

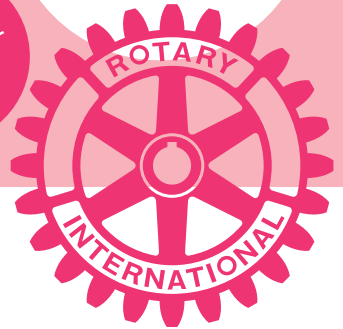


国際ロータリー第2530地区 郡山アーバンロータリークラブ

国際ロータリー第2530地区ガバナー 佐久間 英一
会長 宮崎 登志行
幹事 采女 真弓



人類に
奉仕する
ロータリー



第8回例会 H.28.9.7 水

- ▶ 開会点鐘 ▶ 国歌斉唱 ▶ ロータリー歌斉唱「奉仕の理想」
- ▶ ロータリーの目的・四つのテスト唱和 鈴木かおるさん

会長挨拶

宮崎登志行 会長

先日、卓話をさせていただいた時に映画の話をしていただきました。その中で新海誠さんの3年ぶりの映画「君の名は」を楽しみにしていると仰いました。新海誠さんは日本よりも海外での評価が高く、アニメエキスポ2016でも「君の名は」は満員の大観衆の5分を超えるスタンディングオベーションをいただいたそうです。日本では8月26日から上映されており、9月2日までの8日間で興行収入が27億1,500万円、動員数212万7,800人を記録したそうです。私も先日の日曜日は久々にオフでしたので、見に行こうと思いましたが、郡山の映画館は次回上映を待つ人が長蛇の列でしたので、新幹線で福島に行きましたが、4つの映画館とも売り切れで最終上映分が少し残っているだけでした。日本の映画もメジャーになったものだと思います。

今回は、配給元の東宝が非常に力を入れているようで、これまでの新海誠さんの作品「言の葉の庭」「秒

速5センチメートル」を映画に先行して文庫化して発売しています。映画に先立って小説「君の名は」も発売しました。書店では小説「言の葉の庭」も売り上げナンバーワンで売り切れ続出です。そういったPR効果で今回のメガヒットにつながっているのだと思います。結局、小説は読んだものの映画は残念ながらまだ見てません。ぜひ見たいものと思います。世界85の国で配給が決定しています。日本だけで最終興行収益は60億円を超えるだろうと予想されています。皆さんもぜひ話題作を見ていただければと思います。

久々に日本の大ヒット映画が出ております。私は興業第2位の「シン・ゴジラ」と「ジャングルブック」を見ました。「ジャングルブック」は人間の言葉を話す動物がすべてCGですが、実際に動物が動いているように見える高い技術でした。

先日のガバナー公式訪問でのガバナー卓話でもありましたが、当クラブもいろいろな事業を行っておりますので、対外的にもいろいろなPRをして、知名度を上げて、そこから会員増強につなげて仲間を増やしていければと思っております。

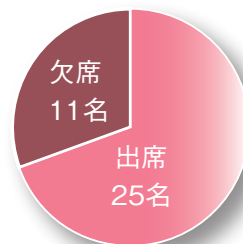
スマイルBOX報告

佐藤洋子委員長

- ☺ 宮崎登志行 ▶ 小林悦子さん、よろしくお願いします!
- ☺ 采女 真弓 ▶ 小林さん楽しみにしています。
- ☺ 大山三起雄 ▶ 安中利夫さん誕生日おめでとうございます。
- ☺ 岩山 慎一 ▶ 小林さんのスピーチを楽しみに!
- ☺ 佐藤 功一 ▶ 小林さんの卓話を楽しみにして。
- ☺ 増子ふみえ ▶ 小林さん卓話楽しみにしてます♡
- ☺ 蔭山 寿一 ▶ 小林さんの卓話楽しみです!
- ☺ 小口憲太郎 ☺ 津野 順子 ☺ 高橋 功
- ☺ 石堂 勝壽 ☺ 武藤起代子 ☺ 宮澤キヨ子
- ☺ 佐藤 洋子

出席報告

宮澤キヨ子副委員長



総員 36名
出席率 69.44%
前回修正率 100%

<メイクアップ>

白岩邦俊さん 鈴木尚子さん
向山良作さん

9月の誕生祝

大山三起雄 親睦活動委員長

バースデーカードをお渡しいたします。誕生日にお花が届きます。

安中利夫さん(9/10)





プログラム／会員卓話

■安中利夫 S.A.A. 委員長

昨年度は8名が入会され、6月にロータリー情報委員会でオリエンテーションを開催しました。新会員に卓話をしていただければ早くクラブになじめて皆さんと仲良くなれると思ひまして、小林悦子さんをお願いしたところ快く受けていただきました。よろしくお願いします。

「食育について」

小林悦子さん

ロータリーに入りまして学んだことはいろいろありますが、最初に感動したのは例会の始まりと終わりに合図として鳴らす点鐘です。この鐘の音は、場をきれいにしロータリーの基本に戻るといふ、軸をしっかりさせるためのものだと思います。もうひとつ学んだことは、答えはイエスしかないということです。喜多方 RC に鈴木尚子先生と鈴木かおる先生と一緒に邪魔



した時に「返事は『はい』と『イエス』と『喜んで』以外に、どうせやるなら喜んでやりなさい」とお聞きし、なるほどと思いました。今日の卓話も、安中さんから声をかけていただきましたので、喜んでやらさせていただきます。ドクターがたくさんおられる中で大変迷いましたが、私がライフワークとし現在メインとして考えている食育活動のことを皆さんにお話ししたいと思います。

私たちの体は60兆個の細胞でできています。細胞の集まりで成り立っている私たちの体に大切なものは、もちろん栄養素です。さきほどいただいたご飯も、血液を通して体をめぐり、体を作っていくわけです。栄養素をわかりやすくしたのが「まごわやさしい」という言葉です。小泉首相の時に食育基本法が国会を通りました。明治時代までは日本は食に対して一生懸命な国で、子供が「ただいま」と家に帰った時には「ごはん食べた?」と聞くことが普通でした。お米が大事で、子供が満腹であれば幸せで、気持ちも安定するとされていたのですが、いつのまにか変わってしまいました。

キーワードの「まごわやさしい」の「ま」は豆です。納豆、枝豆、豆腐などの豆製品です。お味噌も豆で作られていますので味噌汁も入ります。これらの豆製品からたんぱく質をとることをお勧めします。「ご」はごまです。



ゴマ油、えごまなどのごま製品です。「わ」はわかめなどの海藻類です。わかめや海苔は韓国と日本しか食べないそうですが、ミネラルがたっぷり入っています。「や」は野菜です。季節の野菜、それも収穫して3分以内の野菜が栄養的にパワーが優れているそうです。「さ」は魚です。大震災後にお寿司屋さんが大人気だったそうで、日本人は特に生魚が恋しくなるそうです。青背の魚はどちらの血液の予防にも効果があるそうです。「し」はしいたけ、しめじなどのきのこ類です。便秘の方は山盛りのきのこを召し上がるとよいそうです。「い」はいも類です。さらに「こ」のコメを加えた「まごわやさしいこ」と覚えておいていただき、買い物の時にも参考にいただければと思います。

食べ物から取り入れた栄養素は、地球2周半あるといわれる血管を通して体の中を巡り、毛細血管まで行き渡るのに3分かからないそうです。血管が弾力と丈夫さをもち、血液がさらさらであれば、予防医学にとって申し分ありません。中でも更年期の女性の「腸年齢」を若く保つためには善玉菌のための酵素や酵母が重要です。食べたものを噛むことは大事です。よだれが多い赤ちゃんは丈夫だといわれるように、まず口で体に入れてよいものかどうかを見極めていくわけです。食べ物は小腸で栄養素を吸収し、残ったカスが出ていきます。理想は自分で OK マークをした太さのバナナです。運動と水分が大事ですので、年齢の高い方は特に水を飲んでいただきたいと思います。

郡山アーバンRC杯中学野球大会報告

鈴木かおる青少年奉仕委員長

9月3日（土）午後1時30分から高瀬中グラウンドで行健中と富田中の決勝戦が行われ、富田中が激戦を勝ち抜いて優勝しました。今年は好天に恵まれて予定通り無事に終ることができました。閉会式には宮崎会長、蔭山広報委員長、藤田さん、津野さん、私、國分さんが参加しました。開会式・閉会式での宮崎会長のご挨拶に感動しました。皆さんのご協力ありがとうございました。

地区国際奉仕セミナー報告

向山良作国際奉仕副委員長

地区国際奉仕セミナーでは補助金について説明があった後に、白岩先生が台湾での水設備の話映像を使って細かく説明されました。素晴らしい発表に感動いたしました。

理事会報告

采女真弓 幹事

- ① 竹浪真理子さんが病氣療養のため退会届を出され、理事会で受理されました。お見舞金を差し上げます。
- ② 福島民報・福島民友に地区大会広告を例年通り掲載します。

ロータリー財団寄付者

■味戸誠一郎 ■橋本 弘幸 ■宮崎登志行

米山記念奨学会寄付者

■味戸誠一郎 ■蔭山 寿一 ■白岩 邦俊
■滝田 幸子 ■橋本 弘幸 ■宮崎登志行

ポリオ寄付者

■蔭山 寿一 ■橋本 弘幸 ■宮澤キヨ子