

2006 2007
Gifu North R.C.



岐阜北週報

WEEKLY REPORT

1182

例会 毎週水曜日 題字 小森 保敏
会場 岐阜都ホテル 岐阜市長良福光桃林 2695
tel 295-5222(代)
事務所 岐阜商工会議所(岐阜市神田町2) tel 264-9235(代)

会長 小森 保敏
副会長 岡田 忍
幹事 永瀬 章
会報記念誌委員長 谷田 育子

<http://gifukita-rc.com>



平成 18 年 11 月 1 日 発行

10 月 職業奉仕 月間

本日のプログラム

第 1183 回例会 10 月 22 日(日)
長良川美しくしよう運動(例会変更)
担当 環境保全委員会

第 1182 回例会 10 月 18 日(水)
クラブフォーラム(5) 100 万\$
担当 職業奉仕委員会

- 点 鐘
- 国 家「君が代」斉唱
- ローターリーソング「それでこそロータリー」
- 四つのテストの唱和

会長挨拶 小森 保敏 会長

一言ご挨拶申し上げます。本日は、職業奉仕委員会さんの担当によるクラブフォーラムです。よろしくお願ひします。また、14日の観月例会には多数のご出席をいただきまして感謝申し上げます。

ところで、本日はトマトの話をしたしたいと思います。真赤なトマトをみますと元気の源のような気がします。栄養面からみまますカロテン、ビタミンC、カリウムが比較的多く含まれているくらいだが、実はこの赤みを作る成分のリコピンに素晴らしい効果があります。リコピンは体内でビタミンAに変換されないために、最近まであまり注目されなかった。

ところが近年リコピンには、カロテンよりも抗酸化作用が二倍くらい強く、動脈硬化やがんを促す活性酸素を消去する働きがあることがわかってきた。

こんな研究結果がある。フィンランド、ドイツ、オランダなどヨーロッパの十都市に住んでいる1387人を対象にリコピン摂取と心筋梗塞の関係を調べてみたところ、脂肪組織中のリコピン濃度の高いグループは、低いグループに比べて心筋梗塞のリスクが半分以下だったそうです。またイタリアで行なわれた2879人を対象に行なわれた調査によると、トマトの摂取量が増えれば増えるほど、食道がんや胃がん、大腸がんなどの消化器系統のがんの発生が顕著に減少したそうである。

トマトは暑い時期が旬で、暑さとともに赤み、味がともに増す。中国ではトマトは体を冷やす働きがあるので、暑気あたり解消の食品となっている。甘酸っぱい味が食欲を進めることから、たくさん食べて健康作りにも寄与しているといえる。

中サイズのトマト一個は二百グラム前後で、ほかの野菜に比べてたくさん摂りやすい。生のトマトをスライスして、これに生のにんにくや玉ねぎのみじん切り、塩、こしょう、レモン、サラダ油を少々かけて食べるとこれがまた美味であるという事をご紹介申し上げます。ありがとうございます。



出席報告 出席委員会

本日のホームクラブ	34 / 39	87.18%
-----------	---------	--------

本日のホームクラブ 欠席者 5 名

岡田忍君・谷田育子さん・永瀬章君・松野秀計君
神谷良子さん

委員会報告

ニコニコボックス

* 片桐順一郎君...観月例会・親睦委員御苦勞様お世話になりました。

* 小島正三君...今日も元気で。

* 竹村博之君...22日(日曜日)の長良川美しくしよう運動に多数の皆様の参加をお願いします。

* 部田拓君...観月例会御苦勞様でした。

* 安藤武司君...11月16日のゴルフ同好会には、多数の御参加をお願いします。

例会行事 クラブフォーラム（5）

職業奉仕委員長 服部 洋一朗 会員

- ・職業奉仕は、ロータリーの四大奉仕の一つです。
- ・又、職業奉仕は、ロータリーの金看板といわれています。
- ・「職業を通じて社会に奉仕する」と定義されてもいます。職業そのもので、奉仕すると、考えればよいのです。利潤を追求する行為、職業の中に育まれるものであること（無料奉仕や極端な割引行為などは、職業奉仕ではない）職業奉仕委員のやる仕事は、表彰や四つのテストの領布等、職業奉仕そのものではなく、職業奉仕を推進するための手段です。

職業奉仕委員会は、会員に職業奉仕をしてもらうための指導・激励の機関です。職業奉仕の理念は、人間が社会生活で営むために必要な分業を分担することで、その報酬として利潤が与えられる。そこに責任と誇りが生まれることにある。

「四つのテスト」は、この責任と誇りを堅持するためのチェックポイントを示したものである。ロータリアンは、全部職業人であるため、職業奉仕こそは、ロータリアンの基本的な生活態度である。毎年10月を「職業奉仕の月」と制定されている。

職業奉仕の本年度の活動

職業奉仕セミナーの開催（9月16日）

四つのテストカラーリングブック

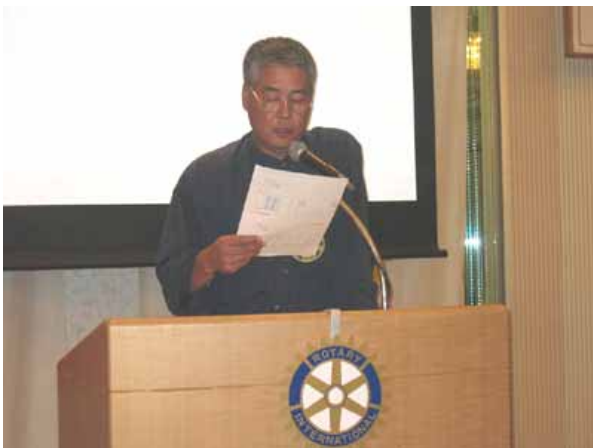
パワーポイントの活用

本日は、職業奉仕委員会で作成されたパワーポイントのCDを使用して、皆さんに見て頂き、よりロータリーの歴史・職業奉仕の中味を知っていただきます。この後、パワーポイントで説明。

以上。

➤ 閉会の辞 岡田 忍 副会長

➤ 点 鐘



次回例会のご案内 11月1日（水）

- ・ 慶祝行事
- ・ 卓話

担当 笠井会員・原尾会員

担当/クラブ会報委員会 安藤 紳一郎