

ニコニコ箱

藤田 泰三さん、卓話ありがとうございました。（林 正岳）
藤田本部長様、ありがとうございました。（小林満只）
久しぶりの司会、緊張しました。藤田様、卓話ありがとうございました。（森川圭造）
甲子園、決勝ですね。（江守康昌）
昨日の第3班炉辺会談は楽しい話題で盛り上がりました。座長の谷崎さん、世話役の三宅さんはじめ皆さんに感謝します。（片岡正明）
8月20日、第1班の炉辺会談無事終了いたしました。ご参加頂いた皆様、ありがとうございました。（清水則明）
林会長「ロコモ予防」アドバイスありがとうございました。（高木義秀）

毎回、林会長のQ&Aが楽しいです。ありがとうございます。（中山浩成）
手術後1か月がたって社会復帰しました。久しぶりのロータリーです。（平野洋一）
平野洋一パスト会長様、孫がいろいろとお世話になり、誠にありがとうございました。（宮崎茂和）
清水慶造さん、お葉書ありがとうございます。（山野井秀一）
本日より例会に復帰です。元気いっぱいです。（渡辺和男）
第1班炉辺会談10名"食事を控えて"
（清水則明・辻恵利子・山内鴻之祐・伊藤 昂・村井 勝・野尻章博・林 洋三・小森富夫・鷺田泰紀・竹内正美）
【誕生日御祝】平野洋一
【配偶者誕生日御祝】小谷哲治
【結婚記念日御祝】渡辺和男

各 君

米山奨学特別寄付金

お盆で家族が集い4kgメタボになってしまいました。（林 正岳）
明日「天気の子」13:20の上映時に新海 誠監督が来館されます。おかげ様で満席です。（伊井彌州雄）
言われるがままに。（江守康昌）
藤田本部長、卓話ありがとうございました。（小藤幸男）
藤田様、卓話ありがとうございました。（土肥正彦）
前川委員長と同席させて頂いたので。（中広 久）
同じテーブルの皆様のあたたかいお気持ちに感謝いたします。（前川小百合）
前川さんにせまれて。（村中洋祐）
竹生知子・林 洋三

各 君

ロータリー財団増進特別寄付金

メタボ・ロコモにご注意を。（林 正岳）
天気予報です。私が三国の家に帰るまでは雨は降らないでしょう。（晴れ男より）（宮崎茂和）
世界に何かいい事をしよう。（出雲路康照）
心のままに！（江守康昌）
長男が高校で初めて背番号をもらって来ました。（後藤正邦）
千円札が無くて…。（林 洋三）
角谷恒彦・細江 究

各 君

寄付金の状況

	8月22日分	累計	目標
ニコニコ箱	52,457 円	640,457 円	2,630,000 円
米山奨学金	23,000 円	208,000 円	2,400,000 円
ロータリー財団	19,000 円	178,000 円	3,166,000 円

ありがとうございました。

ビジター受付

■ 8月30日(金) 福井あじさい	ホテルリバーージュ アケボノ 12:00-12:30	■ 9月25日(水) 福井北	ザ・グランユアーズ フクイ 1F カフェテリア 12:00-12:30
■ 8月30日(金) 三国	三国観光ホテルフロント 12:00-12:30	■ 9月27日(金) 福井西	バードグリーンホテル 正面玄関口 12:00-12:30
■ 9月5日(木) 敦賀西	事務局 (敦賀市東洋町1-1 プラザ萬象2階) 12:00-12:30	■ 9月27日(金) 三国	三国観光ホテルフロント 12:00-12:30
■ 9月24日(火) 福井南	織協ビル1F 12:00-12:30		

事務所 〒910-0006 福井県福井市中央1丁目3番1号加藤ビル5階 TEL: 0776-25-0633 FAX: 0776-24-8622
例会場 ユアーズホテルフクイ4F TEL: 0776-25-3200 例会 毎週木曜日12:30～13:30
クラブ会報委員会 委員長: 村上 与司和 副委員長: 角谷 恒彦 委員: 北島 恬・西澤 雄三・寛井 浩一・三宅 典伊・中山 浩成
ソングリーダー: 野尻 章博 サブリーダー: 木瀬 雅博・角谷 恒彦・山岸 靖夫・増田 喜一郎・松田 将裕
ホームページ http://www.fukui-rotary.com/ E-mail info@fukui-rotary.com
創立 1950年(昭和25年)10月15日 RI承認 1950年(昭和25年)12月4日(承認 No.7647)

現在会員数

138名



クラブテーマ: ロータリーを愛そう 地区スローガン: 伝統と革新 世界はひとつ			
理 事		監 事	役員補佐
会長 林 正岳	クラブ奉仕 高木 義秀	監事 菅原 将高	副幹事 田畑 賢一
副会長・会長エレクト 清水 則明	職業奉仕 藤本 潤一	監事 佐々木 知也	副会計 中広 久
直前会長 渡邊 義信	社会奉仕 谷崎 由美子		副会計 渡辺 崇嗣
幹事 清川 卓二	国際奉仕 橋本 泰久		副会場監督 野尻 章博
会計 清水 正一	青少年奉仕 浅井 正勝		副会場監督 萬谷 宏治
会場監督 石丸 敦士	ロータリー財団 細江 究		

8月は「会員増強・新クラブ推進月間」です。- ロータリーの奉仕を通じて、地域社会とのより広く、より深い「つながり」を築きましょう -

本日の例会 2019年8月29日 第3386回

納涼例会（夜間例会 会場；ピリケン本店）

17時30分 登録受付
18時00分 開会点鐘
会長挨拶
委員会報告・幹事報告・その他
歓 談
20時00分 閉会点鐘



今後の予定

- 9月5日(木)
栄誉行事/クラブフォーラム
(片岡 正明 会員)
- 9月12日(木)
カイロス・リーグの説明/
My Rotary の登録
- 9月19日(木)
福井ローターアクトクラブと
合同例会(夜間例会)
- 9月26日(木)
ゲスト卓話
(東京矯正管区矯正就労支援
情報センター
室長 高野 照文 様)

会長挨拶



2019-20年度 会長
林 正岳

本日のビジターは、ゲスト卓話をしていただく藤田 泰三さんです。
清川幹事が、羽水高校PTA会長として、全国高等学校PTA連合会京都大会で受賞される為に欠席です。森川前幹事が代行します。
先週の土曜日に、観戦者は1万人と大盛況のもと、9.98スタジアムでアスリート・ナイトゲーム・イン福井(日本初の試み)が開催されました。男子走り幅跳びで相次いで2人、男子110m 障害で1人、計3つの日本新記録が出ました。男子100メートルの桐生選手は断トツながらも10.05秒でした。9.98スタジアムを、「ニューレコード・スタジアム」と改名した方が、更に有名選手を呼べるのかもしれませんが。来年はオリンピック選手の参戦があるかもしれません。

医療Q&A: 座った位置から立つのが辛い。片足立ちでズボン・靴下が履けない。
福井県の小浜には、八百比丘尼という、人魚の肉を食らい800才迄生きたという神話があります。人の寿命は、まもなく100才、内臓寿命は120～130才と書われていますが、筋・骨格系や認知機能は、100年はとても持ちません。

誰もが介護者となりうる高齢化社会において、他人事と考えるにお聞きください。
メタボ(内臓脂肪過多・肥満)はよく聞く言葉です。それでは、ロコモ(移動能力障害)はご存じでしょうか? ロコモは、2007年の整形外科学会において、武生出身の中村耕三元東大教授が発案されました。似た言葉には、老年病学会におけるフレイル(虚弱)やサルコペニア(筋肉量・筋力の低下)があります。
今回は、ロコモについてお話しします。詳しくはロコモで検索してみてください。
まずはロコチェック7項目 ①片足で靴下履きが困難 ②よくつまずく ③階段で手すりが必要 ④掃除・布団上げ下ろしが辛い ⑤2kgの買物を持ち帰れない ⑥15分間連続で歩けない ⑦横断歩道を青で渡り切れない 以上です。このうち1項目でも当てはまればロコトレを行いましょう。
ロコトレは、①バランス力＝開眼片足立1分間3セット ②下肢筋力＝スクワット6回3セット これだけです。ただしこれは高齢者が行う最低限度の運動です。ご自分の年齢と体力を考慮して好きな運動を続けてください。運動ならなんでも結構です。
今日のポイント:
老化・虚弱は避けることは出来ませんが、運動と栄養は可変的要因です。3か月分の運動の効果は、3ヶ月で半減し、6ヶ月で元戻りです。継続がなにより大切です。

次回の例会 2019年9月5日(木)

■ 会場: ユアーズホテルフクイ
■ 栄誉行事/クラブフォーラム
(卓話者: 片岡 正明 会員)
■ 開会点鐘: 12時30分
■ 閉会点鐘: 13時30分

2019年 8月22日 第3385回

出席報告

● 現在会員 138名
● 出席者 86名
● 欠席者 41名
● 出席免除者欠席 11名
● 今回例会出席率 67.7%

例会修正出席率

8月1日
● メークアップ 25名
● 欠席者 24名
● 修正出席率 81.7%

● メークアップ 飯守 禪・杉本裕之・三浦博樹・西田高宏・竹内宏司・山川泰弘・清水則明・清水嗣能(8/23 福井あじさい)、(8/20 炉辺会談 第1班 10名)、(8/21 炉辺会談 第3班 13名) 各 君

例会報告

♪ロータリーソング♪

本日の食事



松田 将裕サブリーダー



委員会報告

規定・管理委員会 北島 恬 委員長

「規定審議会に関するRI定款改正について」

3年ごとに開催される審議会においてクラブと会員の出席に関する件が改正されたので必要と思われる知っておいていただきたいものだけを通知いたします。

① メークアップについて

他クラブまたはRI・地区からの出席票または出席名簿によりその有効期間がそれ以後1年間有効となりました。

② ただし極端な日時または該当補填例会については、事務処理上で済ませるよう関連委員会または理事会にてお願いいたします

③ メークアップ票は必ず事務所に提出して下さい。地区関係の方とか海外に長期間滞在の方とかお忘れなく。
*RI人頭分担金が3年にわたり50セントづつ上がります。
*会員増強・関連で改正または新職業分類などが考慮されます。

*理事会におけるクラブ定款改定文は整合必要性のため後日いたします。

幹事報告

直前幹事 森川 圭造



① 本日、8月の理事会の議事録を配布しております。各自で確認お願い致します。
② 来週、8月29日は、納涼夜間例会です。場所は、九十九橋ピリケン本店 登録受付 17:30～ 開会点鐘 18:00 となります。浴衣やチャイナ

服でのご参加は大歓迎です。時間と場所をお間違えの無いようにお願いします。

③ お盆前に、福井大学教育学部「学校教育において身につけるべき能力についての調査依頼」FAXをさせて頂きました。また、本日、机にも数枚配布しております。福井の将来を担う教育のためにQRコードを読み込み頂き、ご協力の程、よろしくお願いいたします。

同好会(テニス)

8月25日(日) 今季のテニス同好会が始動しました。

全天候型ドームの中で、汗だくになりながら日曜日の夕方2時間楽しむ事が出来ました。

初参加の、ゴルフ帰りに来ていただいた佐々木知也さん、親子で参加してくれた浅井さんお疲れ様でした。

今後も第2、第4日曜日、皆様のご参加お待ちしております。



ゲスト卓話



自衛隊福井地方協力本部
本部長 藤田 泰三 様

ゲスト卓話者として、自衛隊福井地方協力本部 本部長 藤田泰三様をお招きし、「我が国の国防政策の概要とポイント」と題して、ご講演をいただきました。

本部長のご依頼により「機密情報が含まれている為」ということで、詳細を記載することは叶いませんでしたが、近年の東アジア情勢等に対する日本の国防戦略について、興味深いお話を拝聴することができました。どうもありがとうございました。

【プログラム委員会 委員長 松田 将裕】



第1回 炉辺会談 テーマ【本年度の活動について】

第1班

【開催日時】 2019年8月20日(火) 18:30～

【開催場所】 秋吉

【参加者】(座長)清水 則明、(世話役) 辻 恵利子

伊藤 昴、小森富夫、竹内正美、野尻章博、林 洋三、村井 勝、山内鴻之祐、鷺田泰紀 計10名

☆ニコニコ箱などの予算達成のため、寄付が半ば強制的な時がある。ロータリーは奉仕が目的であり、強制されるのはどうか。

☆ロータリーの金看板である「職業奉仕」の意味を今一度、会員に浸透させるべき。

☆余剰金に関しては無理に使うことはせず、有事の際や今後のために残しておけば良いのではないか。



第3班

【開催日時】 2019年8月21日(水) 18:30～

【開催場所】 梅の花

【参加者】(座長)谷崎由美子、(世話役) 三宅亜伊

伊井 彌州雄、大森 正男、小泉 達哉、佐野 慎治、竹生 知子、土肥 正彦、橋本 一也、松田 将裕、村田 長隆、渡辺 一史、片岡 正明 計13名

・テーマ「本年度の活動について」

☆ロータリーに入ってから、「福井ロータリーの〇〇だ」と胸を張って言えるように、仕事に取り組むべき。

☆ロータリーにふさわしい仕事をするように。

☆以前のIMで、福井ロータリーが周りから厳しい目で見られていることを実感した(空席ばかりが目立つ)。出席率の悪い人をどうするべきなのか。「出席」としたならば、行くべき。

☆アクトとの関係。大人としての振る舞いが出来ているのか。合同例会でアクトが発表している時、ざわつきが目立つ。話をきちんときくべき。レクチャーに行ったり、関わりを持つべき。

☆福井の為に、福井を活性化させるような仕事をしていきたい。

☆グローバルな人材育成。

☆世界を見る、学ぶという気持ちを忘れないように。

☆自信を持ちすぎるとペしゃんこになってしまうという学び。

☆年配と若い人とのギャップがあるが、仲良くしていけばよい。

☆「愛する」ことは「関心を持つ」こと。「関心を持つ」ことは「開示する」こと。

☆いつもバッジを付けて、常にロータリアンであることを意識する。

☆生涯ロータリアン。



・テーマ 「2000万円の予算をどのように遣うか」

☆子供達の貧困を助ける為に。

☆養浩館庭園、一乗谷など、これからの観光の場へ。

☆防犯カメラの設置

☆目に見えるような、自分達がやって、自分達に返ってくるようなボランティア。

☆会員への還元(福井ロータリーのネクタイ、スカーフ等)

☆福井ロータリーの認知を高める為に。

☆少子化対策

☆福井ロータリーの歌をつくる