



2025年2月19日
通算第2879回例会
会報通算第2551回

第61期テーマ: ~マジック 奉仕の心を TUNAGU つなぐ~

本日の例会プログラム

※例会変更 鳥羽市民体育館 12:30~

- 【ソング】「四つのテスト」
- 【ゲスト・ビジター紹介】
- 【会長挨拶・報告】
- 【幹事報告】
- 【出席報告】
- 【ニコニコBOX報告】
- 【委員会報告】
- 【行事】体力増強例会(プログラム委員会担当)
卓球&ピククルボール
- ★協力 鳥羽市教育委員会 生涯学習課
スポーツ推進委員

次回の予告 2月26日

- 【ソング】「ROTARY」
- 【コラム】中村和寛 君
- 【2月号友の紹介】野村一弘 君
- 【行事】とば出前とーく (プログラム委員会担当)
鳥羽市総務課 危機管理室
副室長 澤田将宏 様

前回の記録 2月5日

- 【ソング】「君が代」「奉仕の理想」
- 【コラム】中野多賀子 君
- 【行事】創立記念例会 (三役担当)
第56期~60期を振り返って

2/5ホームクラブ	22/28	78.57%
1/22確定出席率	21/27	77.78%

会長挨拶・報告

皆さんこんにちは。

本日は、創立記念例会です。紅白の和菓子と60周年の記念誌(60年史)をお配りさせて頂きました。60年史は様々な活動を思い出せると思います。56期から60期まで、会長の発表によりその時期にどんな事業があり、どんな思いがあったのか、皆さんと一緒に思い出を振り返っていきましょう。コロナ過の時期でもあり、通常活動が出来なかった1番大変だった5年だったと思います。活動が出来なかったことを楽な会長とか言う人もいましたが、出来なかった分、新たに考え、行動することの大変さも、記念誌を通じて、ご理解頂けるかと思えます。それでは宜しくお願ひします。

幹事報告

- 1.能登半島豪雨災害支援金について
2630地区で2,930,511円集まり、2610地区へ送金したとの連絡がありました。
- 2.ポリオ根絶チャリティコンサートチケットについて ※チラシ配布
観覧ご希望の方は事務局までご連絡下さい。
- 3.志摩RC創立35周年記念式典・祝賀会について
出欠の記入をお願いします。
- 4.2月12日(水)特別休会及び事務局休暇について
- 5.2月19日(水)例会変更(体力増強例会開催)について
- 6.配布物・60周年記念誌
・抜萃のつづり
(東京RC会員の熊平様より寄贈)
・確定申告用R財団寄付領収書

委員会報告

- 2月家庭集会⇒日時・場所変更のお知らせ
日時:2月10日(月)→18日(火)
場所:あみ焼き 天びん屋→天びん屋本店
- プログラム委員会⇒体力増強例会のご案内

○会長 林 巧 ○副会長 原田佳代子・杉原新一 ○幹事 池田長示

○会報担当 村瀬敬一・山本元昭・杉原新一・野村保夫

○事務局 〒517-0022 鳥羽市大明東町1-7 鳥羽商工会議所2F

TEL 0599-25-6039 FAX 0599-26-4588 E-mail: tobaroc@poplar.ocn.ne.jp

○例会日・例会場 毎週水曜日 12時30分~13時30分 鳥羽商工会議所2F 特別会議室

鳥羽ロータリークラブHP
QRコード



「第56期から第60期までを振り返って」



◆第56期 林 巧 会長

三役：（会長 林巧、幹事 杉原新一、副会長 中村正人）

長年続いた例会場の移転により引っ越し、片付け、残す資料の分別等、大変な作業でした。お弁当問題や、お茶が冷たくないかの議論もあり、初めての試みでのスタートでした。

事業としまして、ポッチャ用具2セットを鳥羽アスリードに寄贈、このきっかけに、第1回ポッチャ大会開催、継続事業のキャリア学習支援・ひだまりフェスタバザー出店、55期、植樹の剪定・追肥作業等、順序よく事業も開催し、残り5月開催予定の「インターナショナルだよ鳥羽の子どもたち」でした。しかし、5年前、2月3日横浜に入港したダイヤモンド・プリンセスの集団感染をきっかけに緊急事態宣言の為、水族館・真珠島・観光関連・宿泊施設の休館。2019年11月、中国からの感染で騒いでたが、死者多数、世界中に広まることはあまり考えてなかった時期でした。ロータリーにとっても初めての臨時休会。4. 5月休会グループLINEの活用。かわら版の発行。一時的に落ち着きを戻し、6月最終期は通常通り開催に至り、61期が終わりました。

◆第57期 中村和寛 会長

終息を知らない、新型コロナウイルス感染の真っ只中で57期をさせていただきました。

56期林会長は下半期コロナ、私の1年間は全てコロナ禍でした。PETS、地区協の中止…その中で7月1日を迎えたのを鮮明に覚えています。

事業を企画するも、3度にわたる緊急事態宣言で臨時休会。講師を依頼するも外部からということで手作り例会に変更。例会が行われても短縮例会(弁当持ち帰り)、事業が通常に行われないジレンマに陥りながらの1年間だったように思います。

その中で、少しでも鳥羽に元気を！と手作りした鳥羽に灯りを灯す鳥羽城天守閣イルミネーションは鳥羽市民を励ます事業でした。何かできることはないか？と鳥羽市の顔？ガリバーにマスク装着！完成披露例会を執り行いました。

かねてからの私の希望であった美濃加茂姉妹クラブとの合同例会。沢山のメンバーに行っていました。

鳥羽RCが初めて関わったイングリッシュディ。「鳥羽高校、鳥羽学、支援イベント」キャリア教育支援、ポッチャ大会…できることを可能な限り行った1年でありました。

事業遂行にあたり、皆様の励まし、ご協力していただいたことに感謝いたします。ありがとうございました。

◆第58期 野村 一弘 会長

58期は「ロータリーの本質を極めよう」をテーマに活動しました。

地区補助金を活用して生活弱者を対象としたこども食堂とフードパントリーを他団体と共催しました。

また障がい者支援施設アスリードと共催で第2回ポッチャ大会も開催しました。

夏にはガリバー絵画コンテストを市内外小学生に参加いただき、優秀作者に絵画教室も開催しました。

冬にはイングリッシュデーを教育委員会と共催し、鳥羽の子ども達の英語力向上を肌で感じることができました。

新型コロナの影響も残る中、子ども達と多く接する一年でした。



◆第59期 杉原 新一 会長

59期の会長を務めました杉原です。記念誌の写真の順番でこの年度を振り返ります。正人さんに無理を言って初めての鳥羽水族館での夏の家族会、この年は予定していた事業の他に小林嗣雄様の旭日双光賞受賞祝賀会、会長として世話役の一人となり決して笑わせてはいけない結びの言葉「小林さんにはここまで育てていただいているんだな」と今までに無い緊張の中で挨拶をしました。

その後、松田会頭の退任、中村会頭の就任祝いの挨拶こちらは読ませていただきました。美濃加茂RCの55周年の式典での挨拶の用意した蛇腹の式辞用紙、会場に到着すると懇親会の乾杯の挨拶をと「1972年よりお付き合いいただいております」が緊張の余り「1672年」と言ってしまう織田信長、九鬼嘉隆の時代から言えば良かったのですが言えませんでした。

休会は7月入ってすぐのコロナの流行で1回、2月の鳥羽市だけの大雪で1回、たまたまどちらの日も池田ガバナー補佐の訪問日で後日別の日にお越しいただきました。

地区の方針の中のポリオの街頭募金にはJCの事業に参加しての初対応、マイロータリー目標30%登録では地区一番の100%登録達成、ロータリーカードの取得は次年度中村会長にお願いしました。

100%出席の花見例会、楽しい一年でした。ありがとうございました。

◆第60期 中村 正人 会長

1964年2月1日創立、あれから60年先輩方が築き上げてきた鳥羽ロータリークラブの歴史の重さを感じながら、皆様と共に事業を行ってきました。2月17日記念事業「水の惑星70%」と題し子ども達に身近な海を守っていくことの必要な事、そして何が出来るかクラブのメンバーも一緒に学習、いよいよ60周年を迎えるにあたり3月16日台湾姉妹クラブ花蓮ロータリークラブ歓迎、17日記念式典、夜は友好クラブ美濃加茂クラブとの親睦を深め、18日は美濃加茂クラブとのしたい方だけがするゴルフに無理無理行かされました。クラブの皆様には打ち合わせ準備等忙しい60期ではなかったかと、皆様のおかげで行うことが出来ました。

創立当時の会員数29名、61年後の現在29名、歴史は繰り返す！新しい気持ちで再スタートを切りましょう。

－ コ ラ ム －

中野 多賀子 君

「ウイルスに負けないからだづくり」

外出先から帰ったらうがい、手洗い、そしてマスクの着用はもう習慣となっていると思いますが、自分自身の免疫力を高めることもウィルス予防に大切なことです。

その免疫力を高めるためには、「質の高い睡眠」・「適度な運動」・「栄養バランスのとれた食事」・「ストレスをためない」「体を温める」・「腸内環境を整える」等です。

(質の高い睡眠)とは寝る前のスマホやパソコン等の時間制限をし、ゆっくりとお風呂に入り体を温める。年齢差はありますが、6～8時間の睡眠が必要とされています。

(適度な運動)は、ウォーキングやジョギング、少し汗をかく程度の軽めのスポーツ。また家事をすることでも程度の運動になります。

(バランスのとれた食事)に関しては、たんぱく質、糖質、脂質、ビタミン、ミネラルの5大栄養素をバランス良くとっていくことが大切です。中でも特に免疫力を高める食品としては、ヨーグルト、納豆、キムチ、チーズ、ぬか漬、味噌等の発酵食品。発酵食品は腸内環境を整えるとても良い食品です。

そしてその反対に疲労・睡眠不足・栄養不良・ストレスがたまっている人は免疫力が低下し、抵抗力がなく感染しやすい状態になります。

どうか皆さん、まだまだ寒い日が続きますが風邪などひかないよう、自分自身の免疫力を高めていきましょう！



2月5日分

林 君・本日は創立記念例会です。各パスト会長
よろしくお願いいたします。

- ・中野さん、コラム素晴らしかったです。

池田君・本日は創立記念例会です。第56期～第
60期を振り返ってですので、各年度の
会長様よろしくお願います。中野多賀
子さん、コラムよろしくお願います。

原田君・創立記念日おめでとうございます。中野
さんコラム楽しみです。

杉原君・昨日は副会頭中村和寛君の代理で、商工
会議所女性部の新年会に出席しました。
物静かな私が酔ったせいかマツケンサン
バを踊られました。新たな挑戦、今年
の脱皮一号でした。

小林君・創立記念例会楽しみにしています。中野
多賀子君コラム楽しみです。

中野君・昨夜は中村会長、杉原工業部会長、村瀬
建設部会長、女性部新年会によろこそお
越し下さいました。三人の踊りに腹がよ
じれる程笑ってしまい、楽しい時間をあ
りがとうございました。

- ・今日はつたないコラムをさせていただきます。

濱口君・本日の創立記念例会、56～60期振り返
りですね。三役の皆様、よろしくお願
いします。

中村(正)君・本日の例会56期～60期を振り返
りますので、どうか振り向いて耳を立て
て下さい。

- ・コラム中野多賀子様楽しみにしてました。
- ・会員誕生日御祝

中村(和)君・本日、創立記念例会です。57期の思
い出話させていただきます。皆様よろ
しくお願いいします。

野村(一)君・中野多賀子さんコラム感動しました。
創立記念例会、記憶に新しい60期・59
期にガンバッテもらいましょう。

- ・入会記念日御祝

寺本君・羽柴聡君に会えてうれしいです。本日も
よろしくお願います。

森岡君・中野さん、本日のコラム楽しみにしてい
ます。皆様よろしくお願いいたします。

松田君・よろしくお願います。

濱崎君・本日もよろしくお願いいたします。

- ・会員誕生日御祝

吉田君・本日よりお願います！

- ・結婚記念日御祝

中村(泰)君・本日もよろしくお願いいたします。

村瀬君・本日もよろしくお願いいたします。

阿部君・本日もよろしくお願いいたします。

和田君・本日もよろしくお願いいたします。

谷水君・本日もよろしくお願いいたします。

長谷川君・本日もよろしくお願いいたします。

近隣クラブ例会変更

★伊勢RC

①2月11日(火)

※法定休日の為

★伊勢度会RC

①3月19日(水)

※休会(祝日が含まれる週の為)