

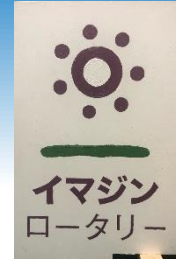
創立 1980年10月8日



ROTARY CLUB OF SAKAI NORTH

第2640地区 堺北ロータリークラブ週報

事務所 〒590-0940 堺市堺区車之町西2丁1番30号 ポピア南海3階302号
 Tel (072) 223-2300 番 Fax (072) 223-5005 番
 URL : <https://www.sakai-kita.jp/>
 E-mail : snrc@jasmine.ocn.ne.jp
 例会日 毎週金曜日 午後0時30分
 例会場 南海グリラ 天兆閣別館4階「ローズ」 Tel:(072)222-0131番(代表)
 ガバナー(第2640地区) : 森本芳宣
 ガバナー事務所 URL : <http://rid2640g.com/morimoto/>
 E-mail : morimoto@rid2640g.com
 会長: 塩見 守 幹事: 澤井久和 広報委員長: 池田茂雄 編集者: 坂田兼則



四つのテスト 言行はこれに照らしてから 1真実かどうか 2みんなに公平か 3好意と友情を深めるか 4みんなのためになるかどうか

本日の例会

2022年7月29日(金)第1959回

「森本芳宣ガバナー公式訪問」

卓話者 RI 第2640地区ガバナー 森本芳宣様

今週の歌 「奉仕の理想」

「見上げてごらん夜の星を」

お客様の紹介

出席報告・会長の時間

委員会報告・幹事報告・SAA報告

今週の歌 「見上げてごらん夜の星を」

見上げてごらん夜の星を 小さな星の小さな光が
ささやかな幸せをうたってる

見上げてごらん夜の星を ぼくらのように
名もない星が ささやかな幸せを祈ってる

手をつなごうぼくと 追いかけてよう 夢を
二人なら 苦しくなんかないさ

見上げてごらん夜の星を 小さな星の小さな光が
ささやかな幸せをうたってる

前回の例会

2022年7月23日(土)第1958回

「ビア・パーティー」

18:00～ (受付17:30～)

於: 大阪マリOTT都ホテル19階「クーカ」

<7月23日(金)の出席報告>

会員数	29名
出席会員	18名
欠席会員	11名
ご家族・ファミリー会員	14名
ゲスト	2名

2022年7月15日(金)第1957回

卓話 「自転車産業の街から、
自転車が利用しやすい街に」

卓話者 堺自転車のまちづくり市民会
代表 中村 博司 様

紹介者 笹山 悦夫 会員

今週の歌 「日も風も星も」「堺北RCの歌」
「われは海の子」

お客様の紹介

出席報告・会員総会・会長の時間

委員会報告・幹事報告・SAA報告

<7月15日(金)の出席報告>

会員数	29名
出席会員	19名
欠席会員	10名
ゲスト	2名
ビジター	1名

次回の例会

2022年8月5日(金)第1960回

卓話 「会員増強月間フォーラム」

卓話者 会員増強委員長 嶽盛 和三



イマジン
ロータリー

2022-23年度 国際ロータリーのテーマ

「イマジン ロータリー」

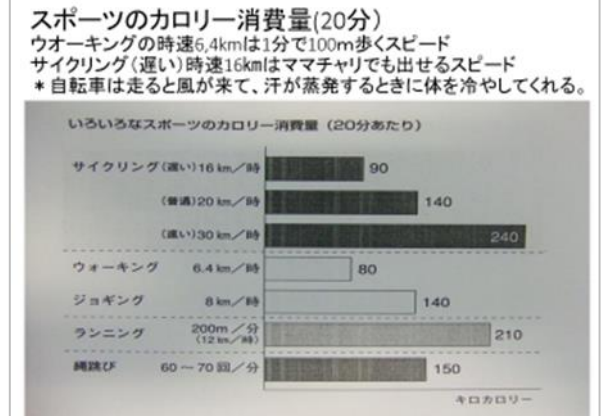
国際ロータリー会長 ジェニファーE・ジョーンズ (カナダ・ウインザーローズランドRC)

卓 話

「自転車産業の街から、
自転車が利用しやすい街に」
堺自転車のまちづくり市民会
代表 中村 博司 様
紹介者 笹山 悦夫 会員

健康寿命を損なう2つの要因

- (1) **メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)**
内臓脂肪の蓄積により、糖や脂質の代謝の異常が起こり高血圧、高脂血症、糖尿病などが重なっておこる状態
- (2) **ロコモティブシンドローム**
ロコモとは関節や筋肉など移動、運動に必要な器官の故障で日常生活に差し支える状態



自転車と健康維持 | 自転車運動の6つの特徴

- **運動量が大きい**
体の中の一番大きな脚の筋肉を動かし続ける。
- **安全な運動**
サドルに座り、ペダルを一定方向に回すだけの運動
- **生活に組み込みやすい**
通勤、通学、買い物など、必要な生活時間を運動時間に交えやすい。

- **気分転換でストレス解消**
行動範囲が広く気分転換できる運動。自由に好きな時間に行うことができるので、ストレス解消に役立つ。
- **楽な運動**
二コノペースで続けると、風が吹き出した汗を蒸発させ、空冷効果で楽しみながら運動できる。
- **脳を鍛え認知症予防**
自転車を安全に走らせるには、路面や周りの状況を常に把握し、いろいろな判断を瞬時に行う必要がある。

自転車運動を継続するための3つのポイント

- (1) **生活の中で、使用目的にあった自転車を選ぶ**
買い物にも、通勤、レクリエーション、旅の道具など
 - (2) **車・信号の少ない道を安全・快適、頑張らずに走る**
息がはずむ程度の強度で有酸素運動効果はあります
事故多発の交差点のない川沿い、線路沿い、池の周りなど
 - (3) **楽しいから、また乗りたくなるいい自転車を購入**
乗らないもったいないという意識も芽生える
- * 慣れない自転車運動を始めると、尻痛・肩痛など起こります。
自転車専門店で購入すると対策・快適なコースをアドバイスしてくれます

自転車安全利用五則

ご存知ですか? **自転車安全利用五則** 守りましょう! 自転車の交通ルール

- 1) 自転車は、車道が原則、歩道は例外
- 2) 車道は左側を通行
- 3) 歩道は歩行者優先で歩道寄りを行く
- 4) 安全ルールを守る
- 5) 子どもはヘルメットを着用

ポイント⑤ 左側通行の徹底

左側通行の徹底

右側通行は**重大事故**を招く
(時速30kmを超える死亡する確率が跳ね上がる)

時速20kmの左側通行の自転車に時速40kmの車が追突すると20kmの衝撃が来ても怪我で済む可能性が高い。
右側通行だと60kmの衝撃で死亡事故の可能性が高くなる。

自転車は、軽車両で**自動車の間**です。
原則車道走行であり、車道を走行するときは、**左側通行**です。

ヘルメットは車に自転車の存在をアピールする効果がある。

左折車に巻き込まれない交差点への侵入

交通事故の70%は**交差点**で起こる
左折車に巻き込まれないためには、後ろからくる車に見える位置で交差点に入る

自転車事故を避ける3段階の対応

- 第1段階(事故予防)**
 1. 安全なルート(往路と復路、夜間、天候等)を考える。
 2. 自転車の安全点検(プロの定期点検)、安全装備を考える。
 3. 十分な自転車保険に入っておく。
- 第2段階(走行中の注意、事故予測)**
 1. 交通ルールの順守(車道の左側を1列で走る)
一時停止は片足を地面に。進路変更など手信号を活用する
- 第3段階(事故を避けられない時の対応)**
 1. 左折巻き込み事故などを避けるため、一緒に曲がる等テクニックを養う。
 2. 最後まであきらめずブレーキをかけてスピードを落とし、受ける衝撃を少なくする。



会長の時間

会長 塩見 守



本日は2021-2022年度決算の件と2022-2023年度予算案の件のご承認をいただきたいと思っておりますので、皆様よろしくお願ひいたします。先週は丸山孝明ガバナー補佐様にお越しいただいて、第1回クラブアッセンブリーを各委員長様のご協力により無事に開催できましたことに感謝申し上げます。次週は本年度最初の親睦行事、ビア・パーティーを大阪マリオット都ホテルでの開催を予定しておりますので、通常例会は再来週の7月29日となります。この29日の例会は、ガバナー公式訪問でございます。国際ロータリー第2640地区 森本芳宣ガバナー様をお迎えさせていただきますので、どうか会員の皆様には多くのご参加をよろしくお願ひいたします。昨日2022年7月度堺7RC合同例会委員会・連絡会に出席させていただきました。合同例会委員会では、昨年度から約1年間かけて議論をしてきたので、本年度の開催を望む声が多数でした。しかし例会としてしまうと、ハードルが高くなってしまいますので名称を「堺7RC合同フォーラム」とさせていただきます事になりました。日時は2022年10月14日(金)16時～18時30分を予定しております。場所はアゴーラリージェンシー堺で進めさせていただきます。フォーラムのテーマを「今後のロータリーの在り方」として、1時間程度行ってから懇親会を開催する予定でございます。初めての試みですので、是非とも一人でも多くの会員の皆様にご参加いただきたいと思っています。

「会員総会議事録」

議長：会長 塩見 守

日時：令和4年7月15日(金)

於：例会場

議案：

1. 2022-23年度 予算(案)の件・・・承認
2. 2021-22年度 決算の件・・・承認
(上記2件 池田会計より説明あり)

会員数29名、出席会員19名で、クラブ細則第5条第3節の規定により定足しており、会員総会は有効に成立。上記2議案、賛成多数で承認を得た。

委員会報告

社会奉仕委員会

「"ダメ・ゼッタイ"募金の報告」

社会奉仕委員長 平野祥之



今年度最初の「ダメ・ゼッタイ」募金を行いました。今回は「ほまれ」のちりめん山椒です。募金金額は、7,500円でした。皆様のご協力に感謝いたします。

広報委員会

「ロータリーの友・7月号の紹介」

広報委員長 池田茂雄



「左開き」

(1)RI 会長メッセージ (6ページ)

ジェニファー・ジョーンズ氏。カナダ・オンタリオ州・ウインザー大学理事長・法学博士です。1905年ロータリーの誕生以来117年目にして、女性RI会長が誕生した。

「ロータリーの雑誌が病院や喫茶店などに置かれて人々に読まれる日が来るのを楽しみにしてきました。ロータリー会員が自分たちの活動について詳しくなるのは素晴らしいことですが、より多くの人々に私たちのストーリーを知ってもらえたら、もっとすてきだと思いますか」。

夫ニック・クラヤシッチと私は、各重点分野で最も影響が大きく、持続可能で大規模なロータリープロジェクトに焦点を当てて行動します。それを、「イマジン・インパクト・ツアー」と呼びます。

全世界のロータリークラブ「36,614クラブ」・「会員1,162,763人」(2022年5月現在)で、40%以上女性会員がいるクラブが「1,457クラブ・49か国」で、全世界クラブの4.0%となっています。

(ジェニファー・ジョーンズ会長の紹介記事 19 ページまで続く)

(今年度会長テーマ・イマジン ロータリー)

(会員が夢を実現するために行動し、クラブの魅力を最大限に味わえる場としてロータリーを思い描き、お互いのつながりを深めることによって世界に変化をもたらすパートナーシップを築きましょう) (イマジン = 思い描くこと)

(2) 森本芳宣ガバナーの横顔 (32 ページ)

第 2640 地区ガバナー、和歌山北クラブから初のガバナーが選出された。税理士事務所を開業。職業奉仕、社会奉仕を実践しておられる。少しお酒がお好き、ゴルフ好きの森本ガバナー。

(3) イマジン・ロータリー (40 ページ)

佐藤芳郎氏 (2022~24 年 RI 理事・岡山南 RC)

今年度 RI 会長のテーマ「イマジン・ロータリー」ですが、私は「明日のロータリーを夢見て、それを実現させましょう」という意味だと理解しています。

(4) RI 国際大会の開催 (58 ページ)

2023 年 5 月 27(土)~31 日(水)・オーストラリア・メルボルン

「右開き」

(1) 友愛の広場

千玄室大宗匠による職業奉仕特別公演(17 ページ)

国連親善大使・元国際ロータリー理事・裏千家前家元の千玄室大宗匠の特別公演。

千さんは、元、日本軍特攻隊員でした。昭和 20 年 3 月のこと、特攻の命が下り、志願するかどうかについて紙に書いて出せという。「否」・「希望」・「熱望」のどれかに○をつける。とても「否」に○をつけて出せる雰囲気ではない。「熱望」に二重丸をつけて出した。皆は神風特攻隊員として空に散って逝った。「いったいあの戦争は何だったのか、77 年間、私は、じくじたる思いで生きてきました」と、千さんは無念な思いを吐露されました。皆の顔が浮かびます。戦友たちは、「自分が死ぬことで国が救われる」という気持ちで飛びたって逝きました。本当に申し訳ない気持ちです。毎年、生き残りとして靖国神社にお参りしています。

(2) rotary at work (ロータリーアットワーク)

富田林 RC (22 ページ)

40 年前に富田林市に寄贈の鋳造オブジェ「依

り代」を、創立 60 周年を機に近鉄富田林駅前に移転し設置した。

(3) 泉佐野 RC (24 ページ)

NHK 朝ドラに出演のバンドを招いてコンサートを開き、ウクライナ支援のための募金活動で 104,000 円の寄付金が寄せられた。クラブの浄財と併せて 24 万円をロータリー災害救済基金に送金した。

(4) 堺東 RC (26 ページ)

創立 50 周年記念事業として、次の二つの記念事業を行った。

- ① 商工会議所南口玄関前に時計塔を寄贈した。
- ② 堺市内の子ども食堂支援のため、計 28 団体に必要とする品物を寄贈した。

米山奨学委員会

「米山功労クラブのご報告」

米山奨学委員長 米澤邦明



この度、ロータリー米山記念奨学会より、「第 35 回米山功労クラブ」の感謝状が届きましたので、ご報告いたします。

皆様のご協力に感謝いたします。



幹事報告

(1) 配布物 (7 月 15 日)

- ・野口万里子さんよりチラシ ・週報
- ・2022-23 年度予算案 ・2021-22 年度決算
- ・ロータリーの友 7 月号
- ・ロータリーの友 7 月号の紹介
- ・アッセンブリー資料
- ・会費請求書

(2) 訃報

名誉会員の田中朝彦さんが、7月15日92歳でご逝去されました。

当クラブチャーターメンバーとしてクラブの発展に尽力されながら、平成23年6月に正会員から名誉会員となられ現在に至っております。ご冥福をお祈りするとともに、謹んで哀悼の意を表します。

(3) 他クラブ例会変更のお知らせ

【堺泉ヶ丘RC】

- ・8月9日(火)→同日『ビアパーティ例会』
於：ニューミュンヘン南大使館
- ・8月16日(火)→休会
クラブ定款第7条第1節(d)の規定により

SAA 報告 (7月15日)

(会員は50音順)

- 元R財団奨学生 ロータリークラブのお陰でドイツ
野口万里子様 留学ができました。本当にありがとうございました。
- 笹山悦夫会員 中村様、本日はお忙しい中、ありがとうございます。久々のお話、楽しみにしています。
- 澤井久和会員 本日、少し早めに退席すると思います。すみません。
- 塩見 守会員 中村様、本日の卓話楽しみにしております。野口様ようこそ堺北RCへお越しくださいました。ごゆっくりお過ごしください。中川会員先日はお忙しい中ありがとうございました。
- 嶽盛和三会員 二週お休み致しました。新会長、幹事さんをはじめ役員の皆様よろしくお願ひ致します。中村様卓話ありがとうございます。楽しみにしております。
- 那須宗弘会員 中村博司様ようこそお越し下さいました。今日の卓話楽しみにしています。

平野祥之会員 中村様、本日は卓話楽しみにしています。野口様、本日はようこそお越し下さいました。中田社会奉仕副委員長、ダメゼッタイ募金の商品を買に行き、ありがとうございます。

合計28,000円

◆米山特別寄付・・・濱口正義会員

SAA 報告 (7月23日)

澤井久和会員 那須親睦活動委員長、本日もお世話ありがとうございます。

その他



2002-03年度元ロータリー財団国際親善奨学生野口万里子様が、聞こえない人の医療機関の困難をなくすために、医学部・薬学部学生に聴覚障害特性漫画を届けるため、クラウドファンディングを立ち上げられ、その説明と協力のお願ひがありました。

目標まであと一息のところ、ご出席の会員の皆様に多くのご協力いただき、目標金額に近づけたようです。今後、活動報告して下さるようです。



会長の時間

ビア・パーティー7月23日(土)
於：大阪マリオット都ホテル



会長 塩見 守

本日は那須親睦委員長、中田親睦副委員長をはじめとして、親睦活動委員会の皆様にご尽力をいただきまして、2022-2023 年度最初の行事でございますビアパーティーを開催できた事に感謝申し上げます。本日ご参加くださいました皆様には本当にありがとうございます。順調に準備が進められていましたが、3 日前ぐらいから新型コロナウイルス第 7 波の感染拡大の状況が報道され始めました。しばらく収まっていたので大丈夫だと思ってあまり警戒していませんでしたが、やはり感染力の強いウイルスに変異しているらしいので油断してはいけなかったと思います。政府の見解と吉村大阪府知事の説明では、社会経済活動の観点から行動制限を行わずにこまめな消毒とマスク会食の徹底、十分な間隔と換気などを勧めておられました。私たち一人一人が今一度コロナに感染しない、させないという気持ちが大切だと思います。これから先も感染状況をみながら行事を考えていきますので、どうか皆様のご理解とご協力をお願い致します。最後に大阪マリオット都ホテル様にはたくさんのご配慮いただきありがとうございました。

開会の挨拶



親睦活動委員長 那須宗弘

今日は堺北ロータリー恒例のビア・パーティーに、大変お忙しい中、コロナ禍にも関わりませず、会員、ご家族、ファミリー会員の皆さん有難うございます。今月から塩見会長年度の始まりです。本年も多事多難が待ち受けているかもしれませんが、若い会長の下、一丸となりましてロータリー活動を高め会長を盛り上げて、元気よく楽しい集いを作っていく事を誓い本日のビア・パーティーの開会の挨拶と致します。有難うございました。

