

2019-20年度RIテーマ  
 ROTARY CONNECTS THE WORLD  
 ローターは世界をつなぐ



RI会長  
 マーク・ダニエル・マローニー

# TAKEHARA ROTARY CLUB WEEKLY BULLETIN 竹原ロータリークラブ週報

会長	宮本 和彦	会計	田中 幸俊	管理運営	本庄 純夫
会長エレクト	久藤 孝仁	S A A	三好 静子	会員組織	堀越 賢二
副会長	山根 積	副S A A	金澤 節生	奉仕	吉本きよ子
幹事	山根 積	直前会長	板場 英行	広報	
副幹事	三好 静子			R財団	野田 真治

事務局/〒725-0026竹原市中央4丁目8-2第1 おおぎビル102号  
 TEL/0846-22-7570 FAX/0846-22-7651  
 E-mail/rc-take@estate.ocn.ne.jp  
 http://www.takehara-rc.com  
 例会日/毎週木曜日12:30~13:30  
 例会場/大広苑 TEL(0846)-22-2970

本日のプログラム 2月27日	次週のプログラム 3月5日
国際奉仕委員会担当例会 K&F講師 ダニエル ウィリアム ミルズ様	誕生祝・各会員各記念日祝 誕生月該当者会員卓話

## 【2020年 2月20日 第2685回 例会記録】

- 点 鐘
- ロータリーソング：奉仕の理想
- 4つのテスト：吉本きよ子会員
- 会員数：20名（免除者：2名）
- 出席者：16名 欠席者：3名
- メイク：1名 出席率：85%

### スマイルボックス

- 会員誕生日 … 金澤、三好
- 結婚記念日 … 鴨宮
- 古希スマイル… 三好
- 特別スマイル
- ・2月5日4クラブ合同例会も無事終了致しました。皆様ありがとうございました。（宮本和彦）

### クライングボックス

- ・2月5日瀬戸田で開催された4クラブ合同例会の帰りにバス内にスマホを忘れ、久藤会員に見つけてもらいました。感謝します。（木村安伸）

### 記念日代表者謝辞

2月 三好 静子会員



### 幹事報告

副幹事 三好 静子

- ・第42回竹原ロードレース大会お礼
- ・第20回賀茂川清掃について
- ・第21回4クラブ合同親睦ゴルフコンペ開催案内
- ・例会終了後、定例理事会を開催します。

### 会長の時間

会長 宮本 和彦

新型コロナウイルスについて、会社の方から通達が届きましたので、これを読み上げて注意喚起したいと思います。

新型コロナウイルス感染症とは、ウイルス性の風邪の一種で発熱や喉の痛み、咳が長引くこと（一週間前後）が多く、強いだるさ（倦怠感）を訴える方が



多いのが特徴。感染から発症までの潜伏期間は1日から12.5日(多くは5~6日)という。新型コロナウイルスは飛沫感染と接触感染により移ると言われています。飛沫感染は、感染者の飛沫(くしゃみ、咳、つば等)と一緒にウイルスが放出され、他の方がそのウイルスを口や鼻などから吸い込んで感染します。接触感染は、感染者がくしゃみや咳を手で押さえた後、その手で周りの物に触れるとウイルスが付き、他の方がそれを触るとウイルスが手に付着し、その手で口や鼻を触ると粘膜から感染します。重症化すると、肺炎になり死亡することも確認されています。

特にご高齢の方や、基礎疾患のある方は、重症化しやすいので注意が必要です。

日常生活で気を付けることは、まずは手洗いが大切です。外出先からの帰宅時や、調理の前後、食事などにこまめに石鹸やアルコール消毒液などで手を洗うこと。咳などの症状がある方は、咳やくしゃみを手で押さえると、その手で触ったものにウイルスが付着し、ドアノブなどを介して他の方に移す可能性があるため、咳エチケットを行うこと。持病がある方やご高齢の方はできるだけ人ごみの多い場所を避ける等、より一層の注意が必要です。発熱や風邪の症状がみられるときは、学校や会社を休んでください。発熱等の風邪症状がみられたら、毎日、体温を測定して記録してください。

## 誕生月会員卓話

会員 金澤 節生



皆さん、こんにちは。先刻は待望の誕生日をお祝い下さいまして、ありがとうございました。87歳になりました。昨年も、私が生まれた昭和8年2月3日には雪が三寸積もった話をしました。今年は皆さんご承知

のように暖冬で、85年ぶりに記録が塗り替えられたそうですね。昭和10年1月15日以来、85年ぶりの記録を塗り替えて2020年2月6日に初雪が降ったと広島県の気象庁が発表しておりました。これから異変は続くかもわかりませんが、皆さん気を付けてください。

新型コロナウイルスで大変なことになりましたね。世界中に蔓延するのではないかと心配しています。最良の方法は自己防衛、自己が管理しないと防衛できないのではないかと思います。皆さんお互いに気を付けましょう。

令和になって変になってきているのではないかと感じています。日本も大きなお祓いをしなければと思っ

ています。それと同じように我がロータリークラブも他人ごとではございません。最近の状況は、歯車の動きが鈍くなって油を注いだり、車検を徹底的にする時期が来たのではないのでしょうか。

会員増強には神経をとがらせているとは思いますが、足を運んで肩をたたいて話をしなければ増強に繋がりません。

健康管理のため体操へ誘われて、月曜日に道の駅で10時から約一時間、水曜日はロータスで10時から約一時間、金曜日はふくしの駅で10時から約一時間、体操をしています。道の駅では、いきいきアップ教室体操を竹原市の福祉課が広島大学と協力して体操のテープ作っています。道の駅では元会員の吉岡一真さんが責任者で、男性約10名、女性約20名の30名ぐらいが集まって、テープを見ながら体操するんですが、テープが親切・丁寧な解説があるので、皆さん一生懸命体操をやられています。手を上げ、足を上げ、腰を曲げて、一生懸命やられています。皆さん楽しくされていますので、だんだん人数が増えてきています。体操の後は道の駅の食堂で佐渡さん吉岡さんといわゆるティータイムをしています。またこれが約一時間、喋るんですね。そのお喋りも健康の秘訣です。いろんな世間話やロータリーの話などしてあつという間に時間が経つんですが、ロータリーでもこの喋る時間がないといけませんね。喋るということが、いろんなアイデアを生み、いろんな知恵を授かります。会話が一番大事だと思います。例会中は雑談できませんが、例会後はいろんな話をする楽しみを持つたらないかと思っています。会話をしなければいけませんね。どのようにやったら会話の機会が増えるかということも考えてほしいと思います。

ラジオ体操も竹原の一つの看板ですので続けてほしいと思います。

膝が痛くなり週に一回円山先生のところで電器とお灸と針と三種類の治療をしてもらっているのですが、なかなか良くなりません。膝が痛いので歩いたらいかん、そうかといって筋力をつけないといけなくて歩かないといけなくて、毎日困っています。

足先が冷たくなります。血液の循環が悪いからだと言われます。足が冷えると時々夜中にトイレに行くようになります。そうすると睡眠不足になり朝がたいぎくなってきました。今では据え膳ではないので、一から十まで自分がやらないといけなくて、朝6時に起きて食事の支度を済ませますが、朝はパン食で牛乳、ジュース、ヨーグルトを食べています。りんごを剥くにしてもバナナを切るにしても我が手にかかるので、これも生きる為には頑張らねばと頑張っています。

佐渡さんとも話をするのですが、年寄り二人が家内

を亡くしてロータリーで頑張っているのですが、お互いもう少し頑張ろうと励ましながらいつも話をしています。

毎日自分の手で食事を摂り栄養を付けなければいけないので色々とアドバイスを受けるわけですが、金曜のふくしの駅では栄養士さんがついておられるので食事のことについて話を聞くことがあります。そのことで、言わしてもらいますと、毎日10の栄養素をとるのが良いということです。あなたの食生活をチェックしましょうと、頭文字を重ねた句があります。

『さあにぎやか(に)いただく』  
(魚類・油類・肉類・牛乳・野菜・海藻・芋・卵・大豆・果物)です。皆さん覚えてください。毎日チェックして元気に頑張ってください。

## 理事会報告(2月)

□日 時 令和2年2月20日(木)

□場 所 大広苑

□出席者 8名

□議 題

①吉名よがんすのおー祭り協賛の件 承認

日 時 3月15日(日)

場 所 旧 吉名小学校グラウンド・体育館

協賛金 10,000円

②55周年記念事業の件 承認

エデンの海へソーラー時計設置の計画(既存の街灯ポールへ設置案)を断念。

計画変更し、竹原市へ「デジタル簡易無線機中継装置」一基贈呈する。

4月23日(木)竹原市長へ目録贈呈と卓話

③PETS&地区チーム研修セミナーの件 承認

日 時 3月15日(日)

場 所 ホテルグランヴィア広島

登録料 12,000円

出席者 久藤会長エレクト

④花見例会の件 承認

日 時 4月9日(木)18時30分

場 所 ホテル大広苑

登録料 会員 3,000円

配偶者 2,000円

⑤竹原ロードレースにかかる参加者へのおもてなし  
決算の件 承認

⑥新年互礼会決算の件 承認

⑦IMの件 行きはJR利用 承認

⑧賀茂川清掃の件 承認

日 時 4月19日(日)

⑨4クラブ合同親睦ゴルフコンペの件 承認

日 時 5月24日(日)

場 所 フォレストヒルズゴルフクラブ

担 当 広島空港RC

⑩ガバナー補佐選考委員会設置の件 承認

メンバー 佐渡、大森、本庄、久藤、宮本会員