



HIGASHI OSAKA MIDORI R.C

CLUB WEEKLY

国際ロータリー第2660地区
東大阪みどりロータリークラブ

創 立 1998年9月24日
会 長 井 上 善 博
幹 事 山 村 忠 弘
会報委員長 阪 田 克 英

2025.3.13 (第1100回)

今週のプログラム

≪3月13日(木) 例会 KKRホテル5階「瑞宝」≫

◎ 懇 親 会

♪ 本日の歌 「奉仕の理想」

次 回 の 予 定

≪3月27日(木) 例会 KKRホテル5階「瑞宝」≫

◎ 花見例会

前 回 の 出 席 率

≪3月06日(木) 例会≫

会員数16名 (内 適用出席免除者数3名)

本日の出席者数7名 (内 出席した適用出席免除者数0名)

本日の出席率 38.5%

ビジター1名 竹谷裕人様 (東大阪西 RC)

≪2月3日(木) 例会≫

会員数16名 (内 適用出席免除者数3名)

例会出席者数7名 (内 出席した適用出席免除者数1名)

例会出席率 64.3%

メイクアップ2名 例会修正出席率 69.2%

幹 事 報 告

幹事 山村忠弘君

◎本日例会前に下條ガバナー補佐様とのクラブ協議会を行いました。田中ガバナー補佐エレクト様にも同席頂きました。例会は懇親会とします。

◎元米山奨学生の羅 捷今 (ラ ショウキン) さんが挨拶に来てくれました。(愛称: 涼ちゃん)

◎次週(3/20)は、祝日のため休会です。

◎次の例会(3/27)は、花見例会です。

≪3月度定例理事会議事録≫

日 時 2025年3月6日(木) 例会後

場 所 KKR ホテル大阪 5階「橘」

出席者 井上、阪田、北井、田村、谷口、山村

◎3・4月行事予定

3月 1日(土) PETS(北井会長エレクト)

3月 13日(木) 下條G補佐とのクラブ協議会

3月 20日(木) 祝日の為休会

3月 27日(木) 花見例会 (KKR)

3月 30日(日) 東大阪東 RC60 周年記念式典
(井上会長・山村幹事)

4月 3日(木) 公休日
米山奨学生オリエンテーション
(井上会長・村上カウンセラー)

4月 5日(土) 次年度の為の地区協議会

4月 10日(木) 例会・理事会

4月 17日(木) 例会

4月 18日(金) 東輪会ゴルフコンペ (太子 CC)

4月 19日(土) 春の家族会 (知恩院)

4月 24日(木) 炉辺談話

◎議 案

1. 下條ガバナー補佐とのクラブ協議会 (3/13)

○17:30~5階「橘」より開会

司会は北井会長エレクト

17時過ぎには集合。活動計画書持参。

例会場: KKRホテル大阪 Tel: 06-6941-1122

例会日時: 毎週木曜日 午後6時30分

事務所: 〒631-0001 奈良市北登美ヶ丘3-11-30

Tel: 0742-55-4869 Fax: 0742-51-1067 E-mail midorirc1126@gmail.com



例会は懇親会 会費 5,000 円

2. 春の家族会

- ・日時：4/19(土) 13 時 30 分知恩院現地集合。
14 時より法要 終了後、17 時くらいから会食。
10 名程度。(世話役 山村君)

3. 4/3(木) 例会日・理事会の変更について

- ・米山奨学生(台湾の女性(許 喬仔(キョ キョウ ヨ) 近畿大)のオリエンテーション&懇親会と重なるため休会。オリエンテーションには、村上カウンセラーと井上会長が出席。
4/10(木)の公休日を例会日・定例理事会とする。

4. 下半期フードドライブについて

日時：5 月 30 日(金)・31 日(土) 場所：ゆうホール

5. 東輪会ゴルフコンペ(4/18)について

出席者の確認(太子 CC)

6. その他

①東大阪西 RC との合同例会について

東大阪西 RC 竹谷幹事より提案(年/4 回)
9/8(月)(シェラトン H)・10/23(木)(KKR)・3/5(木)(KKR)・
6/8(月)(シェラトン H)
東大阪西 RC 理事会では承認済み。合同例会では次
年度吉川ガバナー・横田ガバナーエレクトに卓話
の要望済み

②EXPO フェスタ(八尾 RC)の登録について

全員登録の残り 11 人分振込済み 乗船登録は 2 名
/井上会長・山村幹事)

③KKR からの例会食、7 月からの値上げ要請について

¥2,900⇒¥3,500(¥600 の値上げ) 理事会承認。

会長の時間(3/6)

会長 井上善博君

皆さんこんばんは。本日は風がきつくて寒い中、
例会にお越し頂き有難うございます。本日は東大阪
西 RC の幹事、竹谷裕人様がメイクアップにお越し頂
いております。有難うございます。

さて、今テレビでは連日岩手県の大船渡市の山林火
災の様子が映し出されています。昨日よりようやく
雨が降り、また懸命な消火活動と共に鎮火していく
ことを祈るばかりです。日本であのような山林火災
を見てますと、この東大阪の麓には生駒山でも他人
事ではないかもしれません。ドジャースの佐々木朗
希選手が早速に地元被災地へ 1 千万円の寄付をされ
ました。またロータリーからも義援金の案内がある
かと思いますが、クラブでも協力したいと思います。



本日のお祝い

会員交流委員会

◎会員のお誕生日

3 月 17 日 島 啓介君

3 月 22 日 政岡政広君

卓話抄録(3/6)

「認知症予防について」

村上靖平君

認知症の始まりはちょっとした物忘れで、兆候は
40 代から始まるという。予兆をいち早くキャッチ
し、脳機能の活性化に効く習慣を取り入れていこう。
今のところ、認知症予防の決定打はない。ただし、
認知症になりやすい人となりにくい人の生活習慣や
食生活の違いは明確になってきました。また、認知
症の原因物質は 40 代から溜まり始めます。大事な
のは、40～60 代の過ごし方。健康的な生活へと
舵を切ることが認知症予防につながります。

・認知症になりやすい人の特徴

- ①脳にゴミ「アミロイドβ」が溜まっている。
- ②アミロイドβは 40 代から溜まり始める。
- ③食べることを面倒くさがり、いつも似たようなもの
の食べている。
- ・脳寿命を延ばすために出来ること。
- ①睡眠の質を高め、睡眠時間を確保する
- ②魚介類・きのこ類・大豆製品・珈琲を積極的に摂る。
- ③高血圧&糖尿病を予防・改善する
- ④聞こえにくさを放置しない
- ⑤簡単な計算をしながら速足で歩こう
- ⑥噛む刺激で脳を活性化

2/27GM(炉辺談話)

「鮎木村建介」にて久しぶりに政岡さんの参加もあり、
美味しいお寿司を頂きながらの懇親でした。

