



国際ロータリー 第2660地区

2014-2015年度

2014

八尾ロータリークラブ会報

9/3
vol.54 No.9

国際ロータリー テーマ

**ロータリーに輝きを
LIGHT UP ROTARY**

国際ロータリー 会長 ゲイリー G.K. ホアン
副会長

八尾ロータリークラブ テーマ

**ロータリーの心を実践し
人間力を高めよう**

会長 中川 将

国際ロータリー 第2660地区 テーマ

**ひとりひとりの輝きで、
あなたの地域を輝かそう**
LIGHT UP YAO

国際ロータリー 第2660地区 ガバナー 泉 博朗

SAA委員会

飯田寛光副委員長・

山本勝彦副委員長

9/17 「私の健康法」

濱岡千寿郎会員・

稲田賢二会員

会長の時間

広島では無残な水害被害が出て
然の猛威の怖さをまざまざと見せ
れ、人間の無能さも反省させられ
被害でした。

今日は戸田バスターガバナーの書よ
友粋させていただきます。

「ロータリーは自分を磨くところです」

ロータリークラブに入って何のメリ

「国歌」「奉仕の理想」

▼出席報告

▼在籍表彰

会員特別表彰

在籍30年 坂本憲治会員

在籍25年 寺坂哲之会員

在籍25年 中谷武男会員

会員年次表彰

在籍37年 山本義治会員

在籍21年 小山悦治会員

在籍18年 三宅 博会員

在籍13年 今西敦之会員

在籍 1年 小谷逸朗会員

▼お誕生日お祝い

9/4 村本順三会員

9/12 久尾潤一郎会員

9/17 野村俊隆会員

9/24 吉本憲司会員

▼ロータリーの友紹介

プログラム委員会・

奥谷英一委員長

▼その他の報告

▼会務報告

「会長の時間」「幹事の時間」

▼SAA報告 ニコニコ箱

▼卓 話

「新世代の為の月間に因んで」

青少年奉仕委員会

松井 良介 副委員長

西 秀樹 副委員長

▼閉 会 「点 鐘」

八尾ロータリークラブ 2014-2015年度 会長 中川 将 幹事 吉本 憲司

事務局 八尾市清水町1-1-6 八尾商工会議所2F

TEL 072-991-2129 FAX 072-924-0010

URL www.yaorc.com E-mail info@yaorc.com

例会日 毎週水曜日 午後

例会場 八尾商工会議所3

創 立 1961(昭和36)年3

時30分-午後1時30分

28日

ットがあるのだろうか？最初はだれもがそのように思うのではないか。古い会員に聞けば「ロータリー？出席している内に分るよ」と教えられ。

ある日、腹痛のために欠席しようと思ったが我慢して出席した。昼食も食べられずに残念だったが、多くの会員たちは美味しそうに会食を楽しんでいる。

そこで「ロータリーに毎週出席を続けるには健康が第一だな」と思った。そして「ロータリーに出席するための条件は、健康であること、仕事が順調であること、家庭が円満で有ること、この3つが大切である。

しかも、この3つは人生を支える基盤となることを思えば、ロータリーに出席することは、この3つの大きい人生目標達成につながると思う。毎週親しい友人と語り合う楽しみを見出すことで、最初は苦痛に思うこともあるが、やがて抵抗なく出席することで楽しくなり、時間を守る良い習慣が付いてくる。

人間的魅力とは、自分を鍛え、人を引き付け、動かす力である。

- ① 常識に明るく、辛抱強い人間になること。
- ② 人生の勝負のカギは持続力、良い習慣を養う事。
- ③ 勤勉、注意力、正確さ、時間厳守、迅速さ、正直、公正、誠実、品性、
- ④ 良き出会い、良き師、良き友、は人生の宝。
- ⑤ 人格こそ、生涯通用する宝である。
- ⑥ 現実を理想に重ね合わせる努力、行動も思考も反復こそ力が有る。
- ⑦ 礼儀は生活を潤す、本当の勇氣

は優しさにある。

- ⑧ 人間の価値を決める、「弱者への思いやり」。
- ⑨ 人を動かす話し方を身に着ける、人の話から学びメモを取る習慣。
- ⑩ サービスのSはスマイルのS。

微笑みが人間関係を温かくする。以上の10項目が、私たちが人生を送る上で大切な特性であることは認識しているが、日々の忙しい仕事に追われてなかなか身に付かないものである。

だが、私たちにはロータリークラブが有る。毎週決まった場所で、決まった時間に、多くの友人が待っていてくれる。互いに心を開いて、微笑み、親しみロータリークラブに馴染もうではないか。

「人は人の中で人となる」ここにロータリークラブの素晴らしさが有るのだ。

幹事報告

▼20～22日に「自然の中で」が開催されました。多数の皆様にご参加いただきました。

▼30日に地区の財団セミナーが開催されます。中川会長、吉田・野田会員が出席されます。

▼次週例会後に、理事会を開催します。

▼ロータリー財団から奨学生募集の案内が届いております。推薦される方がおられましたら、お申し出ください。

▼RIの規定審議会が次回は2016年に開催されます。地区への立法案の提出は、10月末が締め切りです。

▼越中八尾RCの野原英一会員が

逝去されました。当クラブからは会長名で弔電を打ちました。

その他の報告

▼野球部・野村 俊隆 会員

本年度のガバナー杯野球大会が来月27日から始まります。皆様のご声援を、よろしくお願いいたします。また部員の方は来週に会費を集めさせていただきます。メンバー以外の方からのカンパも受け付けております。

▼三宅 博 会員

欠席ばかりで申し訳ありません。拉致問題については、9月の第2週に北朝鮮から第1回の発表がある予定です。ここで相当数の被害者が発表されるのではないのでしょうか。その中には八尾の尾上さんも入っているのでは、と期待しています。この問題は私のライフワークですので、今後も頑張っていきます。

卓 話

「健康について」

職業奉仕委員会

▼柏木 武生宜 委員長

私の健康法は努力の必要なものではなく、何の医学的根拠もないものです。あらかじめご了承ください。人から聞いて効果があつたことを、5項目ご紹介します。

1) ユンケル黄帝液

これは疲れたときに飲むと、すぐく効果がありました。それ以来、月に1回程度「ここぞ」というときに飲むようにしています。

2)エビオス

前の会社の上司が「風邪も治る」とおっしゃっていたので、試してみました。本来は胃腸薬ですが、私には効果がありました。

3)みのもんたさんが1回だけ紹介した薬は、便秘に効果があります。

4)花粉症に悩んでいるのですが、ヨーグルトにハチミツを入れて毎朝食べています。これのおかげで鼻水やくしゃみも止まりました。

5)腰痛

ヘルニアで腰痛が一時はひどかったのですが、これには柔軟体操が効きました。といっても、ただ股関節を伸ばすだけのものです。簡単ですが、私の場合は効果がありました。

▼津田 伸一・副委員長

昔の話になりますが30～40年前、胃潰瘍を患い治療していたのですが、なかなかよくなりませんでした。そんなときに「アロエがいい」と聞いて、試してみました。アロエをミキサーにかけて飲むようにしたのですが、実は後でミキサーを洗うのが大変でした。

そこで妻が工夫して、ジュースにしたものを氷にしてたくさん保存してくれたのです。おかげで毎日ミキサーを洗わなくても済むようになりました。

体調の方も、アロエのおかげで良くなっていきました。アロエは生命力があり、当時と比べ今では庭で数十倍にもなっています。

アロエのおかげで黒かった大便の色が、茶色に戻りました。効果を実感しました。その後も調子が悪くなれば、アロエを活用しています。

また私も柏木会員と同様、腰痛に悩まされています。そのためプールで歩いたりしていますが、なかなか行けなくて今は週に1回ぐらいです。

課題は、続けることだと思っています。また、柔軟体操も試してみたいと思います。

▼寺坂 哲之 委員

私は3年前までは、特に健康に気をつけていたわけではありませんでした。医者へはほとんど行かず、成人病の検査にも全然行きませんでした。

それでも会社で行う検診だけは受けていたのですが、ある時、便の潜血検査でひっかかってしまいました。チクチクする自覚症状があったのですが、内視鏡で精密検査をしてみると、結腸に腫瘍が見つかり、がんと言われました。

大きくなってたわりにはおとなしくしていたようで、もうすぐ3年になります。現在はマーカーも低い値で、年1回内視鏡で大腸を見てもらっているのですが、異常無しです。

やはり定期的に検査することは重要です。現在は健康診断や血液検査にも行っています。おかげで風邪もひかずに、元気です。

手術後は5キロほど痩せましたが、それ以外は30年間、体重が変わりません。

食事では毎朝野菜ジュースを飲み、お米を食べるようにしています。またヨーグルトに黒ごまときな粉を入れて、はちみつを加え食べています。

外食が多くならないよう、昼は弁当

を持参しています。夜はビールは1本だけにし、会合等で外食しない限り、規則正しい食生活を送っています。

土、日はゴルフの打ちっ放しに行きます。ゴルフの練習ではなく、運動として行っています。

会社の部屋でもトレーニングをしています。また会社の芝生は、私が管理しています。芝が伸びてきたら、私が刈ります。これも結構、汗をかきます。

自宅ではテレビ見ながら4キロの鉄アレイなどを使っています。

もうすぐ73歳ですが、これといった病気もせず、元気に過ごしています。

▼居相 英機 委員

私も寺坂会員と同年ですが、健康でいるためには、年上の方を参考にさせていただきたいと思っています。当クラブでも、年上で元気な方がおられます。

最近は年齢とともに、朝の目覚めが早くなってきました。寺坂会員に教わり、朝食はヨーグルトに黒ごま、きなこにはちみつを実践しています。また奥谷会員にいい薬を紹介してもらったりしています。

食事は1日2食、朝と夜のみです。

私は左の耳が聞こえにくいのですが、年齢とともに聞こえる音域が狭くなるのは、仕方ないようです。これは補聴器でもなかなか補えきれないようで、聞こえる音域のボリュームを上げるぐらいしかできないようです。テレビのボリュームもだんだん、上がってきた気がします。

今後の予定

月	火	水	木	金	土	日
1	2	3 理事会	4	5	6 地区米山 セミナー	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18 クラブ ゴルフ コンペ	19	20 金光八尾 文化祭	21
22	23	24	25	26	27 ガバナー杯 野球大会	28
29	30	新世代のための月間				

9月

月	火	水	木	金	土	日
		1 ガバナー補佐 クラブ協議会	2 四和会	3	4	5
6	7	8 理事会	9	10	11 秋のRYLA(～13日)	12
13	14	15 ガバナー 公式訪問	16	17	18	19
20	21	22 秋の親睦旅行	23	24	25 台北東RC公式訪問 (～27日)	26
27	28	29	30	31 職業奉仕・米山月間	10月	

10月

数字で言うと、「万」は1日1万歩、歩くのがいいそうです。「千」は千文字書きましょう、ということです。書くことは、いいそうです。私も60歳を過ぎて書き始めたのですが、書くのはなかなか大変です。それでもできるだけ、文字に残そうと努力しています。

ニコニコ箱

▼中川(将)会長 曾爾青少年自然の家、御協力いただいた方々多くの参加者に感謝。教育委員会、先生方生徒諸君も喜んでおられました。会長会、例会終了後3F研修室にて行いますから宜しくお願い致します。三宅先生お久しぶりです。

▼濱岡副会長 よいことがありました。

▼吉本幹事 「自然の中で」お疲れ

様でした。

▼高井・飯田会員 例会欠席お詫び。

▼三宅会員 欠席ばかりして申し訳ありません。本日ようやく出席する事ができました。

▼中川(廣)会員 濱岡さん、山本勝彦さん、お世話になりました。

▼山本(勝)会員 先週の火力演習お付き合いありがとうございます。山陰さんバスの手配ありがとうございました。

▼井川・山陰・澁谷・宮川会員 山本勝彦さん、お世話になりました。

▼菅野会員 明日良い事がありますように。

▼稲田会員 山本勝彦さん、大変お世話になりました。総火演楽しか

ったです。

▼柏木会員 本日卓話よろしくお願います。曾爾高原お疲れ様でした。

▼松井会員 曾爾高原お世話になりました。

▼野村会員 山本勝彦さん、いろいろお世話になりました。ありがとうございます。山陰さんありがとうございました。

▼西村会員 今西さん、西さんをはじめ先週の山登りではお世話になり有難うございました。

本日の合計 60,000円

累計 865,000円

今期の目標 3,500,000円



八尾RC Facebookページ www.facebook.com/yaorotary

出席報告

月日	会員数	出席	(内出席規定適用免除者)	出席率	メイクアップ	確定出席率
8/6	60	34	5	66.67%	7	80.39%
8/20	60	40	5	78.43%		
8/27	60	37	7	69.81%		

八尾ロータリークラブ会報

お気付きの点がありましたら、広報委員会までご一報下さい

クラブ広報委員会

委員長 ▼野村 俊隆 副委員長 ▼田中 康正
委員 ▼中西 啓詞 中谷 武男