



# OSAKA-TEMMABASHI ROTARY Club Weekly Bulletin

第2660地区 大阪天満橋ロータリークラブ 創立 昭和42年(1967)11月4日

事務局 〒530-0001 大阪市北区梅田1丁目9番20号 大阪マルビル第一ホテル

例会 毎週木曜日 12時30分 ヒルトン大阪4F

会長 川原 和彦 幹事 永田 秀次 広報委員長 高良 尚志

電話(06)6345-1115(直通) 電話(06)6341-4411(ホテル) FAX(06)6344-8222

E-mail:temma-rc@temmabashirc.xsrv.jp http://temmabashirc.xsrv.jp



<四つのテスト> 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

APRIL 4 2013 NO. 2197

雑誌 月 間

☆☆ 今日のプログラム ☆☆	次週(4月11日)のお知らせ
1) 例会 (2197回)	1) 例会 (2198回)
2) 国旗およびロータリー旗に礼	2) ソング 我等の生業
3) ソング 君が代・奉仕の理想	3) 卓話 「職業奉仕を考えよう」
4) 卓話 「RADAR」 高良 尚志会員	大矢 平治 会員

## ☆☆ 4月度のお誕生日 ☆☆

9日 箕村 保 14日 西井 幾雄  
18日 目幸 文範 23日 山村 朋史  
(以上敬称略)

## \*\* 先週の例会報告 \*\*

### ☆☆ 会長報告 ☆☆

春が駆け足でやって参りました!皆様こんにちは!!ご来訪の皆様、ようこそお越しくださいました。会員の皆様も多数ご出席ありがとうございます。

本日は歴史と伝統ある親クラブの大阪ロータリークラブ・松澤本年度会長にお越し頂き誠にありがとうございます。今日は住友病院・院長のお立場から健康委員会の卓話を後程よろしくお願ひ申しあげます。

さて大震災から3年目にはいりました・・・世界最貧国のひとつであるバングラディッシュの小さな村で多くの人が1日たった200円の収入の中から、その半分を日本のために寄付していた事をご存じでしたでしょうか?「私たちは貧しいから大きな力にはなれなくてごめんなさい」そう言ってくれた人達がいる事を!

又さる3月11日の東日本大震災慰霊式典での安倍総理大臣より「昨年の式典では、台湾の代表は出席していたにも関わらず名前は読み上げられませんでした。震災発生時台湾はどの国よりも早く200億を超える義捐金を送ってくれ

た大切な日本の友人です。今年はこの対応を改め、台湾に対し感謝の意を込めて『指名献花』をして頂く事になりました!この事に対し中国が代表を送らなかつた事は大変残念であります。しかし我々はこれからも礼儀正しくありたいと思います!」(記事原文)

最近胸が打たれた2つの記事でございます。

### ☆会長報告

1.今週月曜日夜、6組会長幹事会交流会が開催されました。先の3月8日開催の東日本復興支援チャリティコンサートの収支を含めます報告を本日の理事会でさせていただきますが、義捐金 1. 739. 440円を6組11クラブとして寄付をさせて頂く事で決まりました。

2.3月22日 帝国ホテル大阪におきましての「大阪大手前ロータリークラブ」創立30周年記念事業・式典並びに祝賀会に29名で出席してまいりました。事業は3世代クラブ合同のソメイヨシノの植樹を致しました。200名を超える式典・祝賀会は素晴らしいものでございました。設立に尽力された福井パスト会長が、本当に立派なクラブになられたと感慨深げにおっしゃたのが、小生にはとても印象的でした!引き続きまして30日は大阪中之島ロータリークラブ20周年でございます。ご出席の皆様よろしくお願ひ申し上げます。

3.3月23日 次年度地区チーム研修セミナーに山本会員・寺内会員にご出席頂きありがとう

☆☆ 出席報告 ☆☆ ( ) 内は会員総数を基準とした値

国内ビジター	2名	会員総数	69名	3月28日の出席率	78.13%
国内ゲスト	7名	会員出席	50名(64名)	4週間前(3月7日)の	
外国ビジター	0名	出席規定適用免除	22名	メイクアップを含む出席率	87.30%
外国ゲスト	0名	会員欠席	14名	メイクアップ実施会員	2名(欠席者10名)

ございました。そして同日在本会長エレクトがPETを終日受けられご苦労さまです。お体にはご自愛頂きますよう・・・

☆☆ 幹事報告 ☆☆

- ①4月1日からロータリーレートが1ドル=94円に変更になります。(現行1ドル=92円)
- ②大阪市青少年活動協会広報誌「ふいーんど」を本日本配りしております。
- ③「45周年 春の家族会」出欠のご返事を早急に事務局までお願いいたします。
- ④「新年度ロスターの原稿」、ご確認済みの方は事務局まで早急にご提出をお願いします。なお、ご訂正のない場合もOKとご記入のうえ必ずご提出お願いいたします。
- ⑤大阪中之島RC創立20周年記念式典が「太閤園 別館」にて明後日開催されます。登録開始が14:30・記念式典は15:00からです。なお、ご出席頂けます会員各位におかれましては45周年記念ネクタイ(赤色)を着用頂きますようお願いいたします。
- ⑥4月16日(火)午後から「殺虫剤散布」のために事務局をしめさせて頂きますので宜しく願いいたします。
- ⑦本日例会終了後 4月度定例理事会を「平安の間」にて開催いたします。関係各位宜しく願いいたします。

☆☆ にこにこ箱 ☆☆ 敬称を略す

本日の卓話宜しく願い致します。

大阪ロータリークラブ会長 松澤 佑次  
大阪ロータリークラブ松澤会長ご来訪ありがとうございます。本日の卓話よろしく願い申し上げます。 川原 和彦

健康委員会の卓話者として松澤佑次先生をお迎えして 健康委員会

大阪ロータリークラブ松澤会長御来訪ありがとうございます。メタボリック気になってます！

永田 秀次

本日は交換留学生 郷渡一司君をよろしく願い申し上げます。 中川 政照

くちはっちゃんが15店舗になりました 自祝 中村 修

重里パスト会長、京都「北野をどり」有り難うございました。 高田 肇

平成25年3月28日 合計金 46,000円

累計金 2,424,029円

☆☆ 先週(3月28日)の卓話 ☆☆

メタボリックシンドロームとはなにか？

大阪ロータリークラブ会長 松澤佑次様  
メタボリックシンドロームは、糖尿病、高血圧、脂質異常などの生活習慣病が重なっており、その原因が内臓脂肪の蓄積であるという新しい症候群として2005年に私たちが提唱したものです。発表当初から名前がわけのわからないカタカナであったことや、診断基準に、ズボンのサイズのようなウエストを採用したため、マスメディアが一斉に賛否両論の報道をしたのを覚えていらっしゃる方もおられるでしょう。しかし、このお陰でメタボという名前や、またウエストが大きいと生活習慣病とつながるのだという認識は驚くほどの速さで全国に浸透しました。その後2006年には流行語大賞候補にノミネートされ、イナバウアー、品格の大賞に次ぐ次点に選ばれたものでした。一方ではその本質がいまだに十分に理解されているとは言えません。血管の病気は、これまでコレステロールが最も大きな原因と考えられてきましたが、糖尿病、高血圧、高中性脂肪血症など、一つ一つが大きなリスクとはいえない異常が一個人に複数重なっていることが大きなリスクになることがわかってきたのです。さらにこれらの異常は偶然重なっているのではなく、腹腔内の脂肪、内臓脂肪の過剰蓄積が共通の原因であることがわかってきたのです。従ってメタボでは、内臓脂肪を減らすための生活習慣の改善、とくに運動と食事療法をすることで、複数の病気を一網打尽に改善させることができます。幸い内臓脂肪は皮下脂肪に比べて運動などで減りやすいので、内臓脂肪蓄積の指標であるウエストの基準を超えていれば、しっかりダイエットと運動に励みましょう。

☆☆ 本日のメニュー ☆☆

コーンスープ  
ミックスシーフードフライ(海老、鱈、穴子)、  
タルタルソース添え  
シトラスフルーツのサラダ、ヨーグルトアイスクリーム添え  
ライス コーヒー