



THE ROTARY CLUB OF SADOWARA WEEKLYBULLETIN

# 佐土原ロータリークラブ週報

1997～98年度 RIテーマ

国際ロータリークラブ会長 グレン・W・キンロス



## ロータリーの心を

あなたの住むところ 私たちの世界 そこに住むすべての人々に

四大奉仕部門すべてを通じて ロータリーの心を示そう

クラブ奉仕—あなたのクラブに ロータリーの心を

職業奉仕—あなたの職業に ロータリーの心を

社会奉仕—あなたの地域社会に ロータリーの心を

国際奉仕—私たちの世界に ロータリーの心を

第511回 平成10年6月26日(金)

### [本日のプログラム]

1. 点 鐘
2. ロータリーソング  
「手に手つないで」
3. 会長の時間
4. 幹事報告
5. 各委員会報告
6. 点 鐘

全員懇親会

### 次回予告

\*7月3日(金)

7月セレモニー

新年度活動方針発表

会長 加藤仙之君

幹事 吉田康一郎君

理事・役員会

\*7月10日(金)

夜間例会

クラブ協議会

### 佐土原ロータリークラブ

例会日 毎週金曜日(12:30~13:30) 第24 19:00 会長 徳丸 彰一

例会場 石崎浜荘 ☎0985-73-1913

副会長 加藤 仙之

事務局 宮崎郡佐土原町大字下田島20614

幹事 梶田 與之助

山脇医院院長自宅内

会計 福井 輝文

☎880-02 ☎(FAX)0985-73-7170

総務課 垂水 敏雄

## 第 5 1 0 回 例 会 記 録

( 1 9 9 8 . 6 . 1 9 )

### ☆ 会 長 の 時 間

会 長 徳 丸 彰 一 君

先日、西都、高鍋、佐土原3クラブの齒車会のゴルフがありました。前日迄の大雨がうそのようにあがり、いいゴルフ日和となり皆様それぞれにいいスコアをだされ大変よかったです。

何よりもうれしいことは、佐土原の次期会長の加藤君が見事優勝されたことです。

加藤年度がすぐ始まりますがその前途を祝う大会でした。あとの懇親会も大変盛会でした。お世話くださいました西都クラブの皆様には厚く御礼を申し上げます。

話題はかわりますが、<人間の魅力>についてのアンケート調査によれば………

男の魅力の第一位は「男らしいさ」で思いやりがあり、自分の意見をしっかりもっている。

以下、責任逃れをしない。頼りがいがある。とつづいている。

女の魅力の第一位は「女らしさ」である。

私はこれを見て世の中がどう変化しようとも人間の魅力は余り変化、しないと思いました。

私自身、この調査結果には足下にも及びませんが、人生の後半戦となり今一度、自分をじっくり見直したいと思います。

### ☆ 幹 事 報 告

幹 事 梶 田 與 之 助 君

1. 例会変更通知は来ていません。
2. 6月22日(月)に宮崎市郡7RCの現年度・次年度合同会長・幹事会が開催されます。提出議題がある方は幹事までご連絡ください。
3. 最近、トマトに抗酸化物が多く含まれていることが注目されるようになりました。トマトの赤い色を作っている色素が、抗酸化力の強いリコピンであります。トマト100gに含まれているリコピンの量は、3.1mgと豊富に含まれています。トマトケチャップになるとさらにその含有量は多く、9.9mg含まれています。

リコピンはカロテノイドの一種で、多くの病気の予防に効果があるとされています。カロテノイドは目の病気だけでなく、皮膚疾患や癌あるいは動脈硬化症の発症も抑える働きがあります。

## ☆出席報告

委員長代理 田村勝二君

会 員 数	25名
H C 出席者数	20名
欠 席 者 数	5名
出 席 率	80%
メークアップ者数	1名
修正出席率	84%
欠 席 者 名	羽・福井・恒吉・林

## ☆R I 財団委員会より

委員長 濱田松太郎君

財団法人ロータリー米山記念奨学会より、本年5月6日に正岡文都会員から同会にご寄付いただきました、特別寄付金300,000円の報告書が届きました。

これで、1997年3月31日の山脇忍会員の1回目及び本年4月15日の2回目の同会への特別寄付金各300,000円と併せますと、当クラブから900,000円の特別寄付金をしていただきまして、誠に感謝のほかございません。

また、山脇会員に続いて正岡会員が3人目の米山功労者となられたわけで、心から祝福申し上げます。

(出席全会員が大きな拍手を贈りました)

## ☆親睦委員会より

委員長 吉田康一郎君

1. 6月14日(日)に歯車会のゴルフコンペが行われましたが、佐土原

RCが日頃の実力(?)を発揮し、優勝が加藤仙之君、第3位が私でした。

次回も多数のご参加を期待しています。

2. 2月26日(金)の例会は、富高会員の歓迎会・本年度役員の慰労会・次年度役員の激励会を兼ねて、年度末全員懇親会を開催しますので、会場を林卓美会員の『かばちゃ』に変更します。

開会時間は18:30です。

3. 次年度の佐土原RC事務局は、桜井さんのご自宅を拝借することをお願いしてあります。皆さんのご協力をよろしくお願いいたします。

## ☆プログラム委員会より

委員長 山脇忍君

1998~99年度 佐土原ロータリークラブのプログラム(案)をお配りしました。従来のA3折り込みからA4開き見に変更、様式も見やすくしてみました。

7月は年間計画発表を主とし、8月2日(日)は道路愛護デー奉仕活動のため例会日にしてあります。9月4日は観月会、10月16日はガバナー公式訪問、11月20日は社会奉仕賞贈呈式、1月8日は新年家族懇親会、4月2日は観桜会と、恒例的な行事も入れてあります。会員卓話については、都合によっては適宜入れ替えることも可能です。

会長・幹事・役員会で本案を早目にご検討いただき、来年度の行事等が円滑に進行できるようお願いいたします。

## ☆会長エレクトより

加藤仙之君

次年度当クラブのプログラムの検討理事・役員会は、7月3日に行いますのでよろしく願いたします。

歯車会ゴルフコンペでは、皆様方のご支援によりまして優勝させていただくことができました。どうも有り難うございました。

次年度の週報は、前回ご承認いただきましたように、発言者全員に必ず原稿を提出していただき、桜井さんの方で編集及びワープロ印刷をしていただくことで話を進めています。桜井さんも慣れるまでは大変だと思いますが、皆様のご協力で、少しでもその作業が軽減できるようにお願い申し上げます。

## ☆会員卓話

郡司武俊君

今日は『噛む』というテーマでの話です。人間にとって「噛む」ということは、食事をおいしく食べられることです。

ものを十分に食べられないと、結果的に内臓関係がおかしくなり、体調が悪くなります。

ものを噛むこと、いわゆる咀嚼は、口筋、側頭筋などの筋肉で噛むわけです。

人間の体は、脳からの指令で筋肉を動かす、手や足を自分の意思で動かしていますが、その脳の支配の3分の1が口に集中しています。ということは、十分にものが噛めることはボケ防止になり、極論すれば、ものを十分に噛めない人はボケやすいと言えます。

最近の子供は固いものはあまり食べま

せんので、必然的に上・下顎の骨の発達が悪くなってきています。歯は生まれもって大きさは変わらないのですが、顎の大小によって歯列不正が生じてきます。

歯列矯正治療は顎の長さとお歯の長さを一致させなければなりませんので、便宜抜歯として、やむなく健康な歯を4本抜くこととなります。

極力、自分の歯を残すように、小さいうちからよく噛む習慣をつけることが大切です。

ものを噛む力によって、食物の作り方にも影響があります。例えば、男性は咀嚼能力にバラツキが見られますが、女性にはあまり個人差がないのは、女性にはあまり個人差がないのは、女性には料理を作るので、自分の歯の具合に適した食事を作るからだと言われます。

また、義歯、総入れ歯、部分入れ歯の人には、食物の切り方が重要になります。

例えば、野菜の葉は、総入れ歯の人は上下の方向にしか噛み合わせできませんので、噛み切ることは不可能です。従って、この場合は葉を2mm～3mmに切って、飲み込み易いようにする必要があります。

一方、固い沢庵とか人参の場合は、意外と大きい方がいいのです。一口に入れた方が噛み切り易いのです。

本日お配りしました資料にありますように食品をプラスしてシーフードカレーとか肉・野菜入り焼きそばにしますと、咀嚼に要する回数が増えますので、効果があると思います。

要は、自分の歯でもものを噛むことによって、はじめて美味しさを感じるのですから、日常歯を大事にしていきたいと思っています。子供用歯ブラシの併用有効。

(要旨)