KUZUU

ROTARY CLUB NEWS

例会日　毎週火曜日
例会場　栃木県佐野市葛生東1-12-11 ㈱足利銀行葛生支店　２Ｆ
FAX　０２８３（８５）４４５１

2024～2025 RI 会長ﾃｰﾏ	「ロータリーのマジック」　ステファニー•アーチック
葛生 RC 会長ﾃｰﾏ	「ロータリーを広めよう」保科純一郎 副会長　奥山 浩司　　幹事　川上　卓也　　副幹事　野部　武典

2024～2025 第 3009 回　2024. 12.　例会場　於：㈱足利銀行 2F　12：30～

葛生RC　ホームページｱﾄﾞﾚｽ　https://www.kuzuurc.com/　★ﾒｰﾙｱﾄﾞﾚｽ　info@ kuzuurc.com

会　長　挨　拶

先日の地区大会には多くの会員にご参加いただきありがとうございました。私幹事の時はコロナで地区大会がかなりの縮小版でした。日曜日の午後から会長幹事だけが参加するというスタイルでしたので、今回初めて晩さん会に出席しましたが、古峰神社の雅楽隊の演奏が非常に印象的でした。

さて話は変わりますが、７月２３日の会長挨拶で痛風の話題に触れました。今回は中性脂肪の話題に触れてみます。実は先週検査の結果、中性脂肪の数値が１０００㎎を超えてしまいました。基準値は１４９㎎以下ですので実に約７倍という心配な数値でした。１０年以上前から薬を服用しているにも関わらずこの結果はさすがにまずいなと思い対策を調べました。脂っこい食事のとりすぎ、炭水化物のとりすぎ、アルコールのとりすぎなどが主な原因ということなので、思い当たる点が多々あります。ネットで調べるとすぐに出てくるのですが、食物繊維をとるとか、肉より魚を食べなさい、とかただし成人男性に必要な１日当たりの食物繊維２１㎎を取ろうとするとキャベツ丸１個分らしいので、さすがにそれは無理かなと思います。なので、サプリメントを活用しながら食生活の改善に取り組んでみようと思います。

結果は半年後にこの席で報告させていただきます。

慶　事　報　告

誕生祝	中田　英昭　君　　小曽戸　健治君
結婚祝	酒庭　和一　君　　本島　佳明　君
在籍３５年表彰	田澤　秀文　君

会　長　・　幹　事　報　告

・ロータリー財団地区補助金プログラム
　青藍泰斗高校へ交通安全指導用のベンチコート・旗を寄贈

各 委 員 会 報 告

野部ロータリー財団支援委員長

・ＰＨＦ＋３　　片柳　克敏　君

　ＰＨＦ＋１　　川上　卓也　君

中本家族親睦副委員長

・保科年度第２回会長杯ゴルフコンペ

１２／１７(火)　@オリンピックスタッフ都賀ゴルフ　　８：２０　集合

忘年会　　@日本料理　吾妻　　１８：００　点鐘

２０２４－１２－１０　理事役員会報告

１．新年会について

２．家族観劇会について

３．工場見学について

４．葛生・田沼合同ゴルフコンペについて

５．１月度プログラムについて　　★承認

２０２４－１２－１０　クラブ総会報告

・クラブ慶弔規定　第２項　疾病お見舞　入院期間の変更

　２週間以上　→　５日以上　へ変更　　★承認

・指名委員会より役員及び理事の提案　　★承認

出席状況報告

関 塚 保 雄 委 員 長

※ 出席率の計算式

$$\frac{\text{当日出席した正会員数}}{\text{会員数}} \times 100$$

本日の出席	会員数	出席者数	欠席数	事前メーク	出席率
	39 名	26名	13名	0名	66.7%
前回の出席（修正）	前例会日	欠席数	事前メーク	修正出席率	
	11/26	14名	1名	66.7%	

欠席の連絡は　SAA　本島委員長　へお願いします。

ニコニコＢＯＸ報告

関 塚 保 雄 委 員 長

保科純一郎　君	先週の地区大会・反省会お疲れ様でした。 来週の会長杯・忘年会もよろしくお願いします。
川上　卓也　君	過日の地区大会本会議はお疲れ様でした。

	今日、車のメーターが８８，８８８㎞でした。
奥山　浩司　君	寒いですねぇ、皆様くれぐれもお身体大事に、年末そして新年をお迎えください。
田澤　秀文　君	ガバナーより、３５年皆出席をいただきました。
小曽戸健治　君	しばらくお休みしまして、申し訳ありませんでした。術後の経過は良好です。 ただ、体力が戻ってないので、もう少し時間がかかるかと思います。 誕生祝、いただきましてありがとうございます。
本島　佳明　君	結婚祝をいただきありがとうございます。どうにか、２５年になりました。 これから、あと何年続くかチャレンジです。
髙橋　竜馬　君	１２月３日、妻の誕生日にステキなお花をいただきました。 とても喜んでいました。ありがとうございました。
関塚　保雄　君	会長職が終わってから半年になりますが、ゴルフのスコアがみるみる良くなり、 先日のゴルフコンペでは前半を４１回でまわり見事優勝！ 大型４Ｋ液晶テレビをいただいたことに感謝します。
合　計	２１，０００円
クラブ会報委員会　　松原維一郎 委員長　　工藤竜二 副委員長　　馬場大輔 委員	

・会長は会長報告をメールで送って下さい。
・出席担当の方は出席簿をメールで送って下さい。
・例会中に委員会報告をした方は報告した内容をメールで送って下さい。
・写真担当の方は、撮影したデータをアシスタントに渡してください。

★メールアドレス　info@ kuzuurc.com