



インスピレーションになる

BE THE
INSPIRATION

RI テーマ
インスピレーションに
なる

2018~2019

国際ロータリー第 2730 地区 中部グループ

週報 佐土原ロータリークラブ

会長：鷓野 隆春 副会長：武政 勝巳 RI2730 地区ガバナー 川原 篤雄
幹事：梶田直樹 会計：梶田與之助 中部グループガバナー補佐 安田 秀一
事務局：吉野由里子 会報委員：藤堂孝一 RI 会長テーマ インスピレーションになる
例会場：シーガイア・コンベンションセンター 2730 地区スローガン プラスワンの考動を
例会場住所：宮崎市大字塩路浜山 例会場 TEL：0985-21-1133・FAX 0985-21-1144
事務局住所：宮崎市佐土原町下田島 11703-18 TEL0985-62-7833 FAX0985-62-7877

第 1499 回例会

平成 30 年 9 月 12 日(水)

<本日の例会プログラム>

- 1.点 鐘 J「我らの生業」♪
- 2.会長の挨拶 3.幹事報告
- 4.委員会報告 5.出席報告
- 6.ハッピーBOX 披露 7.委員会報告
- 8.ゲスト卓話 内容「宮崎県の特許・商標登録に関する支援、実績などについて」

9. 点 鐘

第 1498 回例会記録 平成 30 年 9 月 5 日 (水)

◎四つのテスト唱和 田邊 揮一朗君

- 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

■会長の時間 会長 鷓野 隆春君

皆さん今日は、本日は健康づくりに実践していることは？をテーマにお話ししたいと思います。



- 1、検診 (どのよう意識しているか)20

歳以上の方の7割が年1回以上の頻度で検診をしております。(中略)全く受診していないかたもおられますが理由として、仕事が忙しくて受診できない、まだ健康だから大丈夫、さらに・・・病院が苦手、等

- 2、食事(どのように意識しているか)野菜を意識して取る事、バランスの良い食事を心がける事、時間帯を意識していること、手料理で食事を作る事などを心がけております。
- 3、運動(どのように意識しているか)20代～50代で意識している方は全体の20%、高齢者になりますと40%の方が意識しています。若い方にちりましては仕事で疲れて運動どころではない、運

動よりも休養と意識している方が多いようです。
4、運動～というのは食事、睡眠と違い、意識しなければなかなか続けることが出来ません。毎日運動される方は約20%で、週に3回の方が20%、1回の方が10%となっております。

運動でみなさんが何をされているか？アンケートの結果でございますが1、ウォーキング・散歩2、筋トレ、3、サイクリング4、ジョギング5、体操6、ゴルフ7、水泳8、ヨガ(柔軟体操)9、登山10、スポーツジムでのランニングマシン等の結果でした。運動というものも意識しないと出来ないわけですが、趣味の延長でも運動は出来るわけです。〈中略〉健康を意識する上で特に気を配っている事が食事でございます。食事や睡眠は生命維持に関わる生理的な現象のため、好き嫌いに関係なくしなければなりません。運度はまったくなくても何らかの影響を与えるものではありませんので後回しにされやすいものです。〈中略〉これからは健康を意識するロータリーでも良いのではないのでしょうか？来月例会1500回がでございます。武政さんを中心にゴルフを健康に為に楽しみましょう。

■幹事報告 副幹事 宇治橋 信雄君

< 文書案内 > * 高鍋RC/西都RC~9月度例会案内



- * 中部グループ会長・幹事会のご案内
- * 押川前ガバナー事務所～支援金返金のお知らせ
- * 鹿児島南 RC 創立記念式典のご案内
- * 佐土原 RC 例会 1500 回記念ゴルフコンペのご案内 〈詳細：別紙ご案内あり〉
- * 地区大会ゴルフ大会のご案内

■出席報告 出席委員 太田 雅文君

○会員数=26名(免除会員2名) 欠席届8名

○出席数=18名 ○メーク届1名

□出席率76.0%

■ハッピーBOX 披露 林 厚雄君

〈ニコニコへ〉宮原 建樹君〜今日も頑張ります！！林 厚雄君〜もう何回目の結婚記念



日かな？こうした機会があるので気に留める事が出来ます。いつまでも仲良くします。〈財団へ〉岩切 正司君〜例会出席に励みましょう。



♪ 9月度セレモニー ♪

☆皆様 おめでとうございます☆

○9月誕生月=藤堂 孝一君

○奥様お誕生月=荒武 義博君・岩切 正司君

○結婚記念月=田邊 揮一郎君ご夫妻

■会員卓話 ○太田 雅文君

以前岩切さんから日本銀行の事について話して欲しいという事を言われておりましたので今日は卓話の時間をいただきましたのでお話しさせ



て頂きます。日本銀行は、日本の中央銀行で、3つの役割があると言われています。「発券銀行」「銀行の銀行」「政府の銀行」です。日本銀行は国の中央銀行として日本の経済や市中銀行などの金融機関の良好な運営を守る使命があります。そのために様々な活動が行われております。中略。日銀の詳しい活動や情勢の見方などはそれを記した金融システムレポートが年2回発表されているので、それを参照するとどのような状況なのかがわかるそうです。

■ショートSP 太田 忍君

前回の会員卓話・・・時間のため途中で終わりました為

SAA より指名を受けました。続きをお話させていただきます。



■ 本日の例会の様子



■ 本日の例会食(和食)



■ 次週の例会案内〜ゲスト(外部)卓話 宮崎県の特許・商標登録に関する支援、実績などについて