



2007 2008
Gifu North R.C.



岐阜北週報

WEEKLY REPORT

1232

例会 毎週水曜日 題字 山口 八郎
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 山口 八郎
副会長 小椋 功
幹事 国井 省二
会報記念誌委員長 原尾 勝

<http://gifukita-rc.com>



平成 19 年 11 月 14 日 発行

11 月 ロータリー財団 月間

- 本日のプログラム -

第 1233 回 例会 11 月 14 日 (水)
◎クラブフォーラム (6)
担当: R 財団委員会

- 前週のプログラム -

第 1232 回例会 11 月 7 日 (水)
◎ 慶祝行事
◎ 卓 話
担当: 岡田 (忍)・水川会員

- 点 鐘
- 国 家「君が代」斉唱
- ロータリーソング「奉仕の理想」
- 四つのテストの唱和

てご協力をお願いする次第です。



ビクター紹介 <<山口 八郎 会長>>

・資生堂美容部員 講師・・・広井 訓世 様
田中 純子 様

会長挨拶 <<山口 八郎 会長>>

先日、三谷学園へサムソンの熟練された方々の協力により「社会委員会担当で三谷学園の散髪奉仕」に行きまして。

中日ドラゴンズが先日 53 年ぶりに優勝し、中部圏に対して 200 億円とも言われる経済効果をもたらした。落合監督による俺流の野球がナイン全員の中に浸透し、優勝へと導いたことは間違いありません。

各選手一人一人が今回はどうしても「優勝させるんだ」との気力がそうさせたと思います。監督の力では出来ない、全ナインの力の総結集の結果だと思います。

この様に組織というものは全員が結集すれば大きな力となって跳ね返ってくると思います。

このことを、我がクラブに当てはめて見ますと

クラブ活動内容の検討

会員一人一人が会員増強に努める

会員全員が親睦に重点をおき、居心地よい雰囲気を作り出す

以上の主旨により会員同志が力を出し合って組織を支え、守っていくことの意識を持たなければ維持は出来ません。これから続くであろう次期役員構成につい

出席報告 <<出席委員会>>

本日のホームクラブ	29 / 32	90.63%
-----------	---------	--------

◇ 本日のホームクラブ欠席者 3 名
神谷良子さん・松野秀計君・水川渥君

慶祝行事 <<笠井 親睦交流委員>>

◎ 会員誕生祝

28 日	小島正三様
------	-------

◎ ご夫人誕生祝

9 日	後藤静子様	30 日	小椋かつ代様
-----	-------	------	--------

◎ 結婚記念日

12 日	小島正三様	23 日	安藤武司様
25 日	竹村博之様		

委員会報告

◇ 情報委員会 <<片桐 情報委員長>>

第 3 回 I.G.M. の開催について 11 月 16 日 (金)

(岐阜都ホテル 3 階 桜の間) 18:30 ~

<テーマ>

国際奉仕についてはどうあるべきか

青少年交換・R 財団・米山奨学とは

会員増強について

・谷田リーダー・笹井世話人・小島会員・後藤会員

・服部会員・安藤(武)会員

・川島会員・郷会員(情報委員)

◇ 幹事報告 《国井 幹事》

11月17日(土)・18日(日)三重県桑名市長島に於いて地区大会が催されます。

17日(土)は国井幹事が12:00に受付にあります。

18日(日)は国井幹事が8:30~9:00に受付にあります。名札、資料等を受け取り受付を済ませて下さい。

◇ ニコニコボックス 《波多野 親睦交流委員長》

- * 山口八郎君・・・資生堂の広井、田中様をお迎えして。
- * 岡田忍君・・・本日卓話です、広井様、田中様よろしくお祈りします。
- * 国井省二君・・・地区大会参加の皆様よろしくお祈りします。
- * 安藤武司君・・・結婚記念日を祝っていただき、ありがとうございます。
- * 長野鉄司君・・・今日も元気に出席できました。
- * 後藤保君・水川渥君・小島正三君・郷昇君・・・今日も元気で

例会行事 卓話

◇ テーマ『冬のお肌の手入れ』

《資生堂美容部講師/ 広井・田中講師》

資生堂メンズテキスト

■ 皮脂量が多い

〈年齢・性別の皮脂分泌量〉

男性の肌の皮脂量は、皮脂分泌を活発にする男性ホルモンの影響によるもので、女性の肌と比較すると約2倍。なお、年齢による大きな変化はありません。

■ 水分蒸散量が多い

〈男女の水分蒸散量比較〉

男性の肌は、女性より皮膚表面からの水分蒸散量が高いため、角質のバリア機能低下による肌荒れが起きやすいのです。

■ 肌表面の「きめ」の乱れが目立つ

〈年代別肌表面〉

30代以降の男性では、肌表面のきめの乱れが目立ちます。モイスターバランスが不調で角質層の水分が逃げやすく、肌がかさついている状態です。

■ ひげ剃り行為による肌への影響

男性ホルモンの影響で生えてくるひげは、年齢が高くなるにつれて太くなり、1日に平均0.2~0.5mm伸びると言われています。ひげを剃ると、カミソリの刃で皮膚表面を細かく傷つけてしまうため、角質のバリア機能の低下、カミソリ負けや肌荒れなどの皮膚トラブルを起こしがちになります。

【ひげ剃り負けの主な原因と対策】

- ひりつく・・・カミソリで皮膚表面に細かな傷をつけたため。
- 出血・・・真皮まで傷をつけてしまったため。
- 赤くなる・・・皮ふに刺激を与えたため。
- 肌荒れ・かさつき・・・肌の乾燥や角質が、はがれてしまったため。

資生堂メンズテキスト

肌について

男性の肌の特徴

皮脂が多くべたつきがちですが、角質のバリア機能が低下し、肌荒れしやすいのが特徴です。さらに環境・生活・お手入れ不足が影響し、ダメージを受けやすい状態と言えます。

【ダメージを招く3つの要因】

環境要因	生活要因	お手入れ不足
乾燥・気温や湿度の変化・酸化・大気汚染・紫外線	疲労・睡眠不足・食生活の乱れ・精神的ストレス	肌は無防備な状態

【バリア機能が低下している状態】
肌は刺激を受け、肌ダメージを受けやすい。

【バリア機能が良好な状態】
肌の働きが順調で、肌ダメージを受けにくい。

肌タイプチェック

肌には個人差があります。季節によっても変化しますが、人の肌タイプ(肌の性質)は、角質層の水分量と皮膚表面に分泌される皮脂の量により、大きく4つのタイプに分けられます。まずは、あなたの肌タイプを知りましょう。

スタート

ほおは固まっていますか?

いいえ | はい

洗顔を、顔に何もつけていないとほおがつっぱりますか? | ほおにうるおい(みずみずしさ)がありますか?

いいえ | はい | いいえ | はい

肌にしっとり感がありますか? | ほおはかさつきやすいですか? | ほおはかさつきやすいですか?

はい | いいえ | はい | いいえ | はい | いいえ

N肌 | D肌 | DO肌 | O肌

資生堂メンズエキスパート

肌タイプの特徴

水分量が多い

水分量が少ない

皮脂量が多い

皮脂量が少ない

資生堂メンズエキスパート

からだの清潔対策

毎日入浴し、からだを清潔にすることが基本です。

デオドラント効果のある洗剤を使用しましょう。
Yシャツは直接肌に着ないで、必ず汗を吸う下着を着用するように心がけましょう。
制汗防臭効果のあるスプレーを使用しましょう。シャワー後の清潔な肌に使用すると効果的です。汗をかいている時は、よく汗を拭き取ってから。

足の清潔対策

足のニオイはエクリン腺から出る汗が原因。足は想像以上にたくさん汗をかき、しかも靴を履くことでムレてしまうので、いつも清潔に保つよう心がけましょう。

- 入浴時、足の指の間まで丹念に洗きましょう。
- 毎日同じ靴を履かず、一度履いた靴は乾燥させてから履きましょう。
- 脱臭剤入りの靴の中敷きや、足用の制汗・防臭スプレーを使用しましょう。
- 合成皮革の靴は通気性が悪いので、革靴を履くようにしましょう。

からだ・足を清潔に保つ化粧品

- ボディークレンジング
肌の汚れ(皮脂・汗・ホコリなど)をすっきりと洗い流し、清潔に。
- 制汗・デオドラント剤
汗や汗のニオイをおさえ、肌をサラサラにします。
- 制汗・デオドラント剤(足用)
汗を吸収し、足のニオイとムレを防ぎます。
- ウェットタオル・ウェットティッシュ
汗のニオイや汚れ、べたつきをしっかりと拭き取ります。

JHI/EIDO

制汗

ボディケアの第一歩は清潔感を保つこと。その清潔感を左右するもののひとつが体臭です。誰にでもあるものですが、制汗・消臭スプレーなどを利用して、他人に不快感を与えないよう心がけることがエチケットです。

汗の正体

汗はエクリン腺とアポクリン腺という、ふたつの汗腺から出ています。

- エクリン腺
生まれた時から顔以外の全身に分布し、手のひらと足の裏に最も多く、その数は出生地の気候に左右されると言われています。ここから出る汗は99%が水分ではば無臭。
- アポクリン腺
わきの下などからだの一部の毛の根元にあり、思春期になると発達。ここから出る汗も本来は無臭ですが、汗に含まれる少量のたんぱく質等を細菌が分解し、いやなニオイの原因に。

〈肌の断面図〉



広井 訓世さん



田中 純子さん

➤ 閉会の辞 <<小椋 副会長>>

➤ 点 鐘



資生堂サンプル品

次回例会のご案内 11月21日(水)

- ・クラブアッセンブリー (5)
- ・地区大会報告 100万\$

担当：会長・幹事

担当/クラブ会報委員会 安藤 武司