



2016~2017年度

国際ロータリー第2790地区

君津ロータリーカラブ週報

例会日 毎週月曜日
12:30PM~13:30PM
例会場 ホテル千成
Tel:0439-52-8511

事務局
〒299-1144君津市東坂田1-3-3-304
Tel:0439-52-8882
Fax:0439-20-8880

Vol. 10回 No.1978 2016.9.25
(国際ロータリー第2790地区 地区大会)
Vol. 11回 No.1979 2016.10.3

平成28年10月 第1例会 曇

点 鐘 鈴木莊一 会長

国 歌 斉 唱 君が代

R ソ ン グ 奉仕の理想

【出席 報告】 免除者4名 休会0名

例会数	会員数	対象者	出席	欠席	出席率
1979	54	51	48	3	94.11 %
1978	54	51	51	0	100.00 %
前々回の修正			メークアップ0名		90.19 %

(敬称略)

会長挨拶及び報告

鈴木莊一 会長

今月は米山月間です。グエン・フー・チン君の卓話も近々開催予定です。また、こういった奨学生の存在感が自然と経済や地域社会への発展につながるのではないかと、先日ベトナムの結婚式に参加して実感したところであります。また、先週行わられた第4分区5年未満研修につきましては平野会員より後ほど報告がありますので、お聞きください。

9月24・25日と地区大会への多くの皆様に御参加頂きました事、心より感謝申し上げます。はじめに、地区大会の表彰で君津RCは例会出席優秀クラブ95.08%第3位、会員増強優秀クラブ第2位という事で表彰を受けました。宮本直前会長年度での表彰です。改めましてご報告させて頂きます。また、ガバナーノミニーの橋岡さん、ガバナーノミニーデジグレートの諸岡さんと三代先までのガバナー予定者が決定したと報告を受けました。これは近隣の地区でも見られないしっかりとした体制であるとR I会長代理渡辺様がおっしゃっていました。今年から50名超えたクラブは2名の参加が義務付けられておりましたので私と荒井副幹事で前日から参加してまいりました。R I会長代理の渡辺さんのお話の中で、他者への奉仕という理想を広めること、そして何にもましてロータリーの金看板である職業奉仕のエッセンスとは自分の会社事業所を潰さない事であるとの言葉が印象的でした。

道徳と奉仕の理想をかけてなんと説く、「共存共栄」。国際連合の設立に大きく寄与した、メンバーのほとんどがロータリアンだった。歴史的にみると産業革命 インターネットが終わりを告げようとし、今後人工知能を生活に取り入れた産業構造が始まるのではないかと言うお話をしました。ロータリーは人づくり、奉仕する心を持った人を育てる団体①素晴らしいビジョンを持つ ②前向きな言葉③自己の確立 ④相手の気持ちを判る感性 ⑤それらを続ける今日が変われば未来が変わると1. 紳士的 2. 親身になる 3. なんでも達成する→それらを含め約束を守り続けることが大事。会員増強、高い倫理基準、職業分類を持って活動することは 一人ひとりのロータリアンにできること。

桜木パストガバナーがおっしゃった「既成概念を取っ払って改革する事」。T V解説でおなじみの寺島実郎さんのお話の中で衣料品の消費が25%減ったと、その中でユニクロは8倍の売り上げを伸ばしたそうです。たとえが適切ではありませんが当クラブも時代の流れ、環境の変化に合わせながら中長期計画の60名に向けて会員増強を進めて参りたいと決意を新たにしたところでした。

報 告

1. 9月24日（土）、25日（日）に成田にて地区大会が開催されました。当クラブからは、18名の会員が出席致しました。ご苦労様でした。
2. 10月1日（土）、ロータリー情報研修会がいち川旅館で開催されました。当クラブからは、吉野研修リーダーをはじめ13名の方が出席しました。ご苦労様でした。後程、平野会員より報告をお願い致します。

幹 事 報 告

内山貴美子幹事

1. 親子体験枝豆収穫祭が開催されます
日 時：10月16日（日）
場 所：君津市三船山畠地
詳細については、後程、北見社会奉仕副委員長より報告をお願いします。

国際ロータリー会長 ジョン F. ジャーム
ガバナー 青木貞雄
ガバナー補佐 小野恒靖

会長 鈴木 莊一
会長エレクト
副会長 佐谷 秀世

幹編 内山 貴美子
集 荒井 岳彦

2. 東京新宮 R C 主催の明治神宮の清掃奉仕が行われます。

日 時：10月19日（水）集合10時50分

場 所：明治神宮

詳細については、回覧致します。必要な方は一部お取りください。

また、出欠についてご記入お願いします。

3. 9月30日の10時から、君津市役所にて、2016年度「ヒューマンフェスタin君津」について会議に私（内山幹事）が出席して来ましたのでご報告いたします。

ヒューマンフェスタin君津の説明会について

ヒューマンフェスタin君津の説明会に9月30日金曜日、君津市役所4F会議室にて10時より上総R Cの唐鎌会長・鳥井幹事と野村エレクトと君津R Cから私、内山が参加して参りました。

内容としては、来年29年3月4日土曜日に開催し、同時開催として人権問題講演会、ハーモニーinきみつがあります。

主催は君津・木更津・館山人権啓発活動地域ネットワーク協議会、木更津人権擁護委員協議会、館山人権擁護協議会、千葉地方法務局木更津支局、同館山支局、君津市教育委員会、ハーモニーinきみつ実行委員会で協賛が君津市自治会連絡協議会、君津R C、上総R Cです。

対象は、君津市民及び周辺地域の住民で子どもから幅広い年齢層の方々になっています。

メインイベントとして宇宙飛行士の山崎直子さんの講演を予定しています。山崎さんは、ロータリーの奨学金でアメリカに留学し、宇宙飛行士になったそうです。そのイベントにR Cでお金もしくは品物で協力していただけないでしょうかとのことでした。

又、案内が来ましたら、詳細については報告します。ニコニコでお願いするかもしれません、宜しくお願ひします。

〈回覧〉

1. 君津R C週報
2. 第4分区週報
3. 明治神宮清掃奉仕のご案内
4. 第15回ロータリー全国囲碁大会のお知らせ
5. きみつ花火2016 前日仁日協力及び当日の協力・翌日清掃協力について
6. ザ・ロータリアン（英語版）
7. ハイライトよねやま198
8. 財団室NEWS（10月号）
9. 二輪同好会ツーリングの案内
10. ヒューマンフェスタin君津案内

〈配布物〉

1. 例会プログラム
2. 親子体験枝豆収穫祭について
3. 公益財団法人ロータリー米山記念奨学会より
豆辞典
4. かずさFMより地域のアンテナマガジン「かぶら」
5. 卓話の資料

委員会報告

親睦委員会

10月の誕生祝・私の記念日

10月の誕生祝

吉田 雅彦	S. 49.	10. 13
吉野 和弘	S. 28.	10. 14
川名 正志	S. 37.	10. 15
原田 健夫	S. 34.	10. 26
宮寄 慎	S. 46.	10. 29
小川 哲也	S. 33.	10. 31

10月の私の記念日

阿部 正雄	S. 40.	10. 3
佐谷 秀世	S. 60.	10. 6
荒井潤一郎	H. 2.	10. 6
中村 圭一	S. 58.	10. 8
新井 正一	H. 1.	10. 8
岡野 祐	H. 14.	10. 14
西山 肇	H. 4.	10. 17
大森 俊介	H. 15.	10. 18
荒井 岳彦	H. 2.	10. 21



社会奉仕委員会

枝豆収穫祭について

北見賢一郎副委員長

社会奉仕委員会からご連絡いたします。

2016年10月16日（日）に開催予定の枝豆収穫祭ですが、例年通り、「ロータリーデー」として親子枝豆収穫祭として地域の方々や東日本大震災で

君津市に避難されている方々に声を掛け、皆さんと親睦を図って頂く予定です。

会員の方々にも声をかけさせて頂いておりますが、事前準備が多くありますので、皆さんに作業分担をお願い致します。ご協力頂ければと思います。

第4分区クラブ研修リーダーセミナー＆ロータリー情報研修会報告

平野寛明会員

日 時：平成28年10月1日 14時30分～17時まで
場 所：いちかわ旅館

クラブ名：木更津・木更津東・富津中央・君津・
上総・袖ヶ浦・富津シティ

出席者：鈴木莊一・吉野和弘・内山貴美子・岡野祐・
内藤智介・北見賢一郎・石川夕伎夫・福
田順也・宮嶌慎・高橋雄一・近藤洋子・
大森俊介・中野賢二・平野寛明 14名

今回の研修の内容：

1. R Cについて

設立について 基本理念について

2. テーブルディスカッション

R Cに入会して感じたこと

各地域のロータリアンとの意見交換

3. 全体会議

今回学んだこと

各地域の先輩達の意見を聞き、とても参考になりました。ロータリーの会員としてどのような活動をしていいのか

ロータリーの目的は、意義ある事業の基礎として奉仕の理念を奨励し、これを育むことである。4つの奨励を今後活動するにあたり、意識をし今後の活動に活かしたいと思います。

新入会員自己紹介

近藤洋子会員

私は、さくらんぼで有名な山形県寒河江市で生まれました。実家は、自動車関係の会社経営をしており、5人兄弟の末っ子として育ちました。学生時代は、プラスバンド部でトランペットを担当し、大会等で地方を回りました。中でも、岩手県釜石市の港祭りに招待され、釜石製鉄所のプラスバンドの皆さんと一緒に釜石の街をパレードし、舞台で演奏をした事は一番の思い出です。

祭りが終わると製鉄所を案内して頂き、食事をごちそうになり、新しく出来たお風呂まで頂くなど、製鉄所の方には本当に親切にして頂きました。



今では、この様にロータリーを通じて新日鐵住金関連の方々、又皆様の仲間入りをさせて頂き、とても感謝しております。

その後、縁あって木更津市金田の人と出会い結婚し、地元金田を生かした水産物の仲介、潮干狩り場の海の家、などの水産業の経営を始めました。現在のスパ三日月ホテルの場所では遊漁船も出しておりました。

潮干狩りのシーズンになると海の家は朝早くから大勢のお客様がお見えになり大忙しでした。優漁船はアジ・カレイ・キスを目当てのお客様でにぎわい、船上にコンロを設置し、あさりのお味噌汁を振舞いました。

また、あなご船・スズキ船もあり漁にも出ておりました。

アクアラインが平成になって着工する事となり、「橋脚による潮の流れが変わり、海底も変化が起こるのではないか。漁師では生活が出来なくなるのでは」と思い悩み、転業対策として警備という仕事に着目しました。

どのようにしたら警備会社を設立できるのか…海しか知らないもので、とても苦労をしました。

やっとの事で警備会社は警備員指導教育責任者という資格が必要とわかり、警備業協会へ教材の購入に行ったところ「あなたには無理ですよ」と言われ悔しい思いもしました。

しかし「こんな事で負けられない！」と一大決心し受験、無事に合格を果たし平成5年12月マルコン警備保障を設立し、今日に至っております。

設立当初は、数名の警備員でしたが、皆様のお力添えとご協力を頂きまして年々所帯が大きくなっています。

今後も、皆様に「質の良いセキュリティーのご提供」を念頭に、日々学び安全を第一に考え、また皆様にご指導頂きながら、ロータリーの一員として頑張って参りますので、何卒、宜しくお願い致します。

大森俊介会員

皆様、こんにちは。大住さんのご推薦をいただき、8月に入会しました大森です。どうぞ宜しくお願いします。

特筆すべきことはあまりないのですが、皆様に早く覚えていただけけるよう精一杯お話をさせていただきます。

性格は、何事も切羽詰まらないと本腰を入れて行動せず、いつももっと早く行動していれば良かったと後悔する日々ですが、



その後悔をすぐに忘れてしまい、同じことの繰り返しをしています。よく言えば、気持ちの切り替えが早いということになります。

また、A型のせいか、どうでも良いことにこだわりすぎて、最後は息切れをするタイプです。

そんな性格を作った自分の生い立ちは、木更津にて生まれ、家族の期待を裏切りながら、現在43歳になります。

小学生の時は、地元少年野球チームで野球漬けの日々を過ごし、プロ野球選手になりたいと思つたこともありましたが、色気づいた中学生では坊主になるのが嫌で、あっさり夢を諦め、バスケットボール部に所属していました。

高校では、野球部と迷ったのですが、結局、バスケットボール部に入部したものの、肉離れなど怪我も多く、大した活躍もできず私の青春が終わりました。

その後、勉学に励むことなく貴重な時間を無駄にしながら大学生活を過ごしていましたが、仲間とオーストラリアに卒業見込み旅行に行った際、ホテルに到着すると親から電話があり、大学から至急連絡がとりたいとの事で何事かと思い大学へ電話をしたところ、卒業の為の単位が危ないからすぐにレポートを出すようにとの事でした。今、オーストラリアに着いた所なので帰国したらすぐに提出しますと伝えるとひどく叱られまして、着くなり現地の旅行会社へ行き、翌日の飛行機で寂しく帰ることになりました。もっと単位をしっかり取つとけば良かったと後悔しましたが、ぎりぎり卒業できたことに感謝しています。

その後、名古屋で社会人生活をスタートさせました。

最初の上司が、部下を1時間以上に渡り説教をすることも度々あり、新入社員としては見るに忍びなかったのですが、気を抜きやすい自分からしてみると緊張感を持って仕事ができたので、今では良い経験ができたと前向きに捉えております。

名古屋生活は、仕事で苦労すること多かったですが、独身生活を謳歌できました。

そして、2003年4月に木更津に戻ってまいりまして、10月に結婚し、2人の息子に恵まれましたが、のんびりしている所などが自分にそっくりだなと思いつつ、同じ後悔をさせたくないでの自分のことは棚に上げ、発破を掛けますがあまり響いていないようで、どうも負の連鎖を断ち切れなさそうに思います。

ロータリーでは、なるべく息切れしない様活動していくみたいと思いますので、今後ともご指導の程、宜しくお願ひします。

中野賢二会員

この度、秋元さんの紹介で君津RCに入会させて頂きました（株）協立工業の中野です。

私は、お隣の富津市で生まれ育ち、中学校を卒業するまで、富津岬の海で遊ぶ野生児のような少年時代を過ごしました。



その後、木更津高等専門学校に進学したと同時に君津市中野に住むようになりました。高専時代は、勉強は進級できる最低限に押えて、色々なクラブ活動に専念するパワフルな学生でした。いつも自分が先頭で、後輩に囲まれた幸せな日々でした。この頃から、自分はサラリーマンではなく、社長しか考えられないと思い始めっていました。

高専を卒業後、自営で建設会社を立ち上げる考えのあった私は、中堅ゼネコンの西松建設（株）に入社して、建設工事の勉強をしました。早く自分の会社を設立する為、自らプラント基礎工事の現場に転勤を希望して、次々と色々な現場を渡り歩きました。学生時代にプラント建設のアルバイトばかりやっていた事もあり、5年目にはプラント土木のメイン監督になっていました。その後、入社6年目で西松建設を退社して、現在の協立工業を設立致しました。

当社が受注しているプラント建設工事とは、製鉄所や石油化学、自動車、食料品、飲料、製紙、精密機器工場の他、発電所や水処理施設、焼却場等を作ったり、メンテナンスする仕事です。

私の理想とする会社は、大手プラント建設会社が苦手な職種もゼネコンの出来ない仕事もこなせる小規模プラント会社でした。その為、あらゆる職種を経験しようと、20年間とにかく仕事々の毎日でした。計画設計、届出、測量、基礎工事全般、鉄骨、機器据付、配管、特殊架設工事を各地で施工しました。気が付くと私は、酸やアルカリ等の劇物、そしてダイオキシンやアスベスト、P C Bのような有害物質も得意なトータル技術者になっていました。

しかし、私は経営能力が無いので、社長が走りまわり過ぎて会社は小さいまま、地元では誰にも知られず、社員も集まらない状態でした。地元で有名にならなくては、誰も会社に来てくれないと想い始めた頃、秋元さんに商工会議所の手伝いをしてくれと頼まれました。そして今では、会議所の福利厚生委員や工業部会の他、木更津高専の技術振興交流会、七夕祭りのイベント統括や駅前イルミネーション、地元の坂田自治会の応援でふれあ

い祭りや神社の神輿等で地域貢献を積極的に行っておりまます。そのおかげで知名度は大きく上がり、従業員も徐々に増えて、会社も安定してきました。

そして次は、会社経営の勉強をする為、君津RCに入会させて頂く事になりました。やるからには一生懸命にロータリー活動に参加していくので、今後もご指導ご鞭撻のほどよろしくお願い致します。

プログラム

会員卓話「自分の食事を考える！」

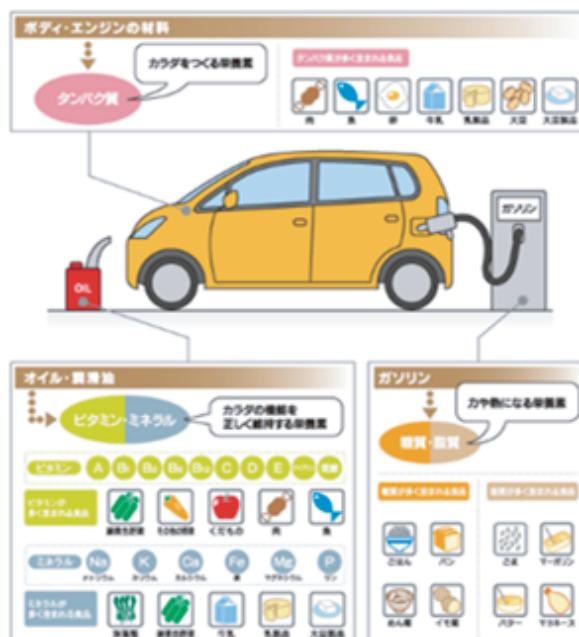
高橋雄一会員

今日は、「自分の食事を考える！」というテーマで卓話させていただきます。昨今、食事と言つても、朝・昼・晩、3食の食事のほか、コンビニやレストランといった、食べる事が多様化して人それぞれの生活スタイルが変わりつつあります。

そこで今日は、食事の基本、栄養素について少しお話します。

私たちが元気に生活するためには食事からエネルギーを得ると同時に、エネルギーに変えたり、からだの調子を整える栄養素が必要です。栄養素はその働きや性質から、たんぱく質、脂質、炭水化物、無機質、ビタミンの5種類に分けられ、これを「五大栄養素」と言います。

たんぱく質は、主にからだをつくる栄養素。脂質は、からだの中で燃えて、からだを動かすエネルギーに。炭水化物は、からだと頭を働かせる栄養素。無機質には、骨や歯をつくるカルシウムや酸素を運んで貧血を防ぐ鉄分などがあり、ビタミンには、ほかの栄養素のサポートするはたらきがあります。ビタミンは、ビタミンA・ビタミンB1・ビタミンB2・ビタミンC・ビタミンDと様々な形で、我々のからだをつくっておりまます。



最近では、特定保健用食品（トクホ）や栄養機能食品など、国が科学的根拠を審査し許可をした食品やサプリメントなど多くの多く知られています。

皆さんも聞いたことがあると思いますが、近年、健康に関する意識が高まってきていて、中でも特に注目されているのが「オメガ3系脂肪酸」だといわれています。

私達の身体の中には脂肪が有り、私たちが生きていく上で体内に必要な栄養素とされています。

脂肪は私達の身体の中で作られる脂肪と、体内で作る事が出来ない脂肪とが有ります。

その体内で作る事が出来ない脂肪については、食べ物から摂取するしかなく、それを必須脂肪酸と言う様に呼んでいます。

オメガ3系脂肪酸の内容としてはEPA、DHA、 α -リノレン酸等が有ります。

オメガ3脂肪酸の効果

- ・血液サラサラ（脳梗塞や動脈硬化）
- ・メタボ予防・ダイエット（中性脂肪・悪玉コレステロール減少）
- ・アンチエイジング（女性ホルモンの減少を抑えてくれる効果）
- ・免疫力UP、気力UP、視力低下予防（アレルギー反応の抑制、がん予防、精神的疾患）

また、活性酸素を除去する優れた抗酸化作用を持つイミダペプチド。

イミダペプチドとは

イミダペプチドは、ヒスチジンとアラニンの二つのアミノ酸が結合したペプチドのこと！

特に有名なのが渡り鳥。数週間にわたり数万キロをこえて翼を動かし続けるのですが、この渡り鳥の骨格筋にイミダペプチドは高濃度で存在しているのです。

つまり、簡単にいえばパワーと元気の源なのです。

イミダペプチドは脳にも届きますから、疲れた自律神経にも直接、抗疲労効果を発揮します。体と頭、どちらの疲労にも効くと言われています。

イミダペプチドの効果

- ・疲労改善効果（活性酸素を除去する優れた抗酸化作用）
- ・認知症予防効果（アルツハイマー）

こういった5大栄養素と特定保健用食品などを取り入れて、バランスの良い食事を心がけていただき、健康管理に注意していただけたらと思います。

最後に食事の目安となるカロリーの一覧をお配りいたしますので、ご興味のある方は1日の食事のカロリーなど自分の食事を考えてみてはどうでしょ

うか！

食品カロリーの一覧

料理名	摂取カロリー
カツ丼	1,020
ステーキセット	1,010
かきフライセット	950
ハンバーグセット	920
生姜焼き定食	900
かた焼きそば	900
カルボナーラ	890
天丼	880
オムライス	860
天ぷら定食	840
うな重	800
タンタン麺	800
アジフライ定食	770
シーフードカレー	760
チャーハン	750
牛丼	730
親子丼	700
麻婆丼	700
鉄火丼	620
レバニラ炒め	500
料理名	摂取カロリー
餃子5個	450
筋豚	450
フライドポテト（M）	400
カップヌードル	365
チョココート1枚60g	360
日本酒1合	200
おにぎり（梅）	173
ごはん100g	168
食パン6枚切り1枚	166
カレーの煮つけ	160
サバの塩焼き	150
ワイキキダブル一杯	150
缶ビール350ml	140
牛乳200ml	134
グラスワイン120ml	100
納豆1パック（50g）	100
ワーロンハイ（カップ一杯）	90
コラ200ml	90
冷奴1人分150g	84
缶コーヒー190ml	38

食品カロリーの一覧

お酒 - アルコールのカロリー		お酒 - カクテルのカロリー		
生ビール (大ビール本)	精肉(コップ)	生ビール (中ジョッキ)	カクテルアミク	グラスホッパー
250kcal	250kcal	200kcal	205kcal	205kcal
日本酒(240ml) 本コップ1杯	紹興酒(1合180ml)	ウヰスキー (ダブル1杯)	マイタイ	カンスオレンジ
200kcal	200kcal	150kcal	185kcal	178kcal
サワー	老酒(100ml)	生ビール(ロング グラス250ml)	ダイキリ	ブランディマリー
140kcal	105kcal	100kcal	135kcal	125kcal
グラスワイン (120ml)	ワーロンハイ (コップ1杯)	シャンパン (グラス1杯80ml)	マンハッタン	ドライマティーニ
100kcal	90kcal	80kcal	120kcal	115kcal
ウヰスキー (シングル30ml)	ブランデー (ジングル,30cc)	ハーボン (ジングル30cc)	ラムゴンズ	ピンク・ディ
75kcal	75kcal	65kcal	105kcal	95kcal
				70kcal

ニコニコBOX

- 鈴木 荘一 早いもので会長になり3ヶ月過ぎました。今月末には次年度の指名委員会が開催されます。隈元年度に向けて変わらぬご協力よろしくお願いします。
- 内山貴美子 ロータリー情報研修会に参加して参りました。出席されました皆様、ご苦労様でした。出席されませんでした方々は次週お願いします。
- 隈元 雅博 近藤さん、大森さん、中野さん、これからも共にR C活動を頑張りましょう！10月1、2日と木更津アウトレットモールにてトレナビフェスタ2016を開催させて頂きました。ご来場頂いた鈴木会長をはじめ早見会員、荒井潤一郎会員、他皆様ありがとうございました。これからもロータリー活動を頑張ります！
- 佐谷 秀世 かずさマジックの敗戦は大ショックでした。最高の枠に入ったと喜んだのが油断につながったのかもしれません。来年は必ず2つのドームへの出場と活躍を期待です。高

橋会員、為になる卓話を有難うございました。

吉野 和弘

今月14日で63歳になります。足腰を鍛えないと段々衰えが目立ってきました。10月12日富士見の里で100年バンド慰問演奏会を10時～11時まで行います。誕生祝いありがとうございます。

川名 正志

誕生祝いありがとうございます。お誕生祝いを頂きました。ありがとうございます。

小川 哲也

岡野 祐 今月、14年目の結婚記念日です。最近は僕の名前を忘れたのか、僕を呼ぶ時は、「ねえ」と呼びます。シカトしていると、「ねえ、ねえ、ねえ、」と返事するまで呼びます。僕は「ねえ」じゃない!!

西山 肇

9月30日（金）君津地酒まつりに行きました。大盛況すぎて、ほとんど試飲出来なかったのが残念。残念といえば、かずさマジックも大変残念な結果でしたが、来年に向け引き続いてのご支援・ご声援を宜しくお願ひ致します。私の記念日ありがとうございます。

宮寄 慎

先日、第4分区クラブ研修リーダーセミナー、R C情報研修会に参加の皆様、お疲れ様でした。

高橋さん、卓話ありがとうございます。

R C活動頑張ります。又、誕生祝いありがとうございます。

吉田 雅彦

先日の地区大会に参加出来ず大変申し訳ございませんでした。又、本日は誕生祝いをありがとうございます。先日、子供の運動会で親子リレーがありましたが、私も含めて親が一番真剣でケガをしないか心配でした。無事にケガなく勝利できました。足はガクガクパンですが。

阿部 仁

京セラドーム出場成らず、非常に残念！関係者の皆様、明日に向かって努力して下さい。東京ドーム、京セラドームで優勝の美酒を飲みましょう。

荒井潤一郎

高橋会員、貴重な卓話ありがとうございます。参考にさせて頂きます。枝豆収穫祭、よろしくお願ひ致します。

阿部 昭広	昨日、高知へ行ってきました。桂浜の海岸はとてもきれいでし た。地区大会、欠席で申し訳ありません。	家の長男が通学時間がかかり、アパート暮らしをする為、この土日で引越しをしました。今迄家にいたので、いないと少し寂しく感じます。早く親離れをさせないといけないと思っていますが、実は子離れができないのかな？
倉繁 裕	今週から来週にかけてノーベル賞の受賞者発表が、今日の生理学・医学賞から始まって6つの分野について行われる予定のことです。本年も複数の日本人受賞者を期待しているところです。	黒岩 靖之
中野 賢二	本日は自己紹介だったので、原稿を作成しなければならなかったのですが、提出書類が朝までかかってしまい間に合いませんでした。申し訳ございません。	中村 圭一
福田 順也	先日25日に地区大会に参加しました。とても勉強になりました。どうもありがとうございました。	10月1日、鐵の安全協力会の行事に参加しました。日光二荒山神社で安全祈願の後、東照宮参拝し10年ぶりに家康のお墓まで階段200段を昇ってみました。10年間の足腰の弱体化を痛感しました。
永嶽 嘉嗣	昨日、川崎市医師会のコンペに参加して、ニアピン賞をもらいました。マジックが社会人野球日本選手権出場をのがし、大変残念でした。秋のスケジュールがポツカリ空いてしまいました。	今日は、卓話を聞いて頂きありがとうございます。ご興味のある方は、パソコンでも携帯でも調べて健康管理に役立てて頂けたら幸いです。
時下 俊一	10月1日、クラブ研修リーダーセミナーに参加してきました。他の地域の会員との交流は、大変勉強になりました。これからロータリー活動にいかしたいと思います。	特別BOX
平野 寛明	今日はよろしく、お願い致します。	宮本 茂一
近藤 洋子	昨日、地元飯野神社の祭礼があり、2年間の氏子総代の任を終えることが出来ました。夜9時にお神輿が納められ無事終了。家族連れ、若いカップル地元にこんなに勢いがあるのかと再認識しました。人口減少の中、少し希望が持てました。	
小幡 健	最近、仕事の都合で例会に参加出来なくてすみませんでした。これからも頑張ります。	
村上 進	10月に入り、秋らしくなって來ました。朝は人見神社に参拝し、下期の安全祈願をしてきました。今後もロータリー活動、がんばります。	
荒井 岳彦	9月25日、地区大会参加された方、お疲れ様でした。	
廣田 二郎	本日、自己紹介させて頂きました。一日でも早く覚えてもらえる様、活動していきます。	
大森 俊介	みなさん、こんにちは。季節を感じる日々となっていました。我が	
齋藤 孝弘		



国際ロータリー第 2790 地区 地区大会（2016－17 年度）

