



勝浦ロータリークラブ週報  
<http://www.katsuura-rc.org/>

2020-21年度 NO.35 TOTAL 2664 令和2年 4月 30日

★国際ロータリー RI会長 ホルガー・クナーク

国際ロータリー第2790地区

★ガバナー 漆原摂子

★第6グループガバナー補佐 三橋美子

地区委員

★地区幹事長 吉田理愛

★青少年交換 三上直哉

★ローターアクト 溝口次郎

勝浦ロータリークラブ

★会長 渡邊昌俊

★幹事 三上直哉

★SAA 磯野武

編集 クラブ会報委員会

★吉野昌和

★関裕仁

★岩瀬洋男

月刊テーマ 【 母子の健康月間 】

会長挨拶



4月最後の例会となり、母子の健康月間シリーズも第5弾となりました。例によって、ダイエットアドバイザーの渡邊淳一郎さんの情報を皆様にお伝え致します。

今回はダイエットについてです。

短期ダイエットはほぼリバウンドします。人間には恒常性ホルモン『ホメオスタシス』があります。

熱がでて体温が上がっても平常体温に戻したり、脈拍が高くなってももとに戻るはこのホルモンのおかげです。

体重においても短期的に痩せてしまうと身体が異常事態と思い全力でもとの体重に戻そうとします。これがリバウンドです。

リバウンドをしないように長期的な計画で食事の見直しや定期的な運動がスタイルアップのもっとも効果的なダイエットになります。

それが本当のダイエットだそうです。

食事といえば、揚げ物をする際、皆様は食用油に何を使っていますか？詳しくは触れませんが、サラダ油は人体にとって非常に危険だそうですので、サラダ油を使っている方はご注意ください。

本日の例会は、定款細則編纂委員会によるクラブ協議会になります。本日も宜しくお願い致します。

幹事報告

- 1) 第6グループより新旧役員地区委員の引継ぎを6月に予定です。
- 2) 漆原摂子君のお父様をご逝去されました。コロナ禍の為、ご家族のみで御葬儀を行いました。
- 3) ポールハリスフェローの表彰がたくさん届いています。

ポールハリスフェロープラス7



千葉正徳君・中村昇君

ポールハリスフェロープラス6



齋藤豊久君・鈴木覺三郎君・中村満君

ポールハリスフェロープラス5



小林悠紀君

ポールハリスフェロープラス4



関正夫君

ポールハリスフェロープラス1



三上直哉君・吉田理愛君・磯野典正君

ポールハリスフェロー



中村吉政君

ポールハリスフェロー



内村愛君



林昌鑑君



溝口次郎君



吉野貴代君



久我守正君



西崎和治君



小林淳一君



佐久間淳宏君



関裕仁君

## 委員会報告

ロータリー財団委員会 吉田理愛君

先日、サインした方でも本日バッチをもらえていない方もいますが手続きがまだ終わっていないので心配しないで下さい。  
3年未満の方はポイントが少ないので漆原ガバナーのポイントからお分けしています。

親睦活動委員会 西崎和治君

5月5日9時半より勝浦中学校で中学生と野球の練習試合を行います。  
日頃、笑っていない方は是非、見に来て免疫を高めて頂ければと思います。

## ニコニコBOX



**本人誕生日 吉野貴代君**  
 本日が誕生日なので、まだお祝いなどでは無く、今は男所帯で主人と息子が祝ってくれるかは分かりません。老眼のせいかな新調したバッグの金具の部分に透明のフィルターが付いていてビックリしま



**結婚記念日 関正夫君**  
 49回目の結婚記念日になりました。今週の初め頃からコロナの予防接種の受付が始まり事務所で何度も電話をかけ続け1日目は5時まで繋がりませんでした。2日目にやっと繋がりました。2回目の接種が6月上旬に終わる予約を取る事が出来ました。



**フリー 三上直哉君**  
 今度の野球の練習試合でホームランを打つので先にニコニコをしておきます。



**フリー 渡邊昌俊君**  
 鴨川の令徳高校の野球部が4月から創設し投手コーチになりまして月に何回か行き子供達に野球を教えています。何とかプロ野球選手を輩出したいと思います。

**フリー 漆原摂子君**

父の訃報に対しまして例会前にご公聴頂き有難う御座います。父と母は二人で暮らして居まして元気だったのですが足腰が弱って、食も細くなり相談の結果、検査入院をしましたがだんだん食事をとれなくなり点滴だけになってしまいましたが最後までボケる事もなく、火曜日に容態が悪くなりそのまま亡くなりました。90歳なので大往生だったと思います。今後もよろしく願います。



**フリー 内村愛君**

1月に予定して居ました舞台がコロナで延期になりましたが5月30日に上演させて頂きます。また応援の方を宜しくお願いします。今回、遠見岬神社に祭られている天富命(あめのとみのみこと)をテーマにして舞台を構成していますので宜しくお願いいたします。



出席報告 会員数40名 出席者32名 出席免除対象者8名 メイクアップ2名 欠席6名 出席率 85.0%

### 次回例会

5月 7日 クラブ協議会  
 5月 14日 クラブ協議会  
 5月 21日 クラブ協議会  
 5月 28日 休会

例会日 毎週金曜日 12:30~13:30

例会場所 ホテル ブルーベリーヒル勝浦

勝浦市興津1920 TEL0470-76-3400

事務局 三上直哉 勝浦市新官1358

TEL0470-73-1396 FAX0470-73-0116

## 本日のプログラム

### クラブ定款・細則を改定について



定款細則編纂特別委員会  
小林 悠紀君

本日現在の会員数は40名です。従いまして出席者数32名はクラブ細則第5条第3節により本日の例会は定足数に達し、今回のクラブ定款・細則を改正するための会合は成立します。

クラブ定款・細則の改定に関しましては先日、お配りしました資料の基づき例会出席者全員の賛成を持ちまして可決成立しました。  
尚、改定内容に関しましては本日より施行されます。