

即
可
様



THE ROTARY CLUB OF SADOWARA WEEKLY BULLETIN

佐土原ロータリークラブ週報

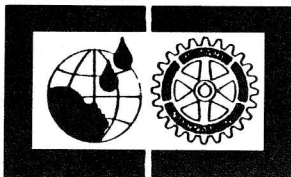
PUT LIFE INTO ROTARY- YOUR LIFE

ロータリーに
活力を--
あなたの
活力を



会員増強推進月間
出席率100%目標月間

PolioPlus



● 次回卓語予定者

1989. 5. 19. (金) 第78回例会

本日のプログラム

1. 点 鐘
2. ロータリー・ソング (我等の生業)
3. 「四つのテスト」唱和
4. 食 事
5. 会長の時間
6. 幹事報告
7. 各委員会報告
8. 会員卓話
9. 点 鐘

佐土原ロータリークラブ

例会日 毎週金曜日 (12:30~13:30)
 例会場 ホテル神宮寺 TEL 0985-73-0015
 事務所 〒880-03 佐土原町大字上田島1883番地
 TEL 0985-74-1078

会 長	山 脇	忍
副 会 長	池 田	仁 志
幹 事	齊 藤	数 馬
会 計	佐 野	保
会報委員長	垂 水	敏 雄

第77回例会記録(平成1・5・12)

会長挨拶 山脇 忍

皆さん 今日は。 本日は第77回例会であります。

アルコールは、人類の歴史が始まって以来、常に我々とともに存在してきたものであって、今日では男性の9割、女性の6割が飲んでいるというほど生活と密接に結びついています。

アルコールは飲み方によっては、毒にも薬にもなります。

いつまでも酒を楽しみたいと思ったら、体をいたわるじょうずな飲み方を身につけていただきたいと思います。

- ① 酒は楽しくおいしく飲むこと。
- ② 毎日酒を飲む人は、1日のアルコール量を30ml(日本酒で1合又はビール大瓶1本)程度に抑えること。
- ③ 時々酒を飲む人でも、毎日飲む人の2倍量(日本酒で2合又はビール大瓶2本)程度に抑えること。
- ④ 深酒は脳卒中を起こす危険性があるので、気を付けること。
- ⑤ 肥満気味の方は、カロリーのとりすぎに気を付けること。

アルコールの1グラムは7カロリーの熱量を持っています。

銚子1本分の日本酒やビール大瓶1本と、ご飯茶碗1杯分の米飯とは大体同じカロリーです。

従って、晩酌に銚子1本又はビール1本あれば、米飯一杯を食べたのと同じカロリーをとったことになります。

しかし、若い人の場合は別に考える必要がありますので、若い人の飲酒問題に焦点を当てて

詳細に申し上げたいと思います。

高校生など10代の飲酒が日常化してきています。

ところが、学校・家庭で、10代の飲酒が心身に与える影響について考えることは殆どなく、黙認されているのが実情です。

20代までに酒を飲んだ場合、次のような悪影響があります。

- ① 脳の発達からいうと、20代までは上り坂で、以後は下り坂になります。
20代前は、記憶・解決力のプログラムが完全にできあがっていません。
酒が分解してできるアセトアルデヒドは、
脳細胞の動きを弱めるため脳が十分に完成
しないこととなります。
- ② 早い時期からの飲酒習慣は、アルコール依存症になりやすく、肝臓障害を起こします。
- ③ 若い人ほどアルコール分解酵素が未成熟で心身への影響がより大きい傾向が認められます。
- ④ 男性の場合、成長成熟期にあるコウ丸にアセトアルデヒドが強く影響して、精子や性ホルモンをつくりにくくします。

このように、若い頃は心身ともに大切な時期であり、アルコールを飲むことが損か得か、よく理解させることが大事であります。

ところが、現状では高校生のアルコールに対する認識は低く、また大人も黙認している場合が多いようです。

そこで、昨年末、北海道、首都圏、関西、中部の男子・女子高校生860人を対象に飲酒実態調査を行った結果について申し上げます。

その結果、年数回というものも含めると、7割が酒を飲んでいます。

週1回以上と習慣化している生徒も17%と、多くなっています。

飲む場所は自宅が62%、次いで友人の家で29%、大衆酒場17%の順であります。

どういう時に飲むか、という質問では、飲みたくなった時に飲む生徒が半数以上を占めています。

大人なみに食事時に飲むが26%、付き合いで飲む生徒が23%もいます。

飲酒量はビールでグラス2~4杯が39%と多く、5杯以上飲む生徒が13%もいました。

最初に酒を勧められたのは父親からというのが一番多く、34%となっています。

このためか、酒を飲んで帰宅したときに親から「説教されたり、たしなめられたことはない」が65%と圧倒的に多く、酒に「寛容」な家庭が多いことがうかがえます。

このように、日本は酒に対して親、学校、地域とも甘くなっています。

その一方で酒の自動販売機が増えて簡単に手に入り易くなり、CMなどで強かにアピールしている状況があるため、飲酒に対する抵抗感や罪悪感が育ちにくいと考えられます。

文部省では3年前に中学校、1昨年高校向けに、保健教育の一環として、アルコール対策教育を授業の中に取り入れるよう手引書を配布し指導していますが、実際に行っている学校はまだ少ないようです。

青少年健全育成については、ロータリーとしても重要な課題として取り組む必要を感じます。



幹事報告

齊藤数馬

1. 「ロータリーの友」第37巻第5号、「よねやまだより」第5号及び第273地区宮崎全県IGF報告書をお配りしました。
2. RC例会の変更通知が次のように届いております。
・宮崎西RC 5月19日 18:00~

親睦委員会より 委員長 池田仁志

5月に誕生日または結婚記念日をお迎えになる下記会員の方に、会長から記念品を贈呈して祝福いたします。

◎ 誕生日祝

岩切正司 会員 日高豊輝 会員

◎ 結婚記念日祝

岩切正司 会員 蛸原初美 会員

✿ 5月受祝者のハッピー・ボイス

36歳の誕生日また結婚11年目、あっという間に過ぎました。

これからも仕事に力を入れ、頑張っていきたいと思います。皆様ありがとうございました。
岩切正司

ようやく銅婚式を迎えました。

ありがとうございました。 蛸原初美

以上の出席された2名の方から多額のハッピーをいただきましたので、ご報告とともに、心から御礼を申し上げます。

1989～1990年度

クラブ会長エレクト研修セミナー報告(2)

垂水 敏雄

岩下哲夫がバナーノミニーより

次年度の第273地区の最低統一目標として、次の3項目を挙げたいと思います。

1. ロータリーの会合を楽しもう。

クラブ例会への出席はロータリアンの義務であります。

ロータリーの奉仕活動の始まりは、例会出席にあります。

例会に出席し、さまざまな仲間と接することは、人生や職業の向上に有益であり、そして何よりも重要なことは、奉仕の意欲に刺激を与えてもらえることです。

ロータリーが創設以来例会への出席を重視してきているのは、このような理由によるものです。

どうか出席率を高めようではありませんか。

ただ、留意すべき点は、例会の出席率を上げることは手段であって、目的ではないということです。

それぞれのクラブが工夫されて、一層楽しい、生き生きとした例会を目指されるよう望みます。

2. RI財団、米山奨学会への奉仕活動を積極的に推進しよう。

寄付行為による奉仕活動については、いろいろ意見がありますが、金を出すことですべて終りとする考え方が悪いのであって、寄付をすること自体は奉仕活動の一環として妥当であると考えます。

第273地区は、RI財団、米山奨学会への寄付額が全国で最下位であります。

これは必ずしも県民所得が低いからということではないようです。

しいていえば、閉鎖的な南九州の住民性に因るものでしょうか。

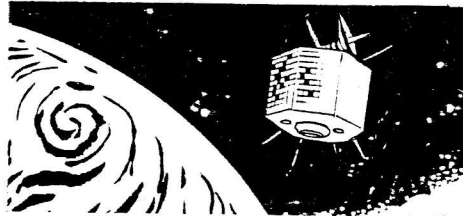
RI財団を通じて世界平和に貢献しているとの大きな考え方に立って、次年度は積極的な協力をお願いいたします。

3. 1989-90年度会長賞プログラムの10項目のうち、全クラブが5項目には参加しよう。

このプログラムは、世界中のロータリー・クラブの、奉仕と親睦面における友好的競争と優れた成果の表彰とに重点を置いています。(会長賞プログラム要綱は別紙のとおり)

受賞資格を得るためには、地区内のクラブの50%以上が参加すること、そして10項目の内少なくとも5項目に参加することが要件とされています。

ロータリー・クラブにこのようなコンテストは必要でないと思われる方もいらっしゃると思いますが、世界的レベルの競争に参加し、自分のクラブを評価してみることが楽しいではありませんか。



第77回例会 5月12日(金)

出 席 報 告

会 員 数	19名
ホーム欠席者数	5名
ホーム出席者数	14名
ホーム出席率	73.68%
メーカーアップ者数	0名
欠席者数	佐野・日高・上田 立山・武政