

2021-2022年度 **三次ロータリークラブ会報**会長テーマ **支えあおう！地域と社会をみつめて!!** ~行動し、つなげよう心のメッセージ~会長 **灘岡 直隆** 幹事 **柘植 雅寛**例会 ■ 木曜日 / 12:30~13:30 会場 ■ 三次商工会議所 2F 事務局 ■ 三次商工会議所内 〒728-0021 三次市三次町1843-1
TEL.0824-62-3127 FAX.0824-62-9580 E-mail:m-rc@p1.pionet.ne.jp URL:http://miyoshi-rc.jp/ 題字 常光 英子国際ロータリー会長 **シェカール・メータ**国際ロータリー第2710地区 ガバナー **杉川 聡**(広島西南 RC)

Serve to Change Lives

奉仕しよう
みんなの人生を豊かにするために
インド(カルカッタ・マハナガル RC)みんなのためになるかどうか。
未来のためになるかどうか。
~多様性を受け入れ、相互理解を深めよう!!~

6月9日 第2690回例会

本日のプログラム

ゲスト卓話：2020-21年度地区補助金奨学生 畑中直人さん

次回例会日/会場

6月16日(木) 12:30~/三次商工会議所

次回プログラム予告

会員卓話

2022年6月2日例会記録-第2689回-

6月9日発行：第28号)



会長挨拶：灘岡直隆

皆さん、こんにちは。

いよいよ6月に入り、本年度も残り5回の例会を残すのみとなりました。フルマラソンに例えると、42.195kmの12分の1、残り約3.5km地点、過去に走った経験だとギリギリゴールできるかどうか、練習不足による、ふくらはぎや足の痛み、前に向かって走るために振っている腕もだるい、それに何とか耐えながらゴールするような状況です。

しかし、当クラブの会長を急遽受けさせていただいた本年度は、皆様の多くの心強いご支援により、なんとかもう少しでゴールできそうです。ありがとうございます。マラソンの場合、走った後の達成感、一汗流すため帰りに温泉施設で入浴することが多いのですが、皮膚の皮が1枚剥がれたようなすっきりした感覚になります。ちなみに過去の私の例だとマラソン+α(朝起きて寝るまでの活動)で、1日67,262歩(52.25km)6,957キロカロリー消費しました。カロリーとは生命を維持したり体を動かしたりするのに消費される、食べ物から摂取したエネルギーの大きさを表す単位のことです。基礎代謝量とは何もせずじっとしているときに消費される、呼吸や心拍、体温の維持など生命を保つために必要最小限のカロリーのことを言います。年齢、身長、体重、活動量など人によって異なりますが、私の場合、計算すると1日必要なカロリーが2,407キロカロリーになり、フルマラソンは過酷な面もありますが新しい自分を発見ができるスポーツでもあります。

また、その後の飲むアルコール等もとてもおいしいんです。運動によりぐったり疲れて、仕事のこと等悩みも気にならずぐっすり夜眠ることもでき、その他色々メリットもあります。ちょうど今の時期は、当クラブメンバー有志で三朝温泉に宿泊し、参加する鳥取県(北栄町)すいか・ながいも健康マラソン(3、5、10kmコース)の時期です。今年も、昨年引き続き、残念ながらオンライン形式の開催となりましたが、来年はぜひ有志の皆さんで一生に1度の経験だと思って、ご経験いただくことを私個人的にはお勧めいたします。趣味の1つがマラソンである佐々木先生は、おそらく優しくそっと継続的に声を掛け、お勧めされると思います。会員同士の懇親を深める鳥取でのマラソン大会はまだ先の話になりそうですが、今月はロータリー親睦活動月間であり今月最終例会は夜間例会を予定しております。どうぞ奮ってのご参加をお願いいたします。

そして本日のプログラムはクラブ協議会です。新宅会長エレクトより次年度に向けての方針など話しをされるとも重要なプログラムで大変楽しみにしております。次年度、私に何が出来、ご協力できるかを考えながら話を伺おうと思っております。

以上、本日の例会が皆様にとりまして有意義な時間になりますよう祈念いたしまして挨拶とさせていただきます。

例 会 次 第

【点 鐘】 灘岡直隆 会長 【ソング】 「君が代」 「奉仕の理想」

【四つのテスト】 増田 茂典会員

幹事報告：藤後敏彦 会員

- ・6月30日 夜間例会(最終)出欠表の回覧
《発信文書》
- ・RI日本事務局：財団室NEWS 6月号



出席報告：加村満幸 部会長

() 内はオンライン参加者数

第2687回(5月19日)の出席報告					第2689回(6月2日)の出席状況			
会員数	出席者	免除者	Make-up	出席率	会員数	出席者	欠席	出席率
40	30 (2)	0	0	75%	39	29 (1)	10	74.36%

委 員 会 報 告

- ・中村会員（親睦部会）

6月30日の最終例会は夜間例会となっております。三次グランドホテルで18：30より行い、会費はございません。当日は会長バッジ継承がございますので皆さま、どうぞご出席のほどよろしく願いいたします。

記 念 品 贈 呈



配偶者誕生日
水本 行亮会員



SAA 報告：松尾 宏 SAA

スマイル・健康感謝箱		計18,551円
氏名	内容	
灘岡 直隆	本日、クラブ協議会です。新宅会長エレクトさん、よろしくお願い致します。	
新宅 富士夫	本日は、次年度のRC運営方針についてお話しさせていただきます。よろしくお願い致します。	
藤後 敏彦	本日は柘植幹事、丸田副幹事も不在のため代役幹事をさせていただきます。	
常光 和信	先日の葬儀には大変お世話になりました。	
入会月	古永雅則、増田茂典、水本行亮、佐々木 智、藤後敏彦	
創業月	小田大治、坂本隆志、吉田善孝	
配偶者誕生月	加村満幸、松尾 宏、藤後敏彦	
結婚記念月	古永雅則	

プログラム：クラブ協議会

【次年度方針】



2022-23年度
会長 新宅 富士夫会員



次年度クラブ運営基本方針

- ・ロータリアンとしての意識を高め、柔軟性あるクラブ運営に努めま
- そして・・・
- 1. ロータリーへの理解を深めていき
- 2. DX時代への対応していきたい。
- 3. 卓話の幅を広げていきたい。