



KUMAMOTO GREEN Rotary-Club bulletin



2014-
2015年度
テーマ

- 国際ロータリー 「ロータリーに輝きを」 RI 会長 ゲイリー C.K. ホアン
- 地区方針 「ロータリーを学び直し 新たな第一歩を踏みだそう」 RI.2720 地区 ガバナー 小山 康直
- 熊本グリーンR.C. 「ロータリーを知ろう」 熊本グリーンR.C. 会長 田中 純司

■例会日：毎週月曜日 18:30~19:30
■例会場：熊本市中央区城東町4-2 熊本ホテルキャッスル
TEL096-326-3311

■創立：平成元年2月22日 ■会長：田中 純司 ■幹事：菅 孝之 ■会報担当：長野 義文
■事務所：熊本市中央区城東町4-2 熊本ホテルキャッスル内
TEL096-354-4521 FAX096-354-4053 E-mail:kgrc@io.ocn.ne.jp

国際ロータリー 第2720地区 熊本グリーンロータリークラブ週報

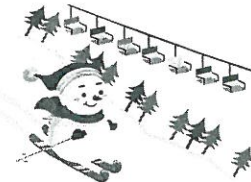
【2014年12月1日】

第1153回
2014-2015年度 第16回
【例会】

1. 開会・点鐘 18:30

2. 食事と交歓

きみがよ
「友と語ろう」(熊本グリーンRCの歌)



来訪者紹介 (田中 純司 会長)

★卓話者
(有)森からし蓮根 取締役
森裕子 氏(熊本水前寺公園RC)

★熊本市域RC
熊本RC 立石 和裕 君

友情の握手

会長スピーチ (田中 純司 会長)

先日の11月22日(土)に熊本第3グループIM(インターシティミーティング)に会長エレクトの大友会員・パスト会長の山下隆生会員と3名で参加しました。テーマが、私たち熊本グリーンロータリーのクラブテーマ「ロータリーを知ろう」と同じ文言が入った「ロータリーを知ろう!ロータリーを知って」というテーマで、驚いたところでした。

地区研修副リーダーの永田荘一会員の講演の

後、8名の新入会員によるスピーチ、そして山崎パストガバナーによる講評で締めくくられました。今日は、IM とIGF についてお話をいたします。

* 都市連合ゼネラル・フォーラム Intercity General Forum=IGF

1981 年までの手続要覧には都市連合ゼネラル・フォーラム(IGF)と訳され、ロータリー情報伝達の最善の機会として活用されてきたが、最近ではIntercity Meeting (IM)の呼称で実施されているところが多い。

地区内を幾つかのクラブ集団に分けて、ロータリー情報および教育の手段として一般性格や計画について研究・討議する会合で、普通年度後半の午後か夜に開催され、儀礼的時間を含めて5時間が推奨された。地区ガバナーから任命されたリーダーが部門別司会をし、参加クラブより提出された事項について意見を出し合い、討論をし、経験豊かなロータリアンのカウンセラーが助言をし、最後の全体討論では、RI 会長または地区ガバナーから選ばれた元RI 役員のゼネラル・リーガーが概評をする方法が普通行なわれている。

* アイ・エム IM

都市連合会Intercity Meeting のこと。近隣都市数クラブが集まって親睦・情報教育その他の目的で行なわれている数種のロータリー会合を総称する用語。一會合の固有名詞ではないがIM と略称され最近よく用いられている。従来都市連合ゼネラル・フォーラム(IGF)も厳密に

卓話
予定

- 【12月】
- 8日 仙波 洋八 会員卓話
 - 15日 「税務調査への心構え」アステア税理士法人代表社員 千田 基史 氏 ※年次総会
 - 22日 「年忘れ家族会」(於:キャッスル 地階)
 - 29日 例会取り止め(定款第6条第1節に基づき)

【熊本グリーンR.C.ホームページアドレス】 <http://www.kg-rc.com/>

グリーン・クラブの例会日がきても、出席するかどうか決めるには及ばません。というのは、私にとって出席は決まりきった事だからです。これは、ロータリーに入会したとき受入れた義務の一つです。

はIM の中の一會合であるが、最近広義のIM の名称で開催されているところが多い。決議や決定はない。第2720 也区も1990 年よりIM の呼称で実施されている。

幹事報告 (山下 佳介 元会長)

■ 報告事項(その他のロータリー関係)

①「第6回熊本中央ロータリークラブ」チャリティゴルフコンペ参加のお礼

122名の参加者があり、参加費の一部をFNSチャリティとして145,130円をテレビ熊本を通して、フィリピン共和国の方へ寄付されました。

②「地区・ロータリー財団補助金管理セミナー」のご案内

日時:平成27年2月1日(日)11:00~16:00(予定)
場所:「大分県立看護科学大学」ホール
出席要請者:会長、会長エレクト、ロータリー財団委員長(クラブから最低1名以上は出席)

■ 例会取止め・変更

<例会変更>

★熊本江南RC

①12月10日(水)の例会は、年忘れ家族会のため、12月13日(土)15:00より、ホテルニューオータニ熊本にて行います。

②1月7日(水)の例会は、新春合同例会のため、1月6日(火)12:30よりホテルキャッスルにて行います。

★熊本'05福祉RC

12月16日(火)の例会は、年忘れ家族会のため、同日18:30より火の国ハイツにて行います。

★熊本城東RC

12月15日(月)の例会は、年忘れ家族会のため、同日18:30よりホテルキャッスルにて行います。

★熊本東RC

12月16日(火)の例会は、年忘れ家族会のため、同日18:00よりホテルキャッスルにて行います。

★熊本東南RC

12月17日(水)の例会は、年忘れ・クリスマス家族会のため、同日18:30よりホテルキャッスルにて行います。

★熊本中央RC

12月26日(金)の例会は、忘年例会のため、同日18:30よりANAクラウンホテル熊本ニュースカイにて行います。

★熊本平成RC

1月7日(水)の例会は、新春合同例会のため、1月6日(火)12:30よりホテルキャッスルにて行います。

<例会取止め>

下記の例会は、定款第6条第1節に基づき、取りやめます。但し、いずれの例会も、サインMU受付は致しません。

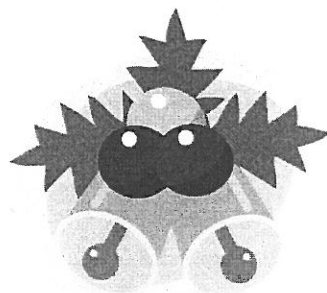
[熊本'05福祉RC]	12月30日(火)
[熊本平成RC]	12月31日(水)
[熊本江南RC]	12月31日(水)
[熊本西RC]	1月2日(金)

慶事 (山下 佳介 元会長)

★12月誕生祝★	
河島 一夫君	S27.12.16
山下 佐知子 夫人	S42.12.24
本田 美保 夫人	S55.12.30



写真右から:
河島会員、中島会員
上田会員



出席報告 (大友 利行 会員)

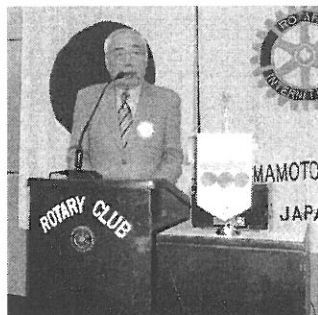
	会員総数	24名	出席率
12月1日	出席免除会員数	2名	68.18%
	計算上会員数	22名	
	出席会員数	15名	
11月17日	前回の出席会員数	9名	68.18%
	メイクアップ数	6名	
	修正出席会員数	15名	
メイクアップ済み会員及びメイクアップ訪問先			
・11/8 地区クラブ管理運営セミナー 大友 君 ・11/13 熊本北RC 上田 君 ・11/4 熊本グリーンRAC 長野 君、栗山 君 ・11/26 熊本水前寺公園RC 河島 君			

	会員総数		出席率
11月24日	出席免除会員数		休会
	計算上会員数		
	出席会員数		
11月10日	前回の出席会員数	13名	63.63%
	メイクアップ数	1名	
	修正出席会員数	14名	
メイクアップ済み会員及びメイクアップ訪問先			
・11/4 熊本グリーンRAC 山下(隆) 君			

委員会報告

①会員3分間スピーチ

報告者: 伊津野良治 会員



先日、少しお腹が痛かったので検査で腹部CTを撮りました。このCT検査では腹部の断面をみる事が出来ます。この機能を利用して内臓脂肪の計測が出来ます。標準は脂肪面積が100cm²です。私、最近肥りましたので150cm²はあるかと予測していましたが、結果は230cm²でした。ガクゼンとして急ぎ文献を集めて、ダイエットに取り組みはじめました。いくつかの文献の中でデータが最も信頼出来るものがありました。

簡単にまとめると血中インシュリンの増加を抑える様な食事を取り、ひもじい感じが無いように食べる。のにつきるようです。インシュリンは脂肪の体内合成に深く関係し、脂肪を燃やしてダイエットする目的に反します。そこで、食事の内容の割合を脂肪、蛋白を多く、炭水化物を少なくする。食べる順番を脂肪、蛋白を先に炭水化物を最後にする。ひどく空腹時になって食事をするると急速な食事により血糖が上昇しやすくなるので、あまり空腹がひどくならないうちに食べる。この食事は腹持ちが良く沢山食べなくてもすむらしい。したがって、全体量も少なくなってくるそうです。実績として最近2ヶ月目で約2.5kg少なくなりました。もう少し実験が安定したらもう少し詳しく御報告します。

②12月卓話スケジュール

報告者: 河島 一夫プログラム担当長

12月 卓話スケジュール ～「家族月間」～	
1日	「からし蓮根は私の人生」 (有)森からし蓮根 取締役 森 裕子 氏
8日	仙波 洋八 会員卓話
15日	「税務調査への心構え」 アステア税理士法人 代表社員 千田 基史 氏 ※年次総会(例会前半に開催)
22日	「年忘れ家族会」(於:キャスル 地階)
29日	例会取り止め (定款第6条第1節に基づき)

スマイル (松村 秀逸 会員)

●田中 純司 君

「森様には先週のI.M.の時、御挨拶をさせて頂きました。今日の卓話「からし蓮根は私の人生」楽しみにしていました。よろしく願い致します。」

●中島 光司 君

①「卓話者の森からし蓮根 社長のご来訪ありがとうございました。お話楽しみにしています。」

②「急に寒くなって、ビックリですね。ゴルフが大変な季節になります。防寒対策を忘れずやってっっかりプレイしましょう」

●伊津野良治 君

「今年も最後の月、12月になりました。1年間ずっと出席日数を気にしています。今ダイエットに取り組んでいます。いづれ発表させて下さい。」

●上田 観一 君

①「本日の卓話者の森裕子様、宜しくお願ひ致します。雪に一度位は森からし蓮根をおいしく頂いています。又、卓話を楽しみにしていましたので…」

②「誕生祝いをいただきありがとうございます。これからも体に注意して仕事にはげみたいと思います。」

●河島 一夫 君

「もう12月になってしまいました。1年が早いですね。今日は私の好きなからし蓮根の話です。からし蓮根は森さんが1番ですね。お話を楽しみにしております。」

●仙波 洋八 君

①「熊本西RCの安田さん、上妻さんのご来訪を歓迎します。安田さんには、九州縦断駅伝大会の折に大変お世話になりました。思い出してお礼申し上げます。」

②「我が巨人軍は負けてしまいました。生きる気概をなくした気分ですが、頑張ってお返しさせていただきますので、巨人バカの中島会員共々よろしくお願ひ申し上げます。」

●河野 景治 君

「本日は誕生日お祝いを頂き、誠に有難うございます。また、先日より河島会員にいろいろとご迷惑をおかけしました。お詫びのスマイルを申し上げます。」

●山下 隆生 君、

「昨日のサツマイモの収穫とだご汁会に参加出来ず残念です。サツマイモの種イモ植えから草むしりと参加して、一番美味しいイベントに出れないとは。嫁さんより美味しいだご汁はいただきました。お礼のスマイルです。」(山下隆生)

「昨日は町内会運動会で、芋掘りに参加出来ずお詫びにスマイルします。」(葉 高源)

●十時義七郎 君、葉 高源 君、松村 秀逸 君
大友 利行 君、栗山 義則 君

「本日はからし蓮根のお話、森裕子様お世話になります。お話楽しみにしています。」

3. 例会プログラム

紹介者:仙波 洋八 会員

卓話者: (有)森からし蓮根 取締役
森 裕子 氏

[森 裕子 プロフィール]

名前 森 裕子
熊本市中央区新町2-12-32
老舗 お菓子屋(文旦漬)

石井文旦漬本舗 長女として生を受ける
19歳で、森からし蓮根、長男、森久と結婚
頭難辛苦を、乗り越え17代目女将となる



演題

「からし蓮根は私の人生」

いろいろありましたが、今が一番幸福です。

「人生は神の演劇その主役は己自信である」私はこの言葉が大好きです、真にその通りです。私の好きな 坂材真民先生の歌を紹介します。

「二度とない人生だから」坂材真民先生

二度とない人生だから一輪の花にも
無限の愛をそそいでゆこう
一羽の鳥の声にも耳をかたむけてゆこう
二度とない人生だから一匹のこおろぎでも
ふみころさないように、心してゆこう
どんなにか、喜ぶことだろう
二度とない人生だから一ぺんでも多くの
便りをしよう、返事は必ず書くことにしよう
二度とない人生だから一番身近な者たちに
できるだけのことをしよう、貧しいけれど心ゆた
かに接してゆこう
二度とない人生だからつゆ草のつゆにも
めぐり会いの不思議を思い、足をとどめてみつめ
てみよう
二度とない人生だから昇る日、沈む日
丸い月、かけてゆく月、四季それぞれの
星の光にふれてわが心を洗い清めてゆこう
二度とない人生だから戦争のない世の実現に
努力しようと、言う詩を一編でも多く作って
私か死んだら、後を継いでくれる若い人のために
この大願を書き続けよう

本日は私の拙い話しをご静聴 有難うございました。

4. 閉会・点鐘

* 例会終了後、定例理事会開催。