

会報

点 合	鐘 唱	渡辺敏行会長 手に手つないで	
出 席	報 告	出席義務会員	62人
		免除会員	2人
		出席	29人
		欠席	34人
		メイクアップ適用	1人
		出席率	46.77%



会長挨拶



コロナ感染が急激に拡大しており、心配です。本日は夜例会の1回目です。出席者が少ないようですが、回を重ねるごとに増えていくよう考えてまいります。

今回は、今ベストセラーになっているという、下記の題材で話を致します。

『70才が老化の別れ道』

現在の70代は、戦前生まれの人が70代になったころと比べて、格段に若いです。団塊の世代(1947年～49年)は身体の健康、若々しさが違います。1980年ごろは、65～69才の人の約10%の人が、普通に歩行する事ができなかったと言われていました。アメリカから余った、脱脂粉乳が大量に送り込まれ、日本人の栄養状態が改善しました。タンパク質を多くとるようになり、免疫力が向上して、結核が減り、平均寿命が延びました。

サザエさんの連載が始まったのが1947年で、波平は54才の設定でどう見ても60代半ばに見えます。現代の日本人は若返ってきたのです。アメリカでは、以前は65歳以上を高齢者とみなしていましたが、75才くらいまでは、体力的にも知的機能的にも中高年と対して変わらないと認め、その世代を「ヤング・オールド」と呼びました。日本でいう前期高齢者です。

ところで、長野県は男女とも平均寿命が都道府県ナンバーワンになりました。イナゴや蜂の子など昆虫を良く食べる習慣があるからだとか、山間部が多く山道を良く歩いて足腰が鍛えられたとか考えられています。しかし、この仮説はあまり説得力がありません。

本当の理由は、高齢者就業率において都道府県ナンバーワンであること。ちなみに、沖縄県の男性高齢者就業率は、全国最下位です。結果、男性の平均寿命を下げています。働くことが老化防止の最高の薬だと考えられています。

「運転免許は返納してはいけない」

自動車の運転をやめると、地方では特に出かけなくなり、認知症になる可能性が強くなるそうです。又、高齢者の運転は危ない、事故を起こすというのはメディアが盛んに取り上げるからであり誤解です。高齢者が事故を起こす確率は高くないと言われています。

1番多いのは、16～19才の年齢層で、次いで20～24才が多い。85才以上が事故を起こす件数は、25～29才とほぼ同じです。70代に至ってはもっと少ない。交通事故を少なくするには、若年ドライバーの運転に何か手を打つ方が効果的です。

「肉を食べる」

高齢になると、肉を控えた野菜中心の食事が身体にいいと考えてる人が多いが、それは間違っています。かなりあっさりとした食事を取っている、そういった事情で日本人の5人に1人がタンパク質不足だと言われています。日本人は1日当たり80gしか肉を食べていなく、アメリカ人は300g程食べている。

肉を多くとることにより、意欲低下が抑えられます。又、男性ホルモンの減少も抑えられるそうです。しょぼくれ老人にならないためにも肉を食べましょう。プロスキーヤーの三浦雄一郎さんは、80才を過ぎても500gの肉を平らげるそうです。

クラブ報告

I 幹事報告

1. ハイライトよねやま vol,268
2. 2021-22年度 第2790地区 米山寄付実績
3. 松戸RC ホームページとメールアドレス変更について
4. その他

II 委員会報告・理事会報告 III PR・ご案内

なし なし

IV その他

1. 2021-2022年度 決算報告及び会計監査報告
(決算:木村F、監査報告:松丸F)
2. 地区補助金事業のメッセージカード記入
(有)カシワ近藤部長より各テーブル配布、説明、例会参加者全員で手分けして記入した。



島田秀貴幹事



決算報告
木村仁F



メッセージカード



会計監査報告
松丸隆一F



《広報委員会》 結城綾子委員長

本年度の広報委員長を担当いたします結城綾子です。1年間宜しくお願い致します。

委員会メンバーをご紹介します。大山球一F、永尾太樹F、風沢齊F以上のメンバーで広報活動を頑張っていきますので、よろしく願い致します。

以前より、会報がなかなかホームページへ更新されないということが続いており、本年度より新しい会社様へお願いすることになりました。

柏ロータリークラブへメークアップされた方が、当クラブのホームページにアクセスしても、自分が訪問した内容が記載されていないなどというのは、少し問題もあるかと思えます。楽しみにされている方も多いと思いますので、今後は、スムーズにホームページへアップされるようになります。是非皆さんものぞいてみてください。

私の会長年度から大山Fが広報に携わってくださり、柏RCのSNSの充実度は他クラブのお手本ともなっている状況です。インスタグラムに関してはフォロワー数も632人にのぼり、かなりの方へ柏RCの活動内容が拡散されていると思われま。寝る間も惜しんで、日々情報発信をしてくださっている大山Fに心からお礼申し上げます。この大山Fの努力を最大限に活かすためにも、是非皆さんにご協力いただきたいことがございます。

今現在、柏RCではインスタグラム、フェイスブック、Twitterでの情報発信を行っておりますが、いずれかのアカウントをお持ちの方々、柏RCのアカウントをそれぞれフォローはしていただいておりますでしょうか。まずは、フォローしていただく。投稿記事にはいいね、ハート、シェアのご協力をお願い致します。

SNSでは主に柏RCの活動内容を上げていきます。それぞれの委員会活動に参加の方の画像提供、記事の提供のご協力をお願い致します。

画像は、何の活動をしているのかわかる写真の撮り方。参加者メンバーの顔写真も一つですが、報道カメラマンになったつもりで写真を撮っていただくと、活動内容が鮮明に読者に伝わるのではと思います。ぜひ、いろいろな角度からの画像提供お待ちしております。



《会報委員会》 井上英博委員長

今年度、会報委員会委員長になりました井上英博です。よろしく願います。

委員会メンバーは中島康子F、杉原浩F、坂本博F、中島有紀子F、関学F、藤川崇F、山下和則F、岡本雅子Fの総勢9名です。

昨年同様の会報の電子化を引き継ぎ、皆様にわかりやすく、例会や各事業をお伝えしていければと思います。

また、例会以外の内容で、皆様にためになる情報、ロータリーにかかわる情報、会員の皆様からの奉仕活動の情報、2790地区の情報などもあわせて、情報を発していけるよう企画していきたいと思います。



《出席委員会》 鈴木啓文委員長

2022-2023年度、出席委員長を仰せつかりました鈴木啓文です。

今年度は、私と松丸隆一F、藤川崇F、坂本博F、大田英紀Fの5名で運営してまいります。

出席委員会の責務は、出欠状況の正確な把握、例会時の食数報告、会報及びガバナー事務所への計数報告の3つだと認識しています。

ロータリークラブ入会6年目になりますが、まだまだ分からないことが多く、どのように出欠を把握すれば正確なものとなるのか？食数の事前把握の最適な方法は？出席免除者は計数報告する際に、どのように反映させれば正しい？など、様々な疑問と葛藤しながらの業務となるかと思います。先輩方の話を伺いつつ試行錯誤しながら、的確な委員会運営ができればと思っております。

的確な出欠管理のためをお願いすることも多々あるかと思いますが、何卒宜しくお願い申し上げます。



進行 長谷川秀夫F



会場風景



会場風景



《ロータリー情報委員会》 高田新也委員長

ロータリー情報委員会は、このような社会の中でのロータリークラブ活動の意義、モチベーションを保つために、ロータリークラブの新しい情報を提供し、知識を深めてもらえればと思っています。また、2790地区の情報、各種プログラムを告知し、柏ロータリークラブ会員の積極的な参加を促進する。それが、クラブの活性化に役立てば良いと思っています。

あと、昨年できなかったので、今年度はマイロータリーに全員登録を目指したいと思います。本日の活動計画書に、会員証が添付されていますが、そちらに記載の会員番号が登録に必要ですのでなくさないようにしておいてください。そのうちプログラム委員会さんと打ち合わせで時間をいただきたいと思います。

今日は情報として、ニコニコについて話します。先日昨年度の柏RC会計監査があり、コロナの影響もありますが、昨年度のニコニコ合計は38万円でした。コロナ前は60万くらい。2015年度は80万くらいありました。会員は増えているのにニコニコ寄付金合計は下がってきています。

他のクラブにも聞いたのですが、40人ぐらいのクラブで80～100万、柏RCの人数規模なら150万くらいではということでした。2580地区(東京)は100～250万は普通に集まるそうです。40名の東京臨海RCは280万とのことでした。

ニコニコBOXは、会員をはじめ、会員の家族、親族、事業所などで喜び事、祝い事があった時、あるいはちょっとしたしくじり(マイナス面)など、身の回りの出来事や近況披露、お礼や感情表現など様々な理由を付けて、会員が自発的に拠金をするもので、別に何の規定もあるわけではありません。集まったお金は、クラブの奉仕活動などに使用します。

日本では、大阪RCの例会で早退や遅刻、ロータリー・バッジ非着用などに対する「ペナルティ・ボックス」が以前からあったそうですが、1936年7月、当時の社会奉仕委員長だった藤原九十郎が、「ペナルティ・ボックス」の代わりに「ニコニコ・ボックス」を提唱しました。

今回良い機会なので、このようにニコニコの話をしました。皆さんも今日は良いことがあったからニコニコしようと意識していただければ良いかと思います。



【献血キャンペーンのご報告】 張ヶ谷政喜社会奉仕委員長

去る2022年7月17日(日)、柏駅東口ダブルデッキにて合同献血キャンペーンが開催されました。猛暑の中、汗をぬぐいながら道行く人に献血の呼びかけを行いました。お蔭様で大勢の皆様へ献血をして頂く事ができました。以下が当日の実績となります。

200ml	献血者数	6名
400ml	献血者数	100名
成分献血	献血者数	56名
合計献血者数		162名

皆様のご協力に感謝致します。



本日ゲスト



オブザーバー
ココアップズ(株)
楠山和宏様



(有)カシワ(元会員)
近藤千春様



ニコニコ

高田新也F(今日はロータリー情報委員長の卓話でニコニコの話をする。ニコニコしまーす)、古里正F(ダイエットに励んでいる私ですが、夏バテしてしまい、カ一杯食べたならリバウンドしてしまいました)、張ヶ谷政喜F(先日の献血キャンペーン、多くの皆様にご参加いただき、誠にありがとうございました。おかげ様で目標の献血者数に達した様です。詳細は後日ご報告いたします)

《編集後記》

今年度、初めての夜例会でした！例会内容は変わりませんが、お食事が例会後なのでいつもよりゆったりと感じました！（井上英博）

例会日：水曜日 12:30～13:30

例会場：ザ・クレストホテル柏

柏市末広町14-1

TEL 04-7146-1111(代)



<会報担当>

委員長	井上英博	中島康子	杉原浩
委員	坂本博	中島有紀子	関学
	藤川崇	山下和則	岡本雅子