



広島西ロータリークラブ会報

No. 2074

THE ROTARY CLUB OF HIROSHIMA WEST

例会日・木曜日 12:30~13:30
例会場・ANAクラウンプラザホテル広島
会長 井原 俊彦
幹事 香川 基吉

事務所・〒730-0011 広島市中区基町6-78
リーガロイヤルホテル広島13F
TEL 082-221-4894・FAX 082-221-4870
E-mail:hwrc@godorc.gr.jp
広島西ロータリー <http://www.hwrc.jp/>

RIテーマ Reach Within to Embrace Humanity
「こころの中を見つめよう
博愛を広げるために」

本年度会長テーマ
「ユーモアでロータリーに
もっともっと笑顔を」

2012年 5 月 17 日 第2050回例会

◆ 会長時間 ◆

井原会長



再び百万ドルの食事から
んで

皆さんこんにちは。今日は百万ドルの食事です。以前我々人間も、金魚や飼い犬と同じでエサが少ないほど長く

生きるなどと報告しましたが、またまた嫌味なことを述べさせていただきます。

約5000~6000年前のエジプトのピラミッドの碑文に“人は食べる量の4分の1で生きている。他の4分の3は医者の糧になっている。”というのがあるそうです。強烈な皮肉ですね。ナイル川の肥沃な地帯に紀元前3000年頃から発展した古代エジプト文明社会の支配市民層には、既に食べ過ぎによる生活習慣病があったようです。日本においては、1955年頃迄の食糧事情が良くなかった頃は、今で言う生活習慣病は非常に少なかったのですが、1960年頃からどっと状況が変わりました。美味しくて高カロリーで脂肪分に富む洋食があふれ出回るようになり、高血糖による糖尿病、脂質過剰による動脈硬化、その結果としての高血圧、脳血栓、脳梗塞、あるいは食べ過ぎによって起こる細胞内の遺伝子の破壊、そしてその事によ

るガン発生の増加が明らかとなってきました。発ガン原因の3分の1がタバコ、3分の1が酒や食事、残りが運です。ガンも生活習慣病であることが判ってきています。

そもそも人類は300万年の歴史のうち、殆どの期間を空腹で過ごしてきたので我々の身体は遺伝子レベルで小食に適応しているのです。そこに過剰なカロリーが入ってくると各細胞、組織、臓器はその人一代では急には対処できる能力を持つことができず、免疫力も落ちてアレルギーや自己免疫疾患、ガンなど色々な病気を起こしやすくなり、まさに4分の3が医者の糧になるのです。胃腸の能力の個人差、過剰栄養の遺伝子レベルでの処理機構の違いはあります。しかし普通の人々では今迄述べた通りです。

成長する年齢を過ぎた後、いかに小食にするかについては多くの方法があふれ発表されていますが、我々の楽しみのかなりの部分を占める、食べることを飲むことをストイックに制限するのは言うは易し、行うは難しです。究極には断食道場とか低カロリー食に慣れるための入院治療もあるほどです。

我々はこの百万ドルの食事という、ささやかなダイエット食を食べられることに感謝しましょう。ありがとうございました。

📍 **ロータリー財団 マルチプル・ポール・ハリス・フェロー (第2回) 襟ピンの伝達**



日 域 昭 三 会 員

連続出席10年 沖 清 会員に記念品贈呈



● **会務報告**

香川(基)幹事

📧ロータリー手帳が届きましたので、注文された方のBOXに配布しております。
 📧本日は100万円の食事です。

● **委員会報告**

— **出席報告** 鮫島副委員長

本 日 (5月17日・木曜日)
 会員数 83名 出席者 70名
 欠席者 13名 ご来客 3名
 ご来賓 3名 ゲスト 0名
 計 76名
 前々回(4月26日・木曜日)
 出席率 100%



✳️ **会報雑誌・広報委員会**

木本会員

ロータリーの友誌紹介

✳️ **ロータリー情報委員会**

森信委員長

長期ビジョンについて

✳️ **次年度古屋幹事**

例会終了後、4階「桂の間」において次年度第5回理事会を開催いたしますので、理事会メンバーは出席願います。

🎁 **ご結婚記念日おめでとございます。**

(10名)

土井君 武田(英)君 古本君 宇田君
 宮崎君 沖 君 中野君 加藤君
 岡野君 高橋君

🎉 **連続出席100% (9名)**

岡野君 (28年) 刀禰君 (28年)
 田中君 (19年) 垂井君 (12年)
 沖 君 (10年) 米山君 (7年)
 前橋君 (7年) 鈴木君 (4年)
 村上(昇)君 (3年)

● **スマイルボックス**

SAA 齊藤委員長

😊 **感謝の2件 諏訪昭登君 (自主申告・金一封)**

1件目、私が本年度バンコク国際大会推進委員長として色々お願いした結果、地区で117名の登録を得て当クラブからも12名のご参加を頂きました。有難うございました。

2件目、昨今薄れがちな職業奉仕についてゾーン3の代表として「ロータリーの友」5月号の座談会記事が載っております。ご参考にして下さい。有難うございました。

😊 **すずらん薬局、新しいスタイルで社会貢献**

古屋君 (自主申告・大枚)

5月16日朝刊、市内で15店舗を展開するすずらん薬局は、全国に先駆けて在宅の患者さん1340人をサポート。「訪問指導は労力とコストがかかり、採算は取りにくい」そうですが、**職業奉仕の精神で頑張ります。**との事です。益々のご発展をご祈念致します。

😊 **親子でナイスキャッチ！ 柴田君 (自主申告)**

4月28日、ヤクルト戦にカープの応援に行ってきました。先日、ファールボールを私がダイレクトキャッチしたのを自主申告させていただきましたが、**今度は息子がファールボールを捕りました。**ダイレクトキャッチではないのですが、広いスタンドで短期間のうちに親子がボールをゲットできたのはとても珍しいと思いますので、自主申告させていただきます。

😊 **農林水産大臣賞受賞 竹本君 (ダブル)**

2月17日、大阪で開催された「全国水産加工たべもの展」に於いて、水産物つくだ煮部門でヒロツクの「海の宝のり」が、見事に最高位の

「農林水産大臣賞」を受賞されました。創業70周年の年に荣誉ある賞を受賞され、会社の益々のご発展を祈念してダブルでご出宝頂きます。

☺ 10年連続出席 沖君

これからも沖君を目標に連続出席を目指します。

☺「住民熱意 スーパー守った」 笹野君

大竹市玖波地区の住民が、にぎわいづくりと商業のてこ入れに向けて「玖波まちづくり振興会」を設立。「利用客減などで閉店方針を示していた町内唯一のスーパー「OSサニー」を運営する「おおたけ」の笹野正明社長とも話し合い、協力して進める。」との記事。笹野君も職業奉仕の精神で営業を継続する。玖波地区のまちづくりと商業振興、そして、スーパー「OSサニー」の繁栄を祈念します。

☺園尾君

戸田工業は、携帯電話用フェライトシートの新工場を稼働させ、生産能力を従来の約4倍に高めるそうです。フェライトシートとは、「おサイフケータイ」用シートの事。戸田工業のこのシートは世界シェア約7割、2011年度の売上高は10億円弱ですが、2015年には120億円の売上に高める方針だそうです。戸田工業の益々のご発展をお祈りします。

☺中村君、竹本君

広島食品工業団地協同組合では、共同排水処理場に出るメタンガスを使った発電を本格的に始められました。出力は34KW。処理場の電気の約3割を賄い、年約400万円の電気料金を減らせると見込んでおられます。食品組合の益々のご発展をお祈りします。

☺今日は何の日 「高血圧の日」

日本高血圧学会と日本高血圧協会は、5月17日を「高血圧の日」と制定しています。当クラブの皆さんは、健康には十分留意されていると思いますが、改めて高血圧の理解を深めて頂く為、高血圧及び予備軍を自覚なさっている方にご出宝頂きます。

■卓 話

インターアクトクラブの 活動と国際理解

～広島西RCバングラデシュ支援事業
井戸建設のその後～

インターアクトクラブ活動報告

大崎 ほのか さん



こんにちは。私たちは、鈴峯学園インターアクトクラブの部員です。今日は私たちのインターアクトクラブがどのような活動をしているかを紹

介させていただきます。

私たちは、毎週金曜日に学校で例会を開き、どのようなことができるのかを話し合いながら活動計画を立てています。

私たちが年間を通じて行っている活動には次のようなものがあります。

1. 特別養護老人ホーム「千歳園」の訪問

ここでは、お年よりのみなさんのお話し相手になっています。

2. 募金活動への協力

春と秋の年2回行われるあしなが募金運動や、バングラデシュの支援団体であるポンドゥーが主催する募金活動に参加しています。

また今年も8月下旬に行われる24時間テレビにも参加する予定です。

3. 献血の手伝い

年に1回学校で行っています。今年は、12月18日に行う予定です。全校生徒に呼びかけて、協力してもらっています。毎年200名近い生徒たちが協力してくれます。

4. 広島市社会福祉協議会の行事への参加

広島市の社会福祉協議会主催のボランティア活動に参加するものです。保育園や障害者施設でのお手伝いなど、この夏もたくさんの方のインターアクターが参加します。

5. バングラデシュのスズガミネ校維持のため

の募金活動

スズガミネ校は、2000年にインターアクトクラブがバングラデシュに作ったプレ・スクールで、小学校入学前の子どもたちに「読み、書き、計算」を教えています。この学校を維持するためには、年間約5万円かかります。そこで、全体に呼びかけて、デポジットになっている自動販売機の紙コップやペットボトルを寄付してもらい、それを換金しています。

6. 使用済み切手集め

学校の生徒がある程度集まった段階で、ワールドフレンドシップセンターというところへ送っています。これは、発展途上国の子どもたちの予防接種代などに使う費用の一部となっています。

私がインターアクトクラブの活動を通じて感じたことは、ボランティア活動は、人の役に立つとともに自分自身のためにもなるということであり、とてもやりがいのある活動です。老人ホームではお年寄りの方たちと話をしたり、足長募金やバングラデシュ支援の募金活動では、多くのことを学ぶことができました。

これらの活動ができるのは、広島西ロータリークラブのみなさまのご支援のおかげです。韓国研修や指導者講習会、地区大会など多くの行事にも参加させていただき大変感謝しています。今後とも、私たち鈴峯学園インターアクトクラブへのご支援を、よろしく願いたします。本日は、どうもありがとうございました。

バングラデシュでの感想

岡崎 由布子 さん



バングラデシュに行って、私が一番驚いたのは、信号も白線もない道路です。車やバイク、自転車や人が同じ道路で物をよけながら走行していることにびっくりしました。クラクションは常に鳴らされていて、車のすぐ横を人が歩いていま

た。日本では考えられない光景だったので一番驚きました。

バングラデシュでの食事は、カレー味のものが中心でした。日本とは違うパラパラの米にスープ状のカレーをかけて食べたり、ドライカレーのような甘口で野菜の入ったカレーをナンのような少し甘みのあるパンと一緒に食べました。想像していたよりもとてもおいしくて、食事の時間がとても楽しかったです。

また、たくさんの場所で色々なことも学びました。その中で私の心に残った場所は3つあります。

1つ目は多山総合学校です。ここでは私達より少し小さな子供達が勉強していました。楽しそうに勉強している子供達の笑顔がすごく輝いていて、感動しました。バングラデシュの親の考え方が違うということも知りました。学校に行くというメリットが何かを知らないために、子供に家の手伝いをさせる親が多いことを知りました。多山総合学校では、母親も仕事ができるように、教室の上にはたおりの仕事場を設けるという工夫がしてありました。まだまだ、学校に行くことが出来ない子供達がたくさんいる中で、このような工夫がされていることで学校に通う子供達が増えれば良いなと思いました。私達が普段学校に通えるのは、充実した教育環境があったり、理解してくれる保護者がいるからだと思えて考えることができました。

2つ目は、井戸の見学です。私達が見学に行った場所は、貧困のために国から隔離されている場所でした。表には警備員が見はっていて、鍵がかけられていました。中に入ると木で出来た家々が並んでいて、放し飼いの犬や裸足で歩いている小さな子供達やその親達が私達の様子を見ていました。井戸がある場所には、小さな学校もありました。小学校1年生くらいの子供達が楽しそうに勉強している姿がとても心に残りました。隔離されていることは仕方ないことだと思っただけどやっぱり悲しかったです。

3つ目は、UNHCRです。ここでは難民についてのお話をしてくださりました。難民キャンプの動画を見たり、どんな活動をしているのかを聞きました。「ただお金を寄付することが本当に良いことなのか」という言葉が心に残りました。困っ

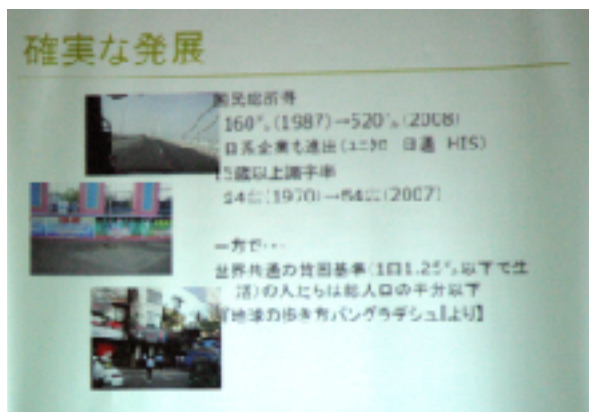
ている人を助けるということは簡単ではないことを学びました。今でもたくさんの人達が戦争や紛争で苦しみ難民となっています。そんな人達に私達は何かできるのかということを考えさせられました。

私は今回の研修で、たくさんの方のことを学びました。私達が普段当たり前前に過ごしている中で、感謝なくちゃいけないものがあること、そして、大きなことはできないかもしれないけど、困っている人の助けになることです。インターアクトクラブでの色々な活動は身近な所から人の役に立てると思います。この経験を活かして、困っている人の役に立てるような人間になりたいです。

~~~~~



鈴峯高校インターアクトクラブ  
顧問 吉川 将弘 先生



● 卓話予告

| 日時     | テ ー マ                                                                     |
|--------|---------------------------------------------------------------------------|
| 6/7(木) | 「ICTを使った新しい病理診断」<br>NPO法人総合遠隔医療支援機構 理事長<br>広島南ロータリークラブ 会長エレクト<br>井内 康輝 先生 |