



地区スローガン【「和気満堂」】

2024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 ゴードン R. マッキナリー (スコットランド)
ガバナー 築館 智大 (八戸RC)

第286回例会

日時：2024年2月1日(木) 於：八戸プラザホテル 12:30～ ▶司会 藤井美保子
▶ビジターなし ▶ゲストなし ▶四つのテスト 工藤良弥 ▶撮影 川市由紀子四つのテスト
工藤良弥 会員出席報告
川市由紀子 会員ニコニコボックス
杉本勉 会員

本日のお食事

会長要件 (畠山徳陽 会長)



蛇口さんの5人で行きました。

皆さんこんにちは。今日は天気が良いんですけど、すごく寒いですね。ようやく冬っぽくなつた気がします。先週の1/22(月)、中央ロータリーに私と村岡さんと島浦さんと大島さんと

私の自身メーニングが初めてでしたが歓迎して頂いて、自分の職業アピールもしてきました。一応今年の幹事クラブになるという事で、合同例会、IMに挙って参加くださいとのことで、色々ご指示や尋ねたいこともありますが、快く引き受けただけたのではないかと思いました。

あと半年で幹事クラブ始まりますが、とても緊張しています。皆さんと力を合わせて乗り切りたいと考えています。

私が会社で3・4年振りに退職者がでまして、29歳の若者で入職して1年半の方でした。その方は中途採用で私の会社に入ったのですが、その時からモラルに欠ける所があるなと思っていたのです。会話をしていると、話を大きめに言ってしまったり、言い訳が多い人でした。私は、自社で良く社員に、法律を守るのもルールを守るのも当たり前の上でモラルを守って欲しいとよく言っています。モラルとは道徳や倫理の事ですよね。人として当たり前に守るべき価値観という所ですね。

人に迷惑をかけないとか嘘をつかないとかごみのポイ捨てをしないとか、そんな事なのですが、これを常日頃言っています。なぜかというと、ゆくゆくは仕事に出てしまうからです。退職した若者が次の職場で、私が教育した事が活かされれば良いなど思い今日お話しさせていただきました。以上です。

幹事報告 (村岡徹弥 幹事)



- ・地区インタークト委員から：優秀インタークト表彰 工大一高インタークトクラブの小堀泰知さんに決定しました。表彰の日時が決まりましたらお知らせいたします。
- ・ガバナー公式訪問 2024-2025年度のお知らせ：次期会長、幹事の方に一任させていただきます。なお、日にちは10月3日(木)です。
- ・ガバナーノミニーデジグネット選挙決定：2026-2027年度ガバナーの選考が終わり、弘前ロータリークラブの成田俊介様(弘前駅前整形外科クリニック院長)に推挙・決定しました事をお知らせします。意義や御意見のある方は申し出てください。

出席報告 (川市由紀子 会員)

会員総数34名 会場出席14名 オンライン3名 出席率41.2%

ニコニコボックス (杉本勉 会員)

畠山 徳陽 会長：みなさんこんにちは。早いもので年が変わりもう1ヶ月が過ぎました。半年後には、初の幹事クラブです。力を合わせて頑張りましょう。

村岡 徹弥 会員：本日もよろしくお願ひします。

蛇口 和憲 会員：ロータリー活動を継続するために危機管理を考えていく必要があると思います。(この後に続く)

大島 泰雅 会員：今日もよろしくお願ひします。

小林 周子 会員：今日から2月ですが1月もあつという間だったので2月も早いと思います。追い立てられる毎日です。今日もよろしくお願ひ致します。

島浦 理 会 員：本日もよろしくお願ひします。

工藤威美子 会 員：感謝

栗山 恵子 会 員：昨年は、忘年会皆様からお花をいただき有難うございました。5/30 公会堂もどうぞよろしく
お願ひします。

小笠原美千代 会 員：本日も最良の日でありますように！

川市由紀子 会 員：普通に暮らせることに感謝です。本日もよろしくお願ひします。

藤井美保子 会 員：琴さん、お久しぶりです。昨日は暖かったのに、今日は2月らしい寒さで身体がついていけない感じです。

工藤 良弥 会 員：2月よろしくお願ひ致します。

小芝 道子 会 員：春と冬が交互にきていますね。暖かい日が続きますように。

杉本 勉 会 員：皆さんこんにちは。寒暖の差が大きくて大変です。体調に気をつけましょう。

会員卓話（栗山恵子 会員）



皆さんこんにちは。大変ご無沙汰しております。昨日、プラザホテルの業者さんの親睦会と新年会がありまして、今日はローターさんがあるという事で参加させていただきました。お陰様で、東京の方で頑張っています。

昨年のBSの春の歌謡祭で私の姉と二人で歌った八戸哀歌が選ばれまして、秋の歌謡祭にも出演することができました。

今年は5月に八戸公会堂で北島兄弟と一緒に出演させていただける事になっております。また八戸の方々に私の歌を聞いていただきたいと思います。お時間ありましたらぜひ足を運んでいただけたらと思います。皆さん今年もどうぞよろしくお願ひいたします。

会員卓話（藤井美保子 会員）



今日は会場監督係という事で、急遽お話させていただきます。

Club 以前読んだ本についてお話ししたいと思います。癌についての本でした。癌という漢字には硬い病気という意味合いがあるそうです。癌そのものは冷えの病気だそうです。冷えの病気は体温が高い臓器にはできない、心臓は24時間動いて発熱している臓器なので癌が出来ないそうです。

管腔臓器など外とのつながりがある臓器は癌になりやすいそうです。体温が低い時間帯というのがあります、午前3時が一番低くて死亡率も高い率も高いという統計も出ています。体温が35度以下になると癌細胞が活発化します。低体温になるいろいろな病気を引き起こします。

体温は高い方が良いそうです。昔は温熱療法というのもあったものです。とにかく、冷えは万病の基と昔から言われているのは正にその通りだと思います。

食材の中にも体を温めるものと冷やすものがあります。暖かい土地に生まれた体を冷やす食べ物を陰性食品、寒い土地に生まれた体を温める食べ物を陽性食品というそうです。陰性と陽性をバランスよく摂取して、体の中から温めないとならないそうです。特にカリウムですね。バナナの中に多く含まれていますが、カリウムが多く含まれた食材は陰性食品です。反対にナトリウムを多く含む食材は体を温める陽性食品になります。カリウムとナトリウムのバランスが悪いと体調不良に陥ります。陰性食品は土の上に育つ植物で、陽性食品は土の中で育つ食物という事になります。

皆さんこれから冷えには気を付けてお過ごしください。ありがとうございました。

事務局より（蛇口和憲 会員）

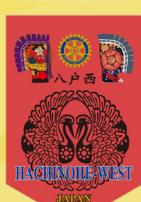


皆さんこんにちは。当クラブの事ではないのですが「八戸ロータリークラブが市と大規模災害時における協定を結びました」というニュースが昨夜のABAニュースと今日のデーリー東北新聞・読売新聞青森県版に出ております。

大変、素晴らしい内容だと思いますが、当クラブとしても「危機管理」に取り組んで行かなければならぬと思いますので、ひと言お話しをさせていただきます。

例えば、①例会中に災害があったらどの様な行動をとるか ②奉仕活動中に災害があったらどの様な行動をとるか ③青少年、当会で言えばインタークトの活動の中で、虐待・セクハラ・パワハラ・事故に遭うなどの時にどの様な行動をとるか、そして、訴訟になった場合やクレームや問題があった場合の対応方法や地区やRIへの報告ルートなども確認しておく必要があると思います。もちろん、ゼロ容認の考え方で行なうことが基本です。

このような事を早々に考え、取り組んで、共有して行かなければならないと思います。以上です。よろしくお願ひいたします。



・会長 畠山 徳陽 ・例会場 八戸プラザホテル TEL: 0178-44-3123

・幹事 村岡 徹弥 ・例会日 木曜日(月3回) 第1・3 12:30~

・副会長 島浦 理 第2 18:30~

・事務局 (株)STARS内 〒031-0072 八戸市城下4丁目9-5
TEL: 0178-51-8642 MAIL: hwrc@stars.aomori.jp