



2023年 八戸西ロータリークラブ会報



国際ロータリー第 2830 地区

RI 会長 ジェニファー・ジョーンズ (カナダ)
ガバナー 田中 常浩 (むつ RC)

第 261 回例会

日時：2023年5月18日(木) 於：八戸プラザホテル 18:30～ ▶司会 村岡徹弥
▶ビジター なし ▶ゲスト なし ▶四つのテスト 工藤良弥 ▶撮影 尾崎雅子 / 川市由紀子



四つのテスト
工藤良弥 会員



出席報告
武部一代 会員



ニコニコボックス
松田郁子 会員



今回の食事

会長要件 (小林周子 会長)



皆さんこんばんは。今日は暑かったですね。急な暑さについていけないという状況でしたが、保育園でも熱を出す子がいて、熱中症でなければいいあと心配していました。

近年、地球温暖化になってきているのかなと感じているところです。SDGs は皆さんご存じだと思いますけれども、これは持続可能な開発目標で、大企業から個人までそれぞれが身近な目標を立てて皆が努力していきましょうということで、地球温暖化に関しても項目があります。これを子どもたちにどう伝えていこうかなと考えています。

まず身近なところで、ティッシュの使い方ですね。私の小さい頃は頻繁に使うことなんてなかったですけど、今の子どもたちのティッシュの使い方を見ればすごいですよ。常に身近なところにあるので、ちょっと何かが落ちただけでもティッシュで拭いて、すぐに捨てます。中には、必ずどんな状況でも2枚取って使う人もいます。うちの職員に至っては、例えばコップに入っている水がこぼれたら、ティッシュを何枚も取って、それで拭いて捨てています。私は、なぜ雑巾を使わない？と思います。日本のティッシュを製造する為に、南方のほうの木が沢山伐採されていると聞きます。それも、地球温暖化が始まっている原因になっているとどこかで聞いたことがあります。だから、身近なところでティッシュの使い方を覚えさせるために、学童クラブの小学生の子どもたちには、ティッシュを4等分に切って畳んで置いておき、この分を拭くにはこの分だけで十分でしょと教えています。そうすると、そのうちにティッシュ1枚の使い方をだんだん覚えてきます。凄く貧乏くさい話ではありますが、私は地球環境の為に、そういう自分ができるところからやればいいのかなと思っています。

また、このコロナ禍で、どこに行っても手を拭くのはペーパータオルになってしまいました。保育園でもそうです。ただ、少し前までは各人がハンカチを持って来てねというふうにしていました。自分自身もハンカチを持ち歩いているんですけど、なんとなくペーパータオルがあると使ってしまう。日本人の心であるもったいないという気持ちを持ち合わせて、自分1人でもいいから、環境維持に少しでも貢献したいなと思っている昨今です。今日は以上です。

幹事報告 (畠山徳陽 幹事)



・地区女性会員の集い：6/11(日) テーマ「あなたも今日から腸美人になれる発酵食品の秘密」

会場は八戸プラザホテル 登録料 1,000 円

締め切り 5/30(火) 興味のある方は言ういただければお申込みいたします

急に暑くなりましたが、皆さん体調崩さないように気をつけてください。私先日、ニコニコボックスで、次期会長のテーマ「世界に希望を生みだそう」を覚えておいてくださいと言ったんですけど、地区の築館ガバナーのテーマもありまして「和気満堂」と書いていたのを覚えていますか？意味としては、和やかな気が、こういう部屋に満ちているという意味なんだそうです。吉田産業初代会長の吉田昌平様よりアドバイスしていただいた言葉だそうで、クラブの会長だった時に使っていたみたいなので、皆さん覚えていただければと思います。よろしくお祈りします。

出席報告 (武部一代 会員)

会員総数 37 名 会場出席 17 名 出席率 48.6%

ニコニコボックス(松田郁子 会員)

- 小林 周子 会長：今日の気温はちょっと危険な暑さだったと思います。寒暖差に体がついていきません。
- 畠山 徳陽 会員：みなさんこんばんは。急に暑くなりました。体調を崩さないように気をつけましょう！
- 工藤威美子 会員：感謝
- 工藤 良弥 会員：こんばんは。何もなしです。
- 村岡 徹弥 会員：寒暖差がづらい！！
- 島浦 理 会員：久しぶりの参加となります。5月は繁忙期のため、中々参加出来ず申し訳ございません。
- 大嶋 泰雅 会員：インターアクトの工大一高生やる気満々です。支援、お願いします。
- 関川 文子 会員：今日も元気に感謝です。
- 藤井美保子 会員：はしかが流行っているそうです。50代の人でワクチンしていない年代の人は要注意です。大人のはしかは重症化することがあるようです。
- 新戸部弓子 会員：本日よりしくお願いします。今年初の半袖です。
- 竹本 洋子 会員：本日もよりしくお願い致します。急に暑くなり熱中症に気を付けたいと思います。
- 尾崎 雅子 会員：本日もよりしくお願いします。
- 川市由紀子 会員：暑い1日でした。今日も出席出来て良かったです。よりしくお願いします。
- 武部 一代 会員：今日も1日ありがとうございました。
- 森 トシ子 会員：本日もよりしくお願い致します。
- 蛇口 和憲 会員：感謝をずっと 笑顔をもっと
- 松田 郁子 会員：お久しぶりです。本日も宜しくお願い致します。

インターアクトクラブについて(大嶋泰雅 会員)



皆さんお疲れ様でございます。6月1日にインターアクトクラブ加入予定の生徒さん2名と先生がいらっしゃいます。2名とも3年生だそうです。クラブが結成される前ですけれども、このロータリークラブの雰囲気を味わっていただこうかと思っております。皆様一言ずつ挨拶を頂戴したりですとか、テーブルの中では、その場でぜひ自己紹介などしてリラックスした雰囲気で迎え入れていただいてインターアクトクラブの順調な船出を応援していただければと思います。なお申請書は来週早々に送ります。そうすると6月中には一応認可される予定となりますので、7月1日には工大一高のインターアクトクラブができていくという状態にしたいと思っております。その後は、いつになるか分かりませんが、インターアクトクラブと私たちの合同設立の催しもやっていきたいと思っておりますので、ご協力をお願いします。

会員卓話(尾崎雅子 会員)



皆さんこんばんは。先日、平均寿命の発表がありました。青森県は前回と同じでワースト1位ということでした。今回発表された平均寿命は前回よりも微増なんですけれども、全国的にも上がっているのに残念ながら短命県ワースト1位に変わりはありませんでした。児童・生徒にも小さいころから食育を推進してくださいとあり、献立を立てるのが主な仕事ではありますが、学校に出向いて食育もさせていただいています。その中でも、短命県返上ということワースト1位なのでみんなも小さい頃から減塩とか肥満とか気をつけて生活しましょう、ということをお話しています。

小さい頃から減塩に馴染んでもらうためにも、給食では、汁物・味噌汁等の汁の塩分を測って提供していますが、給食は3食のうち1食なので、やはり家庭での食事が大事になるのかなと思っています。いろいろ調べてみたら、青森県はカップラーメンの購入金額が全国3位なんだそうです。よくカップラーメンを汁物代わりに食べている方もいると思います。食べるのは悪くないのですけれども、塩分が普通の味噌汁より高いのです。汁を飲み干さないことです。短命県にもかかわってくるのが塩分ですので、子ども達には献立のお知らせでも、麺の汁は飲み干さないようにしましょうと指導をしています。

国の1日の塩分の目標摂取量は男性が7.5g、女性が6.5gですが、青森県では男性が11.3g、女性が9.7g摂取しているそうです。国の目標値に対して1日当たり約3g多く、そうすると1年間で1.4kg目標値よりも多くなってしまいます。塵も積もれば山となります。余談ですが、炭酸のジュースの購入金額も青森県は全国1位とのことです。砂糖の摂取量も多いと言えます。

子ども達はお家の人の食事を食べているので、お家の方の減塩や食生活に対する意識を変えられるようにしていきたいなと思い、参観日の日にお話をしたり、子ども達にも、お家の人に今日聞いたこととお話ししてくださいねと伝えています。来月から学校での指導がたくさん入っているのですけれども、やはりワースト1位というのは良くないので、少しずつでも青森県が長寿の方に入っていけるように、頑張っていければなと思っています。以上です。ありがとうございました。



- ・会長 小林 周子
 - ・幹事 畠山 徳陽
 - ・副会長 蛇口 和憲
 - ・事務局 (株)STARS 内
- ・例会場 八戸プラザホテル TEL: 0178-44-3123
- ・例会日 木曜日(月3回) 第1・3 12:30～
第2 18:30～
- 〒031-0072 八戸市城下4丁目9-5
TEL: 0178-51-8642 MAIL: hwrc@stars.aomori.jp