

国際ロータリー 第2710地区

Rotary 広島城南ロータリークラブ

THE ROTARY CLUB OF HIROSHIMA-JOUNAN

2020-2021年度 会長 テーマ

ロータリーとクラブの未来をみんなで考え語り合おう




会長／平井篤志 副会長／水口弘士 幹事／児玉哲也 副幹事／福山正剛 クラブ会報編集委員長／青野大輔
 例会場／シェラトングランドホテル広島 広島市東区若草 12-1 例会日／金曜日 事務局／リーガロイヤルホテル広島 13F

第 1189 回例会 2021 年 4 月 2 日

会長時間：平井篤志会長

本日は当初予定では創立 26 周年記念夜間例会を予定していましたが、コロナ禍の影響で通常例会に変更しました。

広島の感染者数は今週に入り増加傾向にあります。引き続き気を引き締めたいと思います。

さて、4 月は「母子の健康月間」です。毎年 5 歳未満で命を落とす子どもは、世界で推定 590 万人いるとされています。

その原因は栄養失調、適切な医療や衛生設備の欠如など、予防が可能なものばかりです。

マイロータリーの公式サイトに掲載されていたプロジェクトを紹介します。

- ・ 幼い命を救う医療支援として、日本（中津川 RC）とブラジルのレジストロ RC がグローバル補助金を使ってブラジルサンパウロ州の病院に新生児用の保育器のほか、換気装置、医療機器、ベビーベッドなどを設置しました。
- ・ 安全な出産のため、清潔な出産キットの配布、安全な出産方法に関する保健従事者の研修などの支援
- ・ 子どもが 1 歳を無事迎えるために、母乳に関する母親の指導、予防接種と定期健診の推進、防虫加工された蚊帳の配布など赤ちゃんを守る支援
- ・ 持続可能なプログラムとして、適切な研修を受けた医者、看護師、助産師、医療従事者によるケアをすべての女性が受けられるよう支援

「母子の健康」で気になるのは昨今の経済環境の厳しさからの貧困問題があると感じております。また、小児虐待も話題になりますが、子どもや保護者の発達障害も一因であるようです。

奉仕活動として何ができるか考えていきたいと思っております。



記念日(会員誕生日)

松苗弥生 会員 15 日
 山本博之 会員 16 日 (還暦)
 佐々木優子 会員 26 日
 竹村有右 会員 29 日



連続出席 100%

蛭子宗夫 会員 18 年間連続 100%出席
 二上真也 会員 14 年間連続 100%出席
 松苗弥生 会員 7 年間連続 100%出席

幹事会務報告

- (1) ロータリーレート変更のお知らせ
 - ・ 4 月 1 日より 1 ドル 110 円になりました。(3 月 106 円)
- (2) ボックス配布物
 - ・ ロータリーの友誌、ガバナーズレター 4 月号
- (3) お知らせ
 - ・ 例会終了後、定例理事会が 4 F 「泉」にて開催されますので、関係者の方はご出席お願いします。

委員会報告

- (1) 出席報告：プログラム・出席委員会 竹岡委員長
- (2) 広報・ロータリーの友誌委員会 竹村委員

ニコニコ箱

平井篤志会員

妻がギックリ腰になりました。加島さんにはお世話になりました。だいぶ治りましたが、その間妻がしおらしくなりました。

水口弘士会員

祝 26 周年

●本年度会長テーマ●

「創立 25 周年を迎え、ロータリアンとしての自覚を持とう」

<http://hj-rc.jp/>

福山正剛会員

年度が変わりましたが今年はあまり実感がありません。

この数日本川沿いの桜を堪能しました。

松田文雄会員

お久しぶりです。役職は増えましたが、ストレスも増えました。

出張は減りましたが、気分転換も減りました。

河野綾子会員

昨日 4 月 1 日、一般的には新年度が始まりました。宮島に広島城南ロータリークラブの発展をおねがいして参りました。

武村有右会員

お久しぶりです。出宝いたします。

高藤孝一会員

3/17 広島信用金庫横川支店ゴルフコンペで優勝しました。

鷹の巣ゴルフクラブ OUT44 I N43 のグロス 87 N E T 54.6 断トツ優勝です。城南関係者は 12 位竹本さん、13 位児玉幹事、19 位玉田さん、15 番ではバーディーも取りました。明日、明後日もゴルフです。頑張ります。

河中清会員

桜も咲いて気候も良くなりました。初孫のために今家では鯉のぼりが楽しそうに泳いでいます。ポッカポカ陽気はいいですね。

計 11,000 円

プログラム 会員卓話

～ 創立 26 周年に寄せて ～

平井篤志会長



毎年最初の例会は会長新春あいさつとして、会長が卓話を行うこととなっておりますが、今年は休会となりましたのでそのままになっておりました。

本日の卓話のスピーカーを誰にお願いするか竹岡委員長が困っておられましたので、新春あいさつの代わりではな

いですが立候補した次第です。

創立当時の話は今までもチャーターメンバーの会員から何度かお聞きしておりますので、違った視点から話をしたいと思えます。大した内容ではありませんので気楽にお付き合いをお願いします。

広島城南 RC は 26 年前、1995 年（平成 7 年）3 月 31 日に設立同年 4 月 18 日に国際ロータリーから認証。チャーターメンバーは 30 人。在広 RC では 13 クラブ中 11 番目。

城南 RC より新しいクラブは廿日市 RC（1995 年 5 月）・広島安佐 RC（1999 年 3 月）。

26 年前のロータリー

メイクアップ期間が 1995 年の規定審議会で延長。それまでは直前のクラブ例会の定例の時刻から直後のクラブ例会の定例の時刻まで。

1995 年 ロータリーの定義改正

人道的な奉仕を行い、あらゆる職業において高度の道徳的水準を守ることを奨励し、かつ世界における親善と平和の確立に寄与することを目指した、事業および専門職務に携わる指導者が世界的に結び合った団体。

第二標語 最もよく奉仕する者最も報われる

One profit most who serves best

この当時は He profits most who serves best

→ They profit most who serves best

（改正されたのは 2004 年）

（2010 年に They → One）

会員資格で性別を一つに限定することが認められていた（禁止されたのは 2001 年）

女性会員の加入が認められたのは 1989 年

「男性に限る」の規定は削除

一業種一会員（緩和されたのは 2001 年）

26 年前の出来事

1 月 17 日 阪神・淡路大震災が発生

3 月 20 日 地下鉄サリン事件

7 月 16 日 Amazon.com がサービス開始

10 月 4 日 新世紀エヴァンゲリオンテレビ放送開始

11 月 23 日 マイクロソフトがウィンドウズ 95 を発売

私事（1 月 17 日のこと）

転職のため深夜 3 時まで履歴書、職務経歴書を書いていて地震に気づかなかった

朝テレビニュースを見て阪神高速の高架から落ちそうになるバスに驚いた

26 年前のヒット曲（オリコン年間 TOP3）

1 位 ドリカム 「LOVE LOVE LOVE/嵐が来る」

2 位 H Jungle with t 「WOW WAR TONIGHT」

3 位 福山雅治 「HELLO」

ミスチル・B'z・シャ乱 Q

26 年前の映画

ダイ・ハード 3

トイ・ストーリー

アポロ 13

26 という数字に何かあるか？

Wikipedia で検索したがよくわからない

原子番号 26 番 Fe（鉄）

26 代総理大臣 田中義一（1927(S2). 4. 20-1929(S4). 7. 2）

26 代天皇 継体天皇

カーブ 背番号 26 中田 廉（なかつたれん）投手

サンフレッチェ 背番号 26 土肥航大（どひこうだい）守備的

MF 20 歳

ユース出身 高校 3 年でプロ契約

●本年度会長テーマ●

「創立 25 周年を迎え、ロータリアンとしての自覚を持とう」

<http://hj-rc.jp/>

2020～2021年度

昨年は25周年（クオーター）

4分の1

欧米では重要 四半期決算

25セント硬貨 クオーター

アメフト・バスケット

分けやすいから？

Googleで「ロータリー 26」と検索

マツダが1972年に「パークウェイ ロータリー26」を発売

パークウェイはマイクロバスでロータリーエンジンを搭載 26人乗り

当時の公害問題による排ガス規制の対策

ロータリーエンジンは低速トルクが細い

全然売れずに44台で生産打ち切り

第1190回例会 2021年 4月 9日

会長時間：平井篤志会長

前回も少し触れましたが、6月12～16日に台北で開催予定でしたロータリー国際大会を、バーチャル行事として開催することとなりました。

2021年バーチャル国際大会の詳細は、近日中に公開されます。現時点で知っておくべき情報は下記の通りです：

バーチャル国際大会の登録

バーチャル国際大会には、ロータリーの会員と参加者ならどなたでもご参加いただけます。バーチャル国際大会への登録は、4月中旬に開始されます。登録開始後の21日間はプロモーション割引により登録料が49ドルとなり、その期間後は65ドルとなります。

ローターアクト、青少年交換役員、国際共同委員会の大会前会議は、2021年6月10～11日に開催されます。各大会前会議への登録料は20ドルです。国際大会と大会前会議の登録料には、友愛の家へのアクセスが含まれています。今後もこのほかの情報や最新情報がこのページに掲載されますので随時ご確認ください。バーチャル友愛の家

大会出席者が集うバーチャル友愛の家では、ロータリーが提供するさまざまな資料やプログラムについて学び、プロジェクトの情報を交換しあい、さまざまな商品やサービスを購入することができます。一方、2710地区の地区大会はご案内の通り5月16日に山口県防府市で開催されます。

会場参加のほか、今年はweb参加も実施されます。午前中に会長幹事会議が開催されますので会長・幹事は現地に参ります。

web参加は現時点では14名と聞いております。まだ間に合いますので一人でも多くの参加をお願い申し上げます。



記念日(会員結婚記念日)

河中 清	会員	1日
正木英生	会員	14日
松田文雄	会員	19日
橋沢宏弥	会員	20日
蛭子宗夫	会員	23日
二上真也	会員	28日
加島文斎	会員	29日
藤井 巖	会員	29日

幹事会務報告

(1) ボックス配布物

- ・第9回理事会議事録
- ・卓話資料

(2) お知らせ

- ・次週4月9日の例会は、新現引継クラブアッセンブリーが例会終了後開催のため、指定席になりますので、宜しくお願い致します。
- ・例会終了後、定例理事会が4F「泉」にて開催されますので、関係者の方はご出席をお願いします。

ニコニコ箱

平井篤志会員

山内さん本日の卓話よろしくお願ひいたします。
お客様から差し入れに「糺祭」もいただきました。

児玉哲也会員

山内さん本日の卓話よろしくお願ひいたします。

福山正剛会員

山内さん本日の卓話よろしくお願ひいたします。

加島文斎会員

門田充慶会員

先週、長女に会いに家族で京都へ行って来ました。

ちょうど桜が満開だったので良い時に行くことができました。

青野大輔会員

長く参加できておりませんが、状況が少し落ち着きました。今後ともよろしくお願ひいたします。

山内将会員

初めての卓話です。緊張しています(笑)。

よろしくお願ひいたします。

松苗弥生会員

山内さん本日の卓話が非常に楽しみでした。

よろしくお願ひいたします。

藤井巖会員

山内さん本日の卓話よろしくお願ひいたします。

合計 15,000 円

●本年度会長テーマ●

「創立25周年を迎え、ロータリアンとしての自覚を持とう」

<http://hj-rc.jp/>



4,050 円

プログラム 会員卓話 ～ 和食の歴史 ～

【和食の歴史】

縄文時代から現代に至るまでの和食の歩みを解説～年表付き～

食材を生かした、季節ごとの美しい彩りを見せる和食は今や世界に評価されています。

この記事は和食の歴史を、どこに転換点があったのかに注意しながら丁寧にお伝えしていきます。大きな転換点は 675 年に天武天皇によって発布された「肉食禁止令」です。明治時代初頭に解禁されるまでおよそ 1200 年間、日本人の肉食は 0 ではありませんが、西洋と比べれば著しく少ないものになりました。その間、魚介類で動物性たんぱく質をとり、大豆と米で植物性たんぱく質を補給する健康で長寿効果の高い食生活が続きまし

た。肉類に比べればどうしても物足りない面もあるため、それが「だしをとる」ことの工夫に繋がりました。お客をもてなす心から見た目の美しさにもこだわる料理様式がいくつも生まれました。



今やユネスコ無形文化財に登録された「和食」はどんな歴史を歩んできたか、見ていきましょう。

和食の歴史

概念としては分かったつもりになっている「和食」の成り立ちに目を向けると、日本人がいま食べている一皿に、縄文時代から奈良、平安、鎌倉、室町と、各時代に渡来した野菜や料理法が、進化しながらしっかり受け継がれていることに気付く。

<縄文時代>

焼く、煮る（土器で水、魚、塩、野菜などを加熱）。日本最

古の炭（およそ 30 万年前）。

フキ、セリ、ウド、山椒、ワサビ、自然薯、ミツバ、木の実、キノコが山野に自生。

塩をした魚が発酵し自然発生的に魚醤が生まれた。

<弥生時代>

稲作などの農業がさかんになる。木炭の定着。

<古墳時代>

醤油のもととなる「醬」が中国で造られるようになった。

ショウガ、ダイコンが中国から渡来。

<飛鳥時代>

中国から箸文化が伝わる（聖徳太子が派遣した遣隋使より）。

<奈良時代>

遣唐使が揚物の最初とされる「唐菓子」を持ち込む（のちの饅頭や煎餅の誕生に影響を与えた）。

中国から魚膾（酢の物、和え物の原形）が伝わる。酒や酢、醤油（穀醬）の醸造（天皇用や儀式用に造酒司が酒や酢、醬院が穀醬を醸造）。

正倉院御物に最古の日本型包丁。

儀式的な料理に携わる「包丁人」が登場。

中国から「寸法」という概念が伝わる。

ナス、ネギ、カブが渡来。

魚介類が料理の重要な食材となる。

<平安時代>

「ゆでる」「焼く」の調理法が中心（空海によって炭火焼文化が広まる）。

酒宴の作法「式三献」（日本の宴会の原型）が生まれる（室町時代に確立）。

<鎌倉時代>

天台宗開祖の最澄が茶の種を持ち帰り、茶の湯が始まる。

禅宗の精進料理が中国から本格的に伝わる。

「煮る」「和える」などの調理法の導入。

野菜にゴマ、クルミ、味噌、豆類といった和え衣などを合わせて、旨味を足した。

菜種、大豆、ゴマ、榎（カヤ）、椿などの食用油を使って、「揚げる」という調理法の確立。豆腐が輸入され、これも油で揚げて食べた。

野菜の品種改良が進む。

寺を中心に茶が栽培される。

<室町時代>

平安時代からの式正料理をモデルにした本膳料理が誕生。

儀式料理の膳組みは四碗（飯、汁、平、壺）と一杯（高杯または腰高の皿）という、形式が完成。

茶の湯の文化とともに漆器が発展した。

昆布や鰹節で出汁を取るようになる。

古文書に「醤油」の記載。

「包丁人」が「料理人」になり、「切る」という技術と、調味という技術が一体化する。

山内将会員



●本年度会長テーマ●

「創立 25 周年を迎え、ロータリアンとしての自覚を持とう」

<http://hj-rc.jp/>

2020～2021年度

ワサビを薬味として利用し始める。

荘園制度の発達により、米の生産がアップ。1日の食事が2回から3回となった。

米の加工品として鏡餅や草餅、ちまきや、ぜんさい、団子なども作られる。

<戦国時代>

長崎の中国人や南蛮人から魚や野菜の天ぷらの原形がもたらされる。

ニンジン、キュウリ、カボチャの栽培が進む

<安土・桃山時代>

醤油が調味料の主体となる。

南蛮貿易によって新たな野菜 や香 辛料、砂糖が伝わる。

南蛮料理や中国料理が取り入れられ、日本料理が大きく進歩する。

玄米食に代わって、白米食が定着していく。

<江戸時代>

鹿、たぬき、猪、うさぎ、熊といった獣の肉が食べられ、猟師の市が立った。

オランダ医学により、肉食が体によいとされ、牛肉を売る店（ももんじい屋）が現れる。

江戸に各地の食材が集まり、握り寿司や そば、鰻、揚物が定着。

江戸に常設の天ぷら屋台が増える。食材は江戸湾でとれる白キス、メバチ、アナゴ、シャコ、クルマエビ（江戸はゴマ油、関西は菜種油）。

各藩とも積極的に農水産物、特産品の生産に励む。江戸時代中期、磁器が発達。

南蛮貿易で野菜の外来品種をどんどん輸入。

インゲン豆、レンコン、ゴボウ、キャベツ、サツマイモ、馬鈴薯、シュンギク、エンドウ豆、タケノコ、ホウレン草、トマト（観賞用）

<明治時代>

肉食が普及し始める。

食事の西洋化が見られるようになる。玉ネギ、オクラ、トウモロコシ

第1191回例会 2021年 4月16日

会長時間：平井篤志会長



昨日は所得税確定申告の申告期限でした。本来でしたら申告期限は3月15日ですが、新型コロナウイルス感染症の影響で期限が1か月延長されました。

1か月も期限が伸びたので仕事が楽になるかと期待したのですが、受託件数が過去最大に増えたこと、

確定申告以外の業務や顧客から受け取る経理資料が遅くなった

こともあり、ずっと忙しいままでした。

最も影響を受けたのは業務量の増大に備えて昨年スタッフを増員したのですが、家庭の事情で急に退職してしまいそのまま繁忙期に入ったことでした。

今年の申告で感じたことは以下の通りです。

・譲渡所得

ここ数年で最も件数は多かった

すべて不動産業者への売却、金額は30,000～80,000千円（単価は安い）

造成後、数区画に分割して建売住宅として販売

従前の用途は農地、古い貸家・アパート

相続により取得した物件を売却するケースも

・不動産所得

入退去は少なかった印象（転勤が減った?）

退去修繕、リフォームが少ないため修繕費は減少

築年数が経過した物件は減価償却費・借入金利子が減少するため所得が増える傾向

・事業所得

特に飲食業は影響大、給付金や助成金で持ちこたえた

多くの顧問先が融資を受けており、当面の資金繰りはなんとかなりそう

収入は下がったが、給付金や経費（特に交際費）の減少により、あまり所得が変わらない顧問先も多かった

医業、サービス業は明暗が分かれた

この時期は顧問先から差入やお土産を多くいただきますので、残業中におやつを食べ続けた結果体重がデッドラインを超えてしまいました。

記念日(配偶者誕生日)

高雄準善 会員 8日(高雄久美子様)

山本博之 会員 18日(山本 弘美様)

平井篤志 会員 19日(平井 鈴美様)

田中清峰 会員 24日(田中麻貴子様)

津田真幸 会員 24日(津田 美樹様)

幹事会務報告

1. ボックス配布物

・5月例会について…出欠について回答が分かる方は、お帰りの際に回答用紙を受付に提出願います。

・会員名簿記載事項確認のお願い…お帰りの際に提出して下さい。訂正がない場合も必ず提出下さい。

・卓話資料

・地区研修・協議会資料（出席者のみ）

2. お知らせ

・例会終了後新現引継クラブアッセンブリーが開催されます。出席者の方は、宜しくお願い致します。

●本年度会長テーマ●

「創立25周年を迎え、ロータリアンとしての自覚を持とう」

<http://hj-rc.jp/>

(1) 出席報告：プログラム・出席委員会 木本委員

ニコニコ箱

平井篤志会員

門田さん本日の卓話よろしくお願ひいたします。色々参考にさせて頂きます。

水口弘士会員

門田会員本日の卓話よろしくお願ひいたします。

児玉哲也会員

本日の新現引継クラブアッセンブリー参加される方よろしくお願ひいたします。

福山正剛会員

本日のクラブアッセンブリーよろしくお願ひいたします。

門田さん、卓話楽しみにしております。

門田充慶会員

本日、卓話をさせていただきます。よろしくお願ひいたします。

戸田拓夫会員

4/8 に外孫のお宮参りを厳島神社で行いました。

嬉しいばかりです。

大畑哲也会員

皆様お久しぶりです。

竹岡龍太郎会員

ロータリーバッチをわすれました。

松苗弥生会員

いつもお世話になってます、松苗です。昨日 4/15 は私の 43 年目の誕生日でした。沢山のロータリーの方にお祝ひして頂きました。本当にありがとうございます。立派なおばさんになってしまいましたが、これからも素敵なおばさん目指して頑張ります。

藤井巖会員

門田さん本日の卓話よろしくお願ひいたします。本日の新現引継クラブアッセンブリーですが、この例会場にて引き続き行いますので宜しくお願い致します。

計 21,000 円



先週、例会終了後にこちらの会場でも新旧引継クラブアッセンブリーが開催されました。アッセンブリーは 1 時間ほどで終了し、その後各委員会ごとにインフォーマルミーティングの日程調整が行われておりました。1 年前のことを思い出しますと、どんな形でもいいのでみんなで意見を出し合い、思いを共有することがいかに大事かと痛感しております。

以前の会長時間でもお話ししましたが、6 月 10 日から 16 日に開催される 2021 年バーチャル国際大会の登録手続きが始まりました。グーグルで「2021 年バーチャル国際大会」で検索するとトップにライオンズクラブの国際大会が表示されました。間違えて登録しないようお気を付けください。

「登録はこちら」をクリックすると英語のサイトを日本語に機械翻訳したらしく、ところどころおかしい表現がありました。ブラウザの自動翻訳ですので、ブラウザを firefox から Edge に切り替えると表現が異なるのが面白いところです。

プログラムの詳細など詳しいことは掲載されておられません。

スケジュールのみ掲載されておりましたが、CDT と表記がありました。調べてみますと CDT は米国の中部夏時間です。日本時間とは 14 時間の時差があります。

「登録」をクリックして必要事項を入力し、クレジットカードで参加フィーを支払います。

のちに幹事からも報告がありますが、5 月 16 日の地区大会もオンライン開催のみとなりました。会長幹事は会場参加の予定でしたがオンライン参加となります。

RLI で知り合った他クラブの会長幹事と会えるのを楽しみにしておりましたが、とうとう会う機会がなくなることとなり大変残念です。

さて、私は会長時間のネタに困るとすぐにウェブに頼ります。MyRotary のサイトには多くの情報が掲載されております。

その中で本日はロータリーショーケースを紹介します。ロータリーショーケースは、世界各国のロータリークラブが実施しているプロジェクトが掲載されております。また、計画中のプロジェクトや協力者の募集も掲載されております。

情報が膨大なので、キーワードや地区などで絞込するのがよいと思います。

2710 地区で検索しますと掲載されているのは広島北 RC が大半でした。キーワードで「清掃」と入れると公園や河川敷、名所旧跡などの聖堂活動の事例が数多くヒットします。台湾のクラブの清掃活動もいくつか出てきました。

プログラム 会員卓話

～ コロナ禍での保険あれこれ ～

門田充慶会員



門田充慶会員より、「コロナ禍での保険あれこれ」と題して卓話をして頂きました。



●本年度会長テーマ●

「創立 25 周年を迎え、ロータリアンとしての自覚を持とう」

<http://hj-rc.jp/>

入会月

蛭子宗夫 会員 平成 15 年 4 月 11 日
 二上真也 会員 平成 19 年 4 月 13 日
 松苗弥生 会員 平成 26 年 4 月 4 日

創業月

高雄準善 会員 (宗) 浄土宗 戒善寺 永禄元年 4 月 8 日
 古江暢敏 会員 ㈱古江商会 昭和 28 年 4 月 18 日
 正木英生 会員 正木内科胃腸科医院 昭和 45 年 4 月 7 日
 松本勝行 会員 ㈱郡産業 昭和 58 年 4 月 1 日
 蛭子宗夫 会員 ㈱ABS総合設計 昭和 58 年 4 月 1 日
 児玉哲也 会員 ㈱イデアール 平成 2 年 4 月 2 日
 田上 剛 会員 たのうえ法律事務所 平成 17 年 4 月 1 日
 福山正剛 会員 福山正剛法律事務所 平成 25 年 4 月 8 日

幹事会務報告

- ボックス配布物
 - 卓話資料
 - 会報8月号 (希望者のみ)
- お知らせ
 - 地区研修・協議会について
4月25日(日)14:00～zoomにて開催されますので、参加される方は宜しくお願い致します。
 - 地区大会 本会議について
全てオンラインで開催することになりました。プログラムに若干変更があるそうなので、詳細が届き次第、参加者の方にお知らせします。
 - 4月30日、5月7日は休会となっています。次回の例会は5月14日になりますので、お間違えないようお願い致します。

委員会報告、他

- (1) 出席報告：プログラム・出席委員会 竹岡委員長

同好会報告

- (1) 野球同好会：橋沢会員

ニコニコ箱

平井篤志会員

門正木先生、本日の卓話よろしくお願ひします。

(業務連絡)近いうちに血圧の薬をもらいに行きます。

福山正剛会員

正木先生、本日の卓話よろしくお願ひいたします。

正木英生会員

今日は、長寿についての卓話をさせていただきます。

吉村元亨会員

13RC のゴルフが中止になり残念でしたが、5月の連休はゴルフでいっぱい埋まりました。上手になるかも。

水口弘士会員

木本会員のお世話により、会社に来ていたベトナム人技能実習生の1期2名がコロナのため5ヶ月遅れで本日帰国しました。

高雄準善会員

最近寿命の事を考える事があり、本日の卓話「寿命のために」を心して聞きたいと思います。

橋沢宏弥会員

正木先生、本日の卓話よろしくお願ひいたします。

計 7,000 円

プログラム 会員卓話

～ 長寿のために ～

正木英生会員

日本人の平均寿命は昨年の WHO の統計では 84.2 歳で世界 1 位となった。原因としては、清潔な環境、政府や企業の健康事業への努力、食習慣や運動への努力等が考えられる。

長寿の研究で有名な京都大学名誉教授家森幸男先生が世界トップクラスの長寿地域コーカサス地方のグルジュア (ジョージア) の研究の際に持ち替えられたカスピ海ヨーグルトの話から当地の食習慣について述べ、如何なる食習慣が長寿に関与しているのか、そして長寿と関係がありそうな地中海食や、105 才迄生きられた日野原重明先生の食生活につき述べた。

新現引継クラブアッセンブリー (4 月 16 日開催)

●本年度会長テーマ●

「創立 25 周年を迎え、ロータリアンとしての自覚を持とう」

<http://hj-rc.jp/>