

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3番1-1100号 大阪駅前第1ビル11階
例会 毎週木曜日 12時30分 ヒルトン大阪
会長 平尾 彰彦 幹事 小寺 寿矢 ツグ・プロパティ・広報委員長 荒木 幾夫

事務局電話(06)6344-0120 FAX(06)6344-0126 ホテル電話(06)6347-7111
E-mail:temma-rc@temmabashi-rc.com http://temmabashi-rc.com



2024-2025年度RIテーマ

<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

JUNE 5 2025 NO. 2711

ロータリー親睦活動月間

☆☆ 今日のプログラム ☆☆	次週(6月12日)のお知らせ
1) 例会 (2711回)	1) 例会 (2712回)
2) 国旗およびロータリー旗に礼	2) ソング 友と呼べるのは
3) ソング 君が代・奉仕の理想	3) 卓話 「クラブ在籍41年11ヶ月を 顧みて思う事」 橋本 守之会員
4) クラブ協議会(新旧合同)	

** 先週の例会報告 **

☆☆ 会長報告 ☆☆

皆さん、こんにちは

気候も良く、すがすがしい日々が続きます。先週は、例会場の都合で、休会とさせて頂きました。月の中ほどでの休会でしたので、間違えていつもの習慣で来られた方は、なかったでしょうか? ご迷惑をおかけしました。

本日は、本年度米山奨学生のグエン・トウイ・ズエンさん、大阪天満橋RACの山崎さやか会長、ようこそお越しく下さいました。ごゆっくりお食事ご歓談ください。

公益財団法人 ロータリー日本財団より南川和茂会員・中村修会員にマルチプル・ポール・ハリス・フェロー・ピンが、公益財団法人 ロータリー米山記念奨学会より重里國磨会員・中村健輔会員・西原潔会員・寺杣晃一会員に米山功労者マルチプルの感謝状が届いておりますので後程お渡し致します。なお、第67回米山功労クラブの感謝状も届いております。

5月17日(土)大阪天満橋のドーンセンターにて、わがクラブがホストのEXPOフェスタを開催させて頂きました。当日は朝から天候も優れず、参加者が減るのではと心配致しましたが、午後前には天気も回復し、大橋ガバナーはじめ地区役員の方々、IM6組の他クラブの皆さん等予定通り多くの方にご参加頂くことができました。お一人でも多くの方にと、皆さんにお声がけ頂いた結果、当日の参加者は、一般の方々含め164名となりました。有難うございました。

また当日は、EXPOフェスタ実行委員会のメンバーをはじめ、クラブメンバー、また大阪天満橋RACの皆さんに、朝早くからご集合ご協力頂き、重ねて御礼申し上げます。皆さん、本当にありがとうございました。フェスタは、郡実行委員長の開会の辞にて華々しくスタート、京都大学の鎌田教授、中央消防署の南野様、珠洲市の川端様すべてに素晴らしい講演で、ほぼ予定時間通りに進行し、締めは、珠洲市の馬縹キリコ太鼓で盛り上がりしました。最後に、来年度のホストクラブの大阪ロータリークラブに、バトンを渡し終了いたしました。皆さんのご協力を得て、無事成功裏に終わったと自画自賛しております。ありがとうございました。ようやく、大きな行事でありますEXPOフェスタも終了し、あとは春の家族会、児童院のBBQ、献血と、今期の事業も残り少なくなってまいりました。最後まで頑張りますので、ご協力よろしくお願ひします

24日(土)大阪YMCAにて、地区会員増強セミナーが開催され、当クラブからは、中島会長エレクトにご出席頂きました。休日にもかかわらず、有難うございました。

☆☆ 幹事報告 ☆☆

- ①2025-26年度合同例会形式によるガバナー公式訪問の出欠のご返事をお願いいたします。
- ②大阪市立児童院の社会奉仕事業への出欠のご返事を事務局までお願い致します。
- ③本日例会終了後 6月度定例理事会(新旧合同)が4F「銀河の間」にて開催されます。関係各位よろしくお願ひいたします。

☆☆ 出席報告 ☆☆ ()内は会員総数を基準とした値

国内ビジター	0名	会員総数	42名	5月29日の出席率	75.68%
国内ゲスト	2名	会員出席	28名(37名)	5週間前(5月1日)の	
外国ビジター	0名	出席規定適用免除	16名	メイクアップを含む出席率	75.68%
外国ゲスト	0名	会員欠席	9名	メイクアップ実施会員	4名(欠席者13名)

☆☆ にこにこ箱 ☆☆ 敬称を略す

EXPOフェスタ無事終わる事が出来ました。ご協力頂きました、実行委員会の皆様・事務局並びにご出席頂きました会員の皆様に感謝致します

郡 悦清

先日のEXPOフェスタ、多数ご参加頂き又、朝早くから集合ご協力を頂き、誠に有難うございます。お陰様で無事成功する事ができました

平尾 彰彦

EXPOフェスタ、皆様お疲れ様でした 小寺 寿矢
IM大成功おめでとうございます。平尾会長 小寺
幹事 郡実行委員長 石田実行副委員長 大変お疲れ様でした

川原 和彦

本日卓話よろしくお願いたします 中村 修
中村修会員、卓話楽しみにしています。健康長
寿でゆきたいです

中村 健輔

中村修さん 卓話楽しみです 石田 道夫
修さん 卓話ガンバってください!! 望田 謙三
修さん 卓話楽しみです

吉村 圭太

米山奨学生グエン・ズエン・トウイさんを、よろしくお願いたします 福原 哲晃
平尾会長には、先日私ども夫婦の結婚に際しまして立派な御祝の書状を頂き心より感謝いたします

坂本 一民

令和7年5月29日 合計金 57,000円

累計金 1,546,000円

☆☆ 先週(5月29日)の卓話 ☆☆

人生100年時代「健康長寿のために」

中村 修会員

①長寿は「運」

ケガなく、病気もなく、野良仕事。
肉、魚野菜、好き嫌いなく食べる。
運が良かったから、長生きした。

②ヨガで瞑想

③継続は力なり

ヨガは14年続けています。
ロータリーに入り、寺杣さんに進められ通った
おかげで、ヨガに行くことが仕事です。ヨガで
最後の5分は深呼吸をし、瞑想してすっきり。

④ラジオ体操で十分

朝起きて、太陽に当たり、体を動かす。
それで1日働けます。

⑤寿命の話

日本人の平均寿命は、最近100年間で毎年平均
0.3才ずつ延びており、大正時代に比べて、ほぼ
2倍になりました。

⑥ヨーロッパ人は寝たきり老人はいない。

食べれなくなったら、無理に流動食にしない。
点滴は最低限にする。自分で決める人生最後の
医療。迷ったら、「あなたがしてほしいくない
ことは、私にしてほしいくない。」

⑦ヒトは老化して病気で死ぬ

意外ですが、一般的にヒト以外の生物の老化期
間は短い、ほとんどありません。老化と死が
ほぼ同時に訪れるサケの例ですが3~4年間遠
くベーリング海やアラスカ湾まで回遊した後、
1m前後近い大きさまで成長して、生まれた川に
戻ってきます。川の流れに逆って遡上するの
は、サケにとって至難の業です。しかもメスは
お腹に大切な卵を抱えオスは精子を溜め込ん
でいます。これまで海で鍛え上げた肉体はこの
遡上するためにあると言っても過言ではないで
しょう。気力体力共にベストの状態です。多く
のサケは遡上途中にヒトに捕獲されたり熊な
どに食べられたりしてしまいます。やっとのこ
とで川の上流の生まれ故郷にたどり着いたサ
ケは、今度は尾びれがすり減るぐらい一生懸命
川底に穴を掘りそして産卵、放精し、そして急
激に体の代謝が低下して、つまり老化して死に
ます。ご存じのサケの一生です。

⑧「哺乳動物の総心拍数は一生でほぼ20億回仮説」からの推定です。

哺乳動物の一生の総心拍数は寿命が2~3年
のハツカネズミも60年のゾウもほぼ同じ大体
15億から20億というものです。実際にネズミの
拍動は1分間に600回と非常に速く、逆にゾウの
それは1分間に30回とゆっくりで、それに寿命
をかけるとほぼ同じ回数に収まります。

⑨ヒトだけがガンで亡くなる。

これは、この年命以上生きることが想定されて
いない。野生の哺乳動物でガンで死ぬものがほ
とんどいないので、ヒトも本来はガンになる
前、つまり55才より前に死んでいたのでしょ
う。実際にはそれより30年程度長く生きていま
す。これは一体なぜなのでしょう。か。
又続きは次回のおたのしみには?

☆☆ 本日のランチメニュー ☆☆

もずく酢

米茄子の帆立貝挟み煮

豚フィレかつ

穴子御飯

ほうじ茶プリン、コーヒー又は紅茶