



MONTHLY

2014

1

松山ロータリークラブ

事務局 松山市一番町4-1-5 一誠ビル7F TEL(089)932-4426 会長 清田明弘 幹事 二神良昌



2013～2014年度国際ロータリーのテーマ

ロータリーを实践し みんなに豊かな人生を

2013～2014年度
国際ロータリー会長
ロン・バートン

例会予定

- 2月4日(火)…「ロータリーアクトクラブの紹介
ライラセミナーのご案内」
米山 徹太会員
- 2月11日(火)…祝日のため、休会
- 2月18日(火)…「西本幸雄監督の話」
羽牟 正一会員
- 2月25日(火)…「松山での単身赴任生活(その後)」
諸橋 直人会員

巻頭メッセージ

会長挨拶

会長 清田明弘

皆様、あけましておめでとうございます。会長の重責を感じ続けて半年が過ぎました。今年度は記念事業などのお祝い事も少なく、日程的には比較的楽にもかかわらず、欠席や早退をすることとなり、泉川副会長のお世話になりました。後半も引き続き副会長のお世話にならざるを得ない日程もありますので、会員の皆様には御理解いただきますよう、お願い致します。

さて、会長という役を引き受けるにあたり、会員数が前年度より多くなることを期待し、また、その様になる努力をしておりますが、残念ながら、退会者が増え、会員数は70名を若干超えたところで推移致しております。四国の高松、徳島、高知の各RCは現在も80人前後の会員数を確保されておられます。安倍総理の経済対策が地方にまでは浸透しきれていない現状では会員増強も厳しい状況ではありますが、会員皆様のご努力にも期待して引き続き80人の会員数を目指していきたいと考えております。皆様、新入会員のご紹介をよろしくお願い致します。

また、毎週の例会行事や卓話、親睦活動を通じ、会員相互の連携をよくして頂き、例会に出席していただきたいと思っております。また、ご欠席の時は松山市内の他のRCにメイキャップに行っていただくことは、他のクラブの会員の方々ともお知り合いになって頂く絶好の機会かと思っております。気軽に事務局に出席できる日をご連絡いただだけで出席可能となります。他のクラブの例会運営の見学を兼ね、是非メイキャップもお願い致します。毎年、クリスマス例会で多くの会員が皆勤賞を貰えることを期待致しております。

最後になりましたが、残りの期間、会員皆様方の更なるご協力とご支援をお願いし、ご挨拶と致します。

第3192回例会 2014年1月7日(火)

出席会員 72(64)名中45名 出席率64.29%

前回訂正出席率70.83%

欠席会員 27名 安保、土居、福田、五味、羽牟、原田(雅)、市川、伊藤、河田、菊池、河内、御木、三好、村上、西村、大塚、大橋、小野、佐々木、下田、白石(恒)、洲崎、関(啓)、玉置、和田、横山(亀井)

ニコニコ箱

清田 明弘 あけましておめでとうございます。本年もよろしくお祈いします。

二神 良昌 皆様明けましておめでとうございます。本年も何卒よろしくお祈いします。

濱本 道夫 今年もよろしくお祈い申し上げます。

原田 達也 今年がいい年になりますように！

林 純之介 あけましておめでとうございます。今年も年男のご挨拶をさせていただきます。

平原 立志 おめでとうございます。本年もよろしくお祈いします。

石橋 和典 明けましておめでとうございます。

本年もよろしくお祈いいたします。

泉川 孝三 年男です。よろしくお祈いします。

児玉 聡 明けましておめでとうございます。

児玉 義史 今年もよろしくお祈いします。

三原 英人 新年のお慶びを申し上げます。

永木 昭彦 本年もよろしくお祈いします。

西野 佳和 本年もどうぞよろしくお祈い致します。

大森 克介 明けましておめでとうございます。

佐藤 昭美 明けましておめでとうございます。新年を山梨県の河口湖で迎えました。が霊峰富士の美しさに深い感銘を受けました。

白石 省三 午年生まれ

菅井 久勝 おめでとうございます。本年もよろしくお祈いいたします。

高橋 伸定 本年も宜しくお祈い申し上げます。

結城 旬 新年明けましておめでとうございます。

米山 徹太 今年も宜しくお祈い致します。

中住 義晴 皆様明けましておめでとうございます。おだやかなよい正月でした。

山内 建 (会員誕生祝)(ご夫人誕生祝)

深見 邦芳 (ご夫人誕生祝)

早 退 兼平 (新年おめでとうございます。本年もよろしくお祈い申し上げます。)、長尾 (申し訳ありません。本年もどうぞよろしくお祈いします。お正月に2kg太りました…。)

卓 話 「年男は語る」

林 純之介 会員

(昭和17年1月27日生)

年男にしては、威勢のいい話ができなくて、申し訳ありません。5年前、脊椎の一番下の3本にずれが生じていることがわかり、手術をしました。術後は一旦落ち着いたのですが、そのときすでに「林さん、3本の脊椎を金属で固定しました。これしかないという方法ですが、3本を固定したということは、すぐ上の部分に負担がかかることを意味します。従って数年後にすぐ上の部分でヘルニアが発生するでしょう。」そのとき、もう一度の手術を覚悟しておくように、と宣告されておりました。そして、まさしく去年暮れから、また痛みが増してきました。早ければ1~2ヵ月の内にまた手術かなと、感じています。そんな訳で今は前向きの話ができないのが残念ですが、2年前に始めた油絵が、少し面白くなってきましたので、今年もいろいろな絵に挑戦してみようと考えています。また、96年にアメリカ駐在を命じられ、英語を懸命に勉強し、在任中は無事に過ごしたのですが、その際読み飛ばした、やさしめの原書にもう一度接触してみたいと思っています。痴呆防止の目的です。

「年男の抱負」

大森 克介 会員

(昭和17年3月19日生)

昨年の4月より福角病院の院長として老骨にムチ打って働いています。この病院は開設後30年になり、建物が老朽化しておりましたので、病棟部門の改築を始めており、来年春には完成を予定しております。工事完成後は、お年寄りにより快適な環境と一層レベルアップした介護と治療を提供できるようにしたいと思っています。

家庭生活は、夫婦仲良く喧嘩しながら、お互いにボケないようにしていきたいと思います。3人の子供も全員結婚し、今年は孫が4人になる予定です。

趣味はオーディオで、これから色々と機材を替えたりして楽しんでいきます。

仕事で時間が制約されますので、ロータリー活動は、職業奉仕として、お年寄りの治療と介護により地域社会に貢献することで果たしたいと思っています。

「年男は語る」

白石 省三 会員

(昭和17年10月19日生)

72歳になり、今までは微力ながら他人のお世話をする立場でしたが、これからは皆さんのお世話にならないように、迷惑をかけないように生きることを考えなければと思っています。

先日ある会でこのことをお話しましたら、お世辞で「まだまだ若くてお元氣なので頑張っていたかなければ」と言ってくれる人と、ウンウンとうなずいてくれる正直な人とが半々でした。現実を冷静に受けとめなければと思っています。

ます。

迷惑をかけないための第一の方法は、健康であるということです。健康に産んでくれた両親に感謝しながら、食事やお酒に気をつけ、運動（ウォーキング、筋トレ、ストレッチ）をすることだと思っています。

第二は、脳を活性化しボケないことでしょう。ゴルフ、囲碁、習字、英会話、パソコン、カラオケ、座禅とやりたいことがいっぱいあります。また、時代の流れに取り残されないよう、政治や経済の勉強も続けていければと思っています。

どうぞ、よろしく申し上げます。

「年男は語る」

泉川 孝三 会員

(昭和29年12月20日生)

私は、平成11年松山ロータリークラブ入会です。12年前48歳の時に「年男は語る」で話したと思いますが、その時の何を話したのか記憶がございません。ただ、その頃はその歳の置物を頂いていました。私も馬の置物を頂き本当に嬉しかった記憶がございます。今年はその置物を飾ろうと思い、探しましたが見つかりませんでした。日頃きちんと片づけをしなかったから見つからないのだと深く反省をしています。

私は、60歳になり少しワクワクしています。というのも、色々なサービスが受けられるようになるからです。例えば、佐々木会員のシネマサンシャインでは、60歳になれば一人で映画を見に行っても1,000円で見ることができるよう。今年の12月20日60歳の誕生日に運転免許証と1,000円札一枚を持って映画を見に行こうと思っています。

第3193回例会 2014年1月14日(火)

出席会員 72(64)名中45名 出席率64.29%

前回訂正出席率69.44%

欠席会員 27名 安保、土居、福田、二神、五味、羽牟、原田(達)、原田(雅)、市川、河田、菊池、兒玉(義)、三原、村上、西野、岡崎、大塚、大橋、小野、佐野、下田、白石(省)、洲崎、鶴田、矢野(亀井、西村)

ニコニコ箱

平原 立志 浦岡さん卓話楽しみにしています。

飯尾 寛治 浦岡先生卓話期待しています。(あまり怖がらせないように。)

石橋 和典 浦岡先生卓話楽しみにしております。

河内 広志 浦岡先生臍物の卓話楽しみです。本年もよろしくお祈りします。

菅井 久勝 浦岡先生卓話楽しみにしております。

御木 徳久 ご無沙汰して申し訳ございません。本年も宜しくお祈り致します。

玉置 泰 今年もよろしくお祈りします。

佐々木 淳 (会員誕生祝) 明けましておめでとうございます。先週出張の為お休みでした。

(なんとなくニコニコ) 米山

早 退 関(啓) (会員誕生祝) (今年も宜しくお祈りいたします。)

卓話 「胃・大腸癌で死なないために」

浦岡 正義 会員

我が国は世界一の胃癌大国で、患者数は年間12万人で、日本人に一番多い癌です。ただし約60%のかたが救命されるため、死亡数は減少しています。胃癌は進行すると、食欲不振、吐き気、倦怠感、体重減少がでてきます。胃癌の大

半は、ピロリ菌が原因であることが分かっています。その感染経路は、乳幼児期に、母親から乳児の口へ唾液を介しての感染が多いといわれます。

また、ピロリ菌に感染すると胃癌の危険があるというもの、実際には70%は健康保菌者ですし、残り30%が胃炎になり、このうち3%が胃潰瘍になり、さらに0.2%(12万人)が胃癌になるというわけです。ピロリ菌の検査は内視鏡検査、尿素呼気テスト、血液・尿・便検査など様々な方法があります。

胃癌にならないためには、ピロリ菌がいれば除菌する、塩分、お酒・たばこを減らす、野菜・果物を摂ることが推奨されます。また早期胃癌を発見するには、年1回の胃検診(レントゲン検査および内視鏡検査)以外にありません。

つぎに大腸癌について述べます。大腸癌の患者数は、年間11万人で日本人には3番目に多い癌です。胃癌同様、60%が救命されるため死亡数は減少しているものの、2020年には死亡原因の1位になると予想されています。大腸癌の症状は、便通がすっきりしない、血便、下痢と便秘の繰り返し、便が細くなる、腹痛、腹部膨満感などです。

大腸癌は、肉とくに脂部分の摂り過ぎ、食物繊維(野菜・海藻)の不足、お酒・喫煙、運動不足、肥満などが誘因になるといわれています。早期に癌を発見するには、年に1回の検便(潜血反応)か、2年に1回の内視鏡検診がおすすめです。

癌を予防するには、野菜・海藻・果物を多く摂り、肉の脂・赤肉・加工肉・乳製品をほどほどに、酒・たばこを控えめにし、便秘を改善し、1日1時間の有酸素運動を心がけてください。

第3194回例会 2014年1月21日(火)

－中間クラブ協議会－

出席会員 72(64)名中48名 出席率69.57%

前回訂正出席率76.39%

欠席会員 24名 安保、土居、二神、五味、原田(達)、市川、兼平、河田、児玉(聡)、児玉(義)、御木、村上、諸橋、永木、西野、岡崎、菅井、洲崎、関(啓)、玉置、和田(亀井、関(宏)、西村)

ビジター 2名 米山 徹朗(松山西RC)
石田 信正(道後RC)

ニコニコ箱

石田 信正 本日、お世話になります。
泉川 孝三 佐藤先生、先週はありがとうございます

米山 徹太 先日の土・日でライラカウンセラーミーティングに行ってきました。今年も受講生のご紹介を宜しくお願いします。

大塚 岩男 御迷惑をおかけいたしました。
菊池 三春 (会員誕生祝) 久しぶりの例会です。

上甲 泰 (結婚記念祝)(創業記念祝)おそくなりましたが結婚記念月であり、創業記念月でありました。

(なんとなくニコニコ) 羽牟、林、清田
早退 原田(満)、田中

第3195回例会 2014年1月28日(火)

－中間クラブ協議会－

出席会員 72(64)名中50名 出席率70.42%

前回訂正出席率77.78%

欠席会員 22名 安保、五味、原田(達)、原田(満)、平原、石橋、市川、河内、御木、三好、村上、長尾、大塚、大橋、白石(恒)、白石(省)、洲崎、関(啓)、田中、玉置、結城(西村)

ニコニコ箱

土居 英雄 今日が今年の初出席になってしまいました。

河田 正道 3週間休んでしまいました。申し訳ありません。

林 純之介 きのう72歳となりました。
山本 克司 河田さんの今年初のご尊顔を拝したので！

濱本 道夫 濱商にて二番町番町小学校の東に、1LDKの賃貸マンションが2月に完成致します。単身赴任の所長宅にピッタリです。資料箱に案内書を入れておきました。よろしくお祈りします。

(なんとなくニコニコ) 兼平、清田、小野、米山
早退 羽牟、西野、佐々木、鶴田

理事会報告

平成26年1月度理事会決議事項

1月7日(火)

① 休会願い（西村真也会員、一身上の都合により1月～6月の下半期を休会。）承認。

② 第2回えひめ親守詩大会協賛の願い 否決。

③ 一般社団法人比国育英会バギオ基金より寄付の願い 否決。

④ コイノニア松山乳児院より寄付の願い 否決。

クラブニュース

1月のお祝い

誕生祝 以下9名 浦岡（1日）、菊池（1日）、佐々木（4日）、勝見（10日）、関（啓）（11日）、山内（21日）、兼平（21日）、林（27日）、菅井（29日）

結婚祝 以下3名 岡崎（10日）、田中（25日）、上甲（28日）

創業祝 以下5名 上甲（1日）、菊池（1日）、洲崎（1日）、中住（7日）、御木

配付物

1. 会報11月号・12月号
1. 近隣ロータリークラブ例会予定表

11・12月2ヶ月皆勤

以下29名 二神、浜田、濱本、林、平原、石橋、泉川、上甲、勝見、清田、三原、名本、西村、大森、佐藤、

関（啓）、高石、高橋、玉置、渡部、山本、米山、深見、飯尾、亀井、中住、関（宏）、田代、山内

1月中の出席報告

例会日	区分	会員数	出席会員数	欠席会員数	当日出席率	メイクアップ数	前回訂正出席率	ビジター数
7日		72(64)	45	27	64.29%	6	70.83%	0
14日		72(64)	45	27	64.29%	5	69.44%	0
21日		72(64)	48	24	69.57%	7	76.39%	2
28日		72(64)	50	22	70.42%	6	77.78%	0
平均		72(64)	47	25	67.14%	5.8	73.61%	0.5

ご意見・ご要望があればお寄せください。

ホームページ URL <http://www.matsuyama-rotary.jp/>