



2014-2015年度
国際ロータリー会長
ゲイリーC.K. ホアン

ロータリーに輝きを LIGHT UP ROTARY

1963年3月23日創立 週報2487号



第2730地区 鹿児島西ロータリークラブ

第2534回例会

2月は世界理解月間

平成27年2月18日

● 例会場・事務所 ドルフィンポート1F ドルフィンホール
〒892-0814 鹿児島市本港新町5-4

毎週水曜日 12:30~13:30
☎223-5902・FAX 223-7507

会長 鮫島 信一
幹事 七枝 敏洋
会報委員長 三木 武幸

本日の主要
プログラム

- ・小園弘巳ガバナー補佐訪問
- ・クラブフォーラム(世界理解)

- (1) ロータリーソング(手に手つないで) (2) 会長あいさつ (3) 会務報告
(4) 出席報告 (5) ニコニコBOX披露

会長挨拶 鮫島 信一

ヒートショック

ヒートショックとは急激な温度の変化で身体がダメージを受けることです。

入浴中に亡くなる方が、日本全国で年間1万4千人以上いると推定されています。原因の多くはヒートショックである可能性があります。

浴室とトイレは家の北側にあることが多く、冬場の入浴では、暖かい居間から寒い風呂場へ移動するため、熱を奪われまいとして血管が縮み、血圧が上がります。お湯につかると血管が広がって急に血圧が下がり、血圧が短時間に何回も変動することになります。

寒いトイレでも似たような血圧の変動が起こることがあります。

血圧の変動は心臓に負担をかけ、心筋梗塞や脳卒中につながりかねません。

ヒートショック予防のためには、風呂場の脱衣所やトイレを暖めることが大事です。

入浴は40度未満のぬるめのお湯に入り、長湯は避けましょう。冷え込みの強い深夜は避けて、早めの時間に入浴するよう心掛けてください。

心臓病や高血圧のある方は半身浴がお勧めです。肩が冷える時はお湯で温めたタオルを掛けてください。

風呂場の床にはタイルの上にスノコやマットを敷いてください。

シャワーでお湯をためることによって、浴室全体を暖めておくことも大事です。既に浴槽にお湯がたまっている時は、入浴前にふたを開けておく工夫も必要です。

トイレには暖房便座を設置すると良いですね。朝晩の冷え込みが厳しくなっておりますので、お風呂やトイレでヒートショックにならないよう気を付けましょう。



ゆ あした ゆ
言こちゃ明日言え

あめもん こんにく
甘物な今夜食え

言いたいことがあっても気持ち任せにすぐ言うのではなく明日まで我慢しなさい。反対に甘いものは腐らないうちに今夜食べなさい。思慮分別をしたうえで、物を言えとの戒めですね。

◇前回の例会(2月4日)の報告

会 員 数	73 (65) 名
出 席 数	44 名
出 席 率	67.69 %

◇前々回の例会(1月21日)の訂正

出 席 率	60.61 %
訂正出席数	54 名
訂正出席率	81.82 %

本年度の国際ロータリー会長 C. K. ホアンさんは新年度の活動方針として「Light up Rotary」「ロータリーに輝きを」を掲げられました。日本には古くから「一隅を照らす」すなわち「家庭や職場など、今自分が置かれたその場所、その時に、精一杯努力して、ベストを尽くし明るく輝きましょう」と言う意味の言葉がありました。

私はロータリアンとしては凡人であります。小児科医としての職歴はリーダーに類する仕事を沢山してきました。上半期22回の例会では会長挨拶として、ロータリーとは少し離れた立場からテーマを探し、10分以内にまとめてお話をしてきました。肩の凝らない楽しい例会にしたいとの発想でありましたが、会員の皆様には余り受けなかったように感じています。

会の運営としては、新しいCLPに従って「クラブ展望委員会」「CLP検証委員会」「新会員オリエンテーション」「職業選択フォーラム」「職場訪問」「AED寄贈」「Eクラブ誕生スポンサー」「観月会婦人同伴の集い」「クリスマス家族会」「プロバスクラブ200回記念会」「毎月第一月曜日の学習会」など盛会裏に実行できました。

○後半期に向けて

例会での会長挨拶は不人気でも精魂込めて続けます。

4月26日の鶴岡ロータリークラブとの兄弟盟約50周年記念行事には大勢で参加しましょう。

また、5月16日台湾宜蘭RC50周年記念にも姉妹クラブとして大勢で参加しましょう。

更に3月25日ロータリー賞贈呈日を本年度鹿児島西ロータリークラブのロータリーデーと決めましたので、ロータリーの活動状況やロータリーを一般の方々にも知って頂いて、ロータリーに親しみを感じ、ロータリーに入会したいと考える人が増えることを期待しています。

後半期も変わらぬ御支援御協力の程よろしく申し上げます。

前回の例会記録 (2月4日分)

＜プログラム＞

クラブ協議会 (上期報告・下期計画発表)

＜幹事ゲスト＞

米山奨学生 熊華磊君 (2月分奨学金授与)

＜ビジター＞

城西RC 山下 良一君

＜2月会員誕生日祝＞4名

9日 小山 光義君 10日 川畑 宏二君
12日 迫田 英介君 20日 小正 芳史君

＜2月ご婦人誕生日祝＞2名

11日 鮫島由美子さん 14日 玉利 民子さん

＜会務報告＞

- 2/1(日)開催のロータリー・デーイベントへの参加に対して田中ガバナー様よりお礼の電話がありました。ご協力ありがとうございました。
- 2730 ジャパンカレントロータリーEクラブよりお知らせ・2/16～2/22をもちまして1000円のメーキャップ料へ

もどります。(現在は500円です)11/10～2/1のメーキャップ数は21名です。

3、4/11(土)～12(日)のライラのご案内

- ・会場 県赤十字血液センター 13:30～
- ・懇親会 県庁18Fレストラン 19:00～
- ・宿泊 自治会館

※職場の18～30才の参加者も募集しています。

(参加無料)

- 4、本日は百万ドル食事にご協力いただき、ありがとうございます。
- 5、例会終了後、ロータリー賞推せん委員会を開きます。
- 6、本日18:30～鶴岡部会委員会を染川法律事務所で開催します。

ロータリーデー実行委員会設立のお知らせ

持ち回り理事会にて2月11日、ロータリーデー実行委員会(アドホック委員会)設立が承認されました。



山下 良一君 (城西RC)

4月7日の三クラブ合同例会、よろしくお願ひいたします。担当クラブ幹事としてニコニコします。

鮫島 信一君

1月28日、ゆうかり保育園でAED寄贈式典が無事終了しました。関係各位に感謝してニコニコします。

古木 圭介君

「ロータリーの友」2月号の「友愛の広場」に私の拙文が掲載されました。2009年のGSEのチームリーダーで米国に行った経験を書きました。ご笑読ください。推せん者の深尾さんにも感謝してニコニコします。

迫田 英介君

誕生日祝を頂きまして有難うございます。76才になります。今後ともよろしくお願ひ致します。2月8日山形屋イベント広場である祭りでぜんざいを配布します。6Fで山形県の物産展があります。

藤安 秀一君

本日は寒々とした雲行きで気分まで暗くなるような一日です。皆様、お身体ご自愛ください。

さて、今年も3月8日第2日曜日に第11回恒例の「ほればれ祭り」を開催します。その案内パンフレットが出来ましたのでお持ちしました。

ご家族、お孫様、相方、彼女共々お越しください。皆様のご来場をニコニコしながらお待ち申し上げます。

三木 武幸君

KKBでは4月11日、ソフトバンクホークス戦を開催することになりました。会員の皆様に前売券を1割引でご案内いたします。ぜひご利用いただければと思います。

小計10,000円 累計199,000円

次週予告

2月25日(水)12:30～ドルフィンホール
「金融今昔～近代金融史と鹿児島～」
会員 秋葉 重登君

市内RC例会プログラム

東RC	2月19日(木)	小園ガバナー補佐訪問	サテイズン 鹿児島	東南RC	2月24日(火)	未定	サンロイヤル
北RC	2月19日(木)	会員卓話 上野英城会員	レフパシ 鹿児島	城西RC	2月24日(火)	二火会のため18:30～に変更	東急イン
サザン RC	2月19日(木)	職業奉仕委員会担当	東急イン	南RC	2月25日(水)	ゲスト卓話 乃木静子夫人奉賛会 銅像建立実行委員会会長 平瀬葉子様	サンロイヤル
鹿RC	2月20日(金)	上田ガバナー補佐訪問	例外ポイント	西南RC	2月25日(水)	35周年記念例会のため 23日(月)夜に変更	ゆうづき
中央RC	2月23日(月)	情報集会報告	例外ポイント				