者は、宮下一郎代議士、山浦愛幸・県経協会長、ほかの来賓、県議、元・現市議、医師会関係者、広域連合関係者、市商工会関係者、JA関係者、元・現市職員など、計254名。白鳥孝・発起人代表から、小坂氏が市長在任中に、伊那中央病院の開院、「いなっせ」ビルの建設、市町村合併を実現させた功績の紹介があり、続いて来賓祝辞、花束・記念品贈呈、小坂氏から謝辞があった。祝宴では、参加者間で活発な交流が行われた。なお、伊那ロータリークラブは、この祝賀会と合同例会にして会員が参加した。

・「ロータリーの友」3月号紹介 雑誌担当 宮澤友浩会員



横組み

- ・6月6日 ブラジルサンパウロにて国際大会
- ・3月 ロータリー識字率強化月間の取組紹介 (P7~13)
- ・3月9日~15日 世界ローターアクト週間の活動紹介 (P14~18)
- ・東日本大震災から4年。各地のロータリークラブの取組 (P19~22)
- ・各地、ロータリーデーの取組紹介 (P23~25)
- ・国際ロータリー会長エレクト紹介 (P26~30)

- ・2015年国際協議会レポート (P31~36)
- ・山椒は小粒でもぴりりと辛い。小さなクラブ各地の取組 (P37~41)
- ・その他 米山記念奨学会、各地区ガバナーの紹介

縦組み

- ・「和魂和才」寺澤捷年氏による健康エッセイ (P4~7)
- ・兵庫県宝塚市、宝塚3ロータリー紹介 (P9~12)
- ・その他 友愛の広場、卓話の泉
- ・ロータリーアットワーク 各地のロータリークラブの活動報告

■ 出席報告

会員数34名 出席免除会員8名 長欠会員2名 本日出席者22名 事前メイク2名
出席率88.89% 前回出席率 修正なし (発表 平澤理委員)

■ 理事会報告

小向誠一幹事

1. 創立記念例会・観桜会の招待者と記念奉仕事業について
2. 次年度役員・理事及び委員会構成について
3. 次年度の望月ガバナー公式訪問について
4. 3月の行事予定並びにメイクアップ扱いについて
5. その他

■ 次期委員会構成発表

中川博夫会長エレクトより、次年度に向けての挨拶と委員会構成の発表が行われました。

■ 点 鐘

13:30

次回例会

3月10日(火) 点鐘 12:30 場所 海老屋料理店
・卓話 ・支援留学生送別の会