

週報第26号令和6年2月1日発行

2023年～2024年度 R. I. 会長テーマ



鶴見百景の会「北寺尾」



横浜鶴見北ロータリークラブ

【事務局】横浜市鶴見区佃野町 18-11 エトワール鶴見 303号

TEL 045-575-1821 FAX 045-575-1822

Email ytnclub@gmail.com

HP <https://www.rotary-tsuruminorth.jp/>

【例会】毎週木曜日 12:30 場所 新横浜グレイスホテル

会長／簡伸治 副会長／今井新一郎 幹事／祝康一

第2388回例会 令和6年1月25日

斉唱 「四つのテスト」

会長報告

今週も元気な皆様のお顔を拝見することができてとても嬉しいです。お忙しい中、例会ご参加ありがとうございます。今週のRC活動は2件です。

23日火曜日に鶴見警察署創設100周年記念式典と武道始式に参加してきました。鶴見警察署創設が1924年、鶴見区区制施行が1927年ですので警察の方が3年早く創設されています。記念誌を回覧しますので、ご覧下さい。武道始式では柔道と剣道の有段者による演武が行われました。犯罪者に対応するために日夜鍛錬していることが伺える大変迫力のある演武でした。最期に実践逮捕術の実演も拝見し、鶴見の安全をお任せしている警察の皆さんへの感謝と信頼が湧き上がってきました。

もう1件は、上原リーダーのグループミーティング参加です。新しく入られた中西さんの新鮮な感覚でのご意見もいただき、有意義な時間を過ごすことができました。ありがとうございました。今日の夜、堀野リーダーチームで1回目のグループミーティングが終了します。楽しみにしています。残り5ヶ月と短いですが、是非もう一回はやりたいので親睦委員会の皆様、段取りをよろしくお願いします。

実は私、昨晚もこの部屋におりました。医療情報学の中村直行博士をお招きしてのセミナーに参加してきました。ユーモアたっぷりで、笑いっぱなしの90分間を過ごすことができました。医療情報学とは、患者様の情報からどのようにして病気を見つけるか、病気にならない為にどうするか？の研究だそうです。笑うことで免疫力が上がること、がんにならない生活習

慣20項目や食材なども教えていただきました。ガン予防野菜5奉行 何だと思いませんか？ゴーヤ・ニンニク・生姜・キャベツ・セロリだそうです。

【がんにならない生活習慣20項目】

- ・タバコは吸わない
- ・1日1合までに節酒する
- ・高齢者はタンパク質を摂る
- ・野菜と果物を摂る
- ・野菜はジュースで摂らない
- ・果物はジュースで摂らない
- ・コーヒーを1日5杯以上飲む
- ・塩分を取りすぎない
- ・熱い飲食物は少し冷ます
- ・同じ食品を続けて食べない
- ・サプリメントを飲みすぎない
- ・長時間座り続けない
- ・貧乏ゆすりをする
- ・1日1時間の運動をする
- ・夏は1日10分日光浴する
- ・1日2回以上歯磨きする
- ・睡眠時間を7時間にする
- ・適正体重を維持する
- ・糖尿病を予防・治療する
- ・歯周病を予防・治療する

良い生活習慣を身につけて、健康に過ごしていきましょう。

創立記念日

増田 泰成 会員（1月27日）

幹事報告

(1) レディース交流会のご案内です。新しい出会いと女性会員増強に充実したロータリー活動のきっかけ作りにとという事です。

日時：3月8日(金)17:00~20:00

場所：横浜ロイヤルパークホテル2階芙蓉の間

(2) 入会5年未満の新会員対象の地区フレッシュ交流会のご案内です。

日時：3月1日15:00~2日12:00

場所：ローズホテル横浜2階

(3) 「地区補助金」プロジェクトの募集要項を回覧致します。

委員会報告

【堀野弘樹会員】

- ・IAC年次大会の報告

【松田啓会員】

- ・中西会員歓迎会の件

【増田泰成会員】

- ・グループミーティングの件

【上原良廣会員】

- ・総持寺700回法要について

【藤林直美会員】

- ・レディース交流会参加のついて

出席報告

会員総数 32名
今回暫定 29 / 32 = 93.54%
前々回確定 26 / 32 = 81.25%

ニコニコBOX

クラブ会員の為、敬称略

簡 伸治 蜂須賀さん卓話楽しみにしていました。普段お仕事の話の伺う事が無いので「不動産の話」しっかりお聞きします。

上原 良廣 寒いですね。今年最初の真冬日だそうです。皆様ご自愛ください。先日のグループミーティングご参加の皆さんお疲れ様でした。松阪さん黒龍最高でした。

天野 直樹 蜂須賀さん本日卓話誠にありがとうございます。もう少し余裕のある人生を送りたいと思いつつ本日もぎりぎりの時間、失礼いたしました。

北村 藍 久しぶりの参加になります。年末に虫歯が進行していて顎の骨膜炎になっていました。そこから半月自宅安静を強いられました。皆様、歯は大切に。

蜂須賀達寿 本日はよろしく願いいたします。

宮田 豊和 蜂須賀さん本日の卓話楽しみにしています。不動産売買状況などお教えてください。

牧井 秀賢 蜂須賀会員、やっと活躍の時が来ましたね。本日は期待しています。

藤林 直美 蜂須賀さん卓話楽しみにしております。今日は交流委員会よりレディース交流会のお話をさせていただきます。よろしく願いいたします。

鈴木元一郎 先日グループミーティングを出席させていただきました。会合の度皆様にご迷惑をおかけして本当に申し訳ないと感謝しております。特に松阪さんには感謝御礼申し上げます。

卓 話

長澤 尚明 蜂須賀さん本日は卓話ご苦労様
です。楽しみに拝聴させていただきます。

堀野 弘樹 増田さん創立記念日おめでとう
ございます。蜂須賀さん本日は卓
話ありがとうございます。本日D
グループミーティング出席予定
の皆様リーダーを務めさせてい
ただきますのでよろしく願い
いたします。

松阪 脩平 23日にグループミーティング
を行ってまいりました。会員増強
という難しい内容でしたが先輩
方の多くの意見を聞くことがで
きて勉強になりました。

仲亀 晃央 本日の卓話、蜂須賀さん楽しみに
しております。美味しいお店の話
もして欲しいです。

以下同内容の為お名前のみ（敬称略）

田邊勝久 石渡宏衛 松田啓 生方常明
渡辺直昭 合谷保爾 増田泰成 祝康一
上澤摩壽雄 加藤進 上村政二 今井新一郎
赤塚一志

「不動産のお話」



蜂須賀 達寿会員

例 会 予 定

2月 8日（木）新横浜グレイスホテル
2月15日（木）**休会**
2月22日（木）新横浜グレイスホテル
2月29日（木）新横浜グレイスホテル
3月 7日（木）新横浜グレイスホテル
3月14日（木）新横浜グレイスホテル