



2024-2025 RIテーマ 創立 55 周年
「The Magic of Rotary」

クラブターゲット
「希望を語りクラブの未来を創る」

今週の例会

第 2616 例会 2024 年 12 月 19 日(木)

点 鐘 18 時 00 分
ロータリーソング それでこそロータリー
きよしこの夜
ソングリーダー 池田 真美 会員

クリスマス例会

来週の例会

2024 年 12 月 26 日(木)

休 会

(クラブ定款第 7 条 1 節 d 項適用)

再来週の例会

2025 年 1 月 2 日(木)

休 会

(クラブ定款第 7 条 1 節 d 項適用)

今週の歌

ねむりたもう
いとやすく
すくいのみ子は
御母の胸に
星はひかり
きよしこのよる
きよしこの夜
それでこそロータリー

◎第 2614 例会

(2024 年 12 月 5 日(木) 於: 3F 例会場)

会長あいさつ 漆原 誠 会長

皆様こんにちは。 本日も例会にご参加いただき誠にありがとうございます。

11 月 23 日に開催された収穫祭には朝早くから焼き芋の着火にご参加いただいた皆様ありがとうございました。おかげさまで昨年あまりうまくいかなかった焼き芋を上手に焼くことができて、焼き芋リベンジを果たすことができ、収穫祭も無事に終わることができました。

さて、ロータリークラブはロータリーの活動に参加を強調するために、7 月の母子と健康月間から始まり毎月ロータリー月間を定めています。そして今月 12 月は疾病予防と治療月間です。

そこで本日は、皆様の健康に役立つ、乳酸菌のお話をさせていただきます。昼食にも提供されましたが、ヨーグルトには乳酸菌が含まれています。

乳酸菌には大きく動物由来と植物由来とあり、種類は 200 種類以上あると言われていて、一つの乳酸菌にも数多くあり、例えばブルガリア乳酸菌にも 4000 種類を超える(株)タイプの違う乳酸菌があります。

その違うタイプの乳酸菌には様々な効果があり、胃がん予防する乳酸菌。インフルエンザ予防の乳酸菌。痛風を予防する乳酸菌。ストレス緩和安眠効果のある乳酸菌。血圧を下げる乳酸菌。中性脂肪を下げる乳酸菌。ヨーグルト以外ではカマンベールチーズに認知症予防効果があるとされています。それぞれ効果のある乳酸菌が商品化され発売されています。

例えば効果としては、胃がんを予防するヨーグルトに関しても直接がんを死滅させるものではなく、胃がんのもととなる胃潰瘍を予防するために、胃潰瘍の原因となるピロリ菌を死滅させる効果があるといったように薬とは違った効果があります。

乳酸菌の効果を 4000 種類の中から探し出し、いくつもの乳酸菌を掛け合わせ、新しい効果を探し出し商品化され販売されています。

本日皆さんに飲んでいただいた飲むヨーグルトには、人間の免疫力を高める効果があり、免疫力が上がると感染症のインフルエンザに罹りにくくなることが実証されています。また春には花粉症の症状を和らげる効果があるとされています。

そのほかにも乳酸菌の研究では、ダイエット効果のあるもの、発毛効果のあるもの、若返り効果のあるものと様々な人の悩みや希望に効果を期待して研究が進められています。現在はその効果が少なく製品化には至っていませんが、いずれ製品化される時がきっと来ると思います。

【出席委員会より】一年間宜しくお願い致します。皆勤賞を達成しましょう。()は、出席義務規定免除の出席者数です。

出席報告(出席委員会)	例会日	総数	免除	計算	出席	欠席	MU	出席率
2613 例会	11 月 21 日	97	1 3(4)	88	58(Z0)	30	19	87.50%
2614 例会	12 月 05 日	98	1 3(9)	94	61(Z0)	33	6	71.20%
2615 例会	12 月 08 日	98	1 3(13)	98	98(Z0)	0	0	100.00%

例 会 日 毎週木曜日 12:30~13:30
例 会 場 ロイヤルパインズホテル浦和
事 務 所 〒330-0062 さいたま市浦和区仲町1-11-9
白壁家ビル 2A

TEL/FAX 048-825-2228/048-823-3001
E メール urawaras@green.ocn.ne.jp
ホームページ http://urawahigashi-rc.com



●卓話 浦和東RCフットサル大会の歴史



青少年育成委員会 松本委員長

歴史を熱く語る三上会員

●例会場の様子



米山記念奨学生
ゴムボ エレテネ オユさん



●第29回フットサル大会



【浦和東RCに入ってよかったインタビュー】



今週は高橋会員です。



浦和東RC
Facebook

◎幹事報告 佐伯 陽子 幹事(第2614回例会)

今週の司会とその他

●地区関係

- ・米山記念奨学部門「感謝の集い」が開催されます。12月21日 17:30受付開始 18:00～パレスホテル大宮 3F チェリールーム 宇津城 米山常任委員長・米山奨学生 ゴムボ・エレテネ・オユさんが参加予定です。
- ・ガバナー補佐候補者推薦委員会開催についてです。12月23日 浦和東口 よね田にて 18:00より開催されます。北 清治パストガバナー・国光 パストガバナー補佐・齋藤パストガバナー補佐にご参加頂きます。

●グループ関係

- ・浦和ロータリークラブより 例会・例会場の変更のご案内がきております。掲示板へ掲示しておきます。ご確認をお願い致します。
- ・第1第2グループ インターシティ ミーティング (IM)のご案内です。2025年2月14日 15:30～ ロイヤルパインズホテル 4F ロイヤルクラウンに開催されます。「ロータリーに情熱を！」をテーマに・・・大変盛り上がる企画をしていただいております。後日 大山IM副実行委員長より情熱あふれる！素晴らしい内容を発表頂ける事と思います。全会員登録でグループ内の親睦が深まる大変楽しい機会となります。バレンタインデーの当日！新入会員も含めて是非ご予約頂きますようお願い致します。

●当クラブ関係

- ・本日 第6回の理事会が開催されました。議案の可否につきましては掲示板へ掲示しておきます。また本日はこの後、年次総会となります。どうぞよろしくお願い致します。
- ・今週、8日の日曜日は当クラブ主催の青少年奉仕事業「第29回 青少年フットサル大会」が開催 子ども達も大変楽しみにしております、一人でも多くの会員のご参加をお願い致します。
- ・開催に伴いまして、次週12日の例会は8日に振替となります。
- ・次回回例会は19日「クリスマス例会」の夜間例会となります。18:30～会場は4F ロイヤルプリンセスとなります。

◎ニコニコBOX

令和6年12月5日 合計79,000円 累計888,000円

【●卓話者へ】

- 漆原誠会長：本日の卓話、松本委員長宜しくお願いします。フットサル大会も楽しみですね。
- 三上憲治君：本日の卓話「フットサルの歴史」宜しくお願い致します。
- 小野福松君：五重五周年事業フットサル大会の歴史卓話楽しみです。三上さん、松本さん御苦労様です。
- 佐野敏樹君：松本英人青少年育成委員長、フットサルの歴史楽しみにしております。(菅原卓君：中川厚子君：吉村雅男君：金田恵君)
- 國光勝三君：12月8日、81回目の誕生日です。松本会員、三上会員、本日の卓話御苦労様です。

【●年次総会関連】

- 大谷部雅典君：本日年次総会です。前年度収支決算の件がります。宜しくお願いします。これで前年度の要件は全て終わります。ありがとうございました。
- 石坂健一君：総会ご苦労さまです。慎重審議のうえ、うまくまとまることを望みます。

【●誕生日】

- 平田利雄君：誕生日ありがとうございます。夜間分も含めて感謝致します。
- 町田哲雄君：誕生日メッセージカードありがとうございます。神棚に飾っておいて、毎日会長の顔を思い浮かべながら、頑張ります。
- 竹田雅仁君：誕生日カード、ありがとうございます。もう56歳！まだ56歳！
- 松岡菅君：お誕生日カードありがとうございます。(澤野伸司君：大山恭子君)
- 杉本浩一君：家内の誕生日プレゼントが届いたことで、長男が気が付き、ケーキを買ってきてくれました。ありがとうございました。早坂会員は誰にあげるのか気になります。
- 手塚健一君：昨日の妻の誕生日に花を送り頂き誠にありがとうございました。家族内でちょっとしたサプライズとなりました。
- 横田安民君：家内の誕生日祝有難うございます。毎年書くけど十二町が誕生日です。
- 北清治君：妻の誕生日に素敵な盛花を送っていただきありがとうございました。大変喜んでおりました。感謝！！(富岡重孝君：志村廣幸君：平井文人君：三上憲治君)

【●その他】

- 漆原誠会長：先週の土曜日、クラブで過去寄贈した桜の木や、竜神のモニュメント等見てきました。記録に残っていないものがありました。情報をお寄せください。
- 佐伯陽子君：12月8日日曜日ですが、フットサル大会へのたくさんの会員皆様の参加をお待ちしております。どうぞ宜しくお願い致します。
- 岡村一巳君：11月21日の例会は、前回同様に23日の「見沼田んぼ」に振替と思い込み欠席しました。これからは、木曜日例会の無い日は再度確認します。松岡新会員スミマセンでした。
- 岡村一巳君：私事ですが、先般叙勲祝賀会お陰様で無事終了することができました。本来なら「次年度」ということから、もっと多くの方に声掛けをと思いましたが、他団体のバランスで申し訳なく思います。
- 春日隆君：先日のモニュメント調査に会長はじめ、沢山の方に参加していただきありがとうございました。
- 小林和章君：会長、R1ありがとうございます。体調管理、体調管理！
- 白井智子君：今年もフットサル、クリスマス例会を残すところとなりました。今年は見沼田んぼ活動もあり、盛り上がりました。来年も浦和東RCが盛況である事を願います。
- 木下和伸君：当ホテル地下3階のパーキング。動いていそうもない高級車……。気になります。何日くらいの保管で利益のバランスOKなんでしょうか？
- 宇野三花君：寒くなってまいりました。咳やくしゃみによるギックリ腰が増えているようです。皆様もお気を付け下さい。
- 中村国雄君：先日の収穫祭ではお世話になりました。美味しい焼き芋に焼き栗、けんちん汁に炊き立てのおむすびでお腹いっぱいになりました！娘が作ったリースは玄関に飾ってます！