



2003 ~ 2004 年度
R I テーマ

Lend a Hand 手を貸そう

四つの重点分野：貧困・健康・識字・ロータリーファミリー

Lend a Hand

国際ロータリー会長 ジョナサン B・マジリアベ(国籍・ナイジェリアカノ)

2720 地区

別府中央ロータリークラブ



例会日 火曜日 12時30分
ところ トキ八別府店 7F ぼたんの間
TEL 23-1111
事務所 別府市西野口町1番1号 青山通りビル3F
〒874-0931 TEL (0977) 23-9000
〒874-0931 FAX (0977) 23-9019
http://www.beppu4rc.jp/chuo/
E-mail:beppu4rc@fat.coara.or.jp

理事 森 宗明 理事 鳴海淳郎 役員 会長 後藤 隆 S A A 中島澄人
" 村津忠久 " 溝部 仁 副会長 森 宗明
" 後藤健介 " 梶田健治 幹事 小川雅代
" 河村貴雄 " 会 計 岩尾昭治

VOL . 16 - 37
2004 年 4 月 20 日

第 725 回 例 会

編集 中島 澄人

点 鐘 12 : 30

体 操 自律神経強化体操

R . S . 手に手つないで

唱 歌 朧月夜

B . G . M . 「日本フィルできく
美しい日本のうた」より
からたちの花
花の街
朧月夜

ゲ ス ト 岩 瀬 公 男氏
(別府東ロータリークラブ
創立25周年記念式典実行委員長)
長 野 善 行氏
(別府東ロータリークラブ
創立25周年記念式典幹事)

会長の時間 会長 後藤 隆

人生には3つの坂があります。『上り坂』・『下り坂』、そして『まさか』という坂です。この世の中、一寸先は闇で何が起こるかわかりません。多くの方は自身の生涯を漠然と右肩上がりにイメージし、困難なことは先送りにする傾向を示すので、ほとんどの人がある日突然危機的な状況に直面し、狼狽してしまうのです。あらゆる場合を想定し、ご自分の人生の危機管理を始めてはいかがでしょうか。

出席報告

委員長 佐藤 民子

本 日 の 出 席	会 員 総 数	24 名
	出 席 者	19 名
	事前メイクアップ	3 名
	理 事 会 承 認	1 名
	出 席 免 除	0 名
席	欠 席 数	1 名
	出 席 率	82.61 %
前 々 回 の 訂 正	出 席 率	86.96 %
	事後メイクアップ	1 名
	理 事 会 承 認	1 名
	出 席 免 除	0 名
4/6	修 正 出 席 率	100 %

連 続 2 回
通 算 660 回 100 %

・メイクアップ

事前 梅津、大島(別府北)、溝部(地区協議会)
事後 鳴海(別府)
欠席 河村

幹事報告 幹事 小川 雅代

- ロータリーの雑誌月間 -

1. 本日の卓話

『ロータリーの雑誌月間に因んで
~ロータリー雑誌から得られるもの~』

鳴海 淳郎 会員

2. 本日のゲスト

岩 瀬 公 男氏



(別府東ロータリークラブ創立25周年記念式典

実行委員長)

ながのよしゆき
長野善行氏

(別府東ロータリークラブ創立25周年記念式典
幹事)

3. 例会変更のお知らせ

玖珠RC 5月6日(木)の例会は、日田RC
C・日田中央RCとの合同例会の
為 4月21日(水)12:30
~ 亀山亭ホテルに日時・場所変更

4. 次週の予定

『ゲスト卓話』 今 香与子さん

5. 本日の回覧

別府八湯温泉泊覧会チケット 希望購入
大阪国際大会・ロータリー100周年のロゴ
記念品(オクトン) 希望購入
くにさきRC 週報

6. 本日の配布

「規定審議会について」

(R情報委員長: 鳴海淳郎)

スマイルボックス 委員長 村津 忠久

岩瀬公男氏・長野善行氏

別府東RC創立25周年記念式典実行委員会
挨拶

後藤会長

岩瀬委員長、長野幹事、中央RCへようこそ。
ごゆっくりどうぞ。

吉富会員

先日、大分合同新聞に掲載された鳴海先生の
「ロータリー物語」発刊の記事を読みました。
すばらしく敬意を表してスマイル致します。

近藤会員

土曜日に扇山GCにておこなわれた大分銀行
北浜会において、アウト35イン39グロス74で
優勝いたしました。イーグル賞、バーディー賞、
ニアピン賞、ベストグロス賞まで獲得して一緒
にまわった人達には少し申しわけない気持があ
りましたが楽しいゴルフでした。

上妻会員

桜の季節も終りいよいよ初夏といたい所
ですが、一気に夏が来たみたいですね。

葉真寺会員

本日は例会とほぼ同時刻に、楠港に関する特
別委員会が開かれます。これも大変大事な事案
ですので、少し早めに退席いたします。

宜しくお願ひします。

平野会員

今日は、ちょっと早めに失礼します。おわび
スマイル。

鳴海会員

ある薬品会社の社内研修でロータリーの話
わたしのホームページも開設して2年半が過
ぎましたが、ロータリー探究は既に140回を超
え、クリニック・レポートは既に90回を超
えました。その結果、APUの学生さんをはじめ、
いろいろな方にみていただいておりますが、ク
リニック・レポートでは、とくに薬品会社の注
目するところとなり、しばしば請われて社内研
修のために皮膚科診療に関する話をさせてい
ただいております。

ところが、ごく最近、ある薬品会社よりロー
タリーに関する話の依頼があり、思いもよら
ないことが起こりました。

このようなことで、去る4月15日、別府市
内のホテルで研修会が開かれましたが、それに
先立ち、たまたま出来上がったばかりの「ロー
タリー物語」を社員の皆さんにお贈りしたと
ころ、早速読書会を開いて幾つかの質問をいた
だきました。

わたしはこの質問に一つ一つ答えているうち
に、例によって感涙に咽んでしまいました。

10人程度の集まりでしたが、一人一人の熱
心さに、嘗て味わったことのない一時間でした。

研修後2、3日して、丁寧な感想とまとめを
いただきましたが、わたしはこれを読んで、ま
たとない感動を覚えた次第でした。

村津会員

別府市制80周年記念式典が、一昨日別府ア
リーナに於て開催され、陸上自衛隊別府駐屯地
音楽訓練隊のプラスと共に、私共「B混記念合
唱団クールあおやま」が出演し、式典に華を添
えることが出来ました。

同式典にて「一気登山大会の育成」で私が、「長
年の市民生活への寄与」で別府市民合唱協会が
表彰されました。これからの更なる精進を期
してスマイル。

健康増進委員会

「食塩多用の怖さとニガリの効用」

健康増進委員長 村津 忠久
塩分の摂り過ぎが腎臓機能障害の原因になる事

は皆様既によく御存知だと思います。私は約50年前、その様な医学常識に無知だった為に、腎臓・心臓・肝臓をボロボロに痛め、村橋善高先生（元・当クラブ会員・故人）に御世話になり、その後、食事と生活習慣を改善して健康を回復致しました。

数年前から老化による免疫力の低下を防ぐ為に、「EMX」（健康飲料）を飲用しておりますが、同じ製造元から市販されている「蘇生海塩」の併用を薦められ、昨年6月から約2ヶ月間、日量0.5グラムを毎日服用した処、クレアチニン（腎臓機能を見る数値）が0.2上昇して1.0となりました為に服用を中止。元の0.8に戻るのに4ヶ月を要しました。

「ニガリ」に就いては近年頓にその効用が喧伝されておりますが、偶々、昨年11月より東京うどんの麺づくりに、かなりの量の「ニガリ」を使用するようになりましたので、この「ニガリ」が人体に与える影響を、私の身体で服用実験をせねばと思い、今年の1月から、1回2～3グラムを1日数回（日量10g～20g）飲用することに致しました。

「ニガリ」の成分表ではNaCl（塩）は0となっておりますが、何分、海の水が原料ですし、薄めて飲んで苦味とともに幾分の辛味を感じますので、血液検査までは、正直なところ、心配でした。

約3ヶ月「ニガリ」服用の後、4月16日の血液検査でクレアチニンは0.8のままです。

ひき続き毎日「ニガリ」を飲用しておりますが、快眠・快食・快便に変化はありません。ダイエットにも効果ありと書かれたものもありますが、私の場合、まだ今の所減量なしです。

例年1月～3月の杉花粉シーズンには花粉症に悩まされ、耳鼻科医院処方「レミカット錠」を服用してしのぎますが、「ニガリ」の効用か？今年「レミカット錠」の服用回数が少なくてすみました。

「ニガリ」はこのまま飲用を継続し、更に2ヶ月後の血液検査の結果を、又御報告したいと思います。

卓 話

『ロータリーの雑誌月間に因んで
～ロータリー雑誌から得られるもの～』
鳴 海 淳 郎
4月は「ロータリーの雑誌月間」です。 世界中

のロータリアンにとって不可欠な情報源であるロータリー雑誌の重要性を認識する特別月間です。

Eメールとインターネットが通信手段として人気が高めていますが、殆どのロータリアンにとって主たる情報源はまだ印刷物です。このため、ロータリーの雑誌月間はロータリアン誌や地域雑誌を見直すよい機会と言えましょう。

ロータリーの雑誌について

ロータリーの雑誌には国際ロータリーの公式機関誌であるロータリアン誌(The Rotarian)と、RI理事会が承認した公式地域雑誌があります。

そして、「ロータリー・クラブの会員は、会員身分を保持する限りこのロータリー雑誌を有料で購読しなければならない」ことになっています。

ロータリアン誌

ロータリアン誌は1911年以来発行されている公式機関誌で、毎月約50万部が発行されており、大部分はアメリカ合衆国で印刷され、199の国や地域の読者に郵送されています。

地域雑誌

既に24ヶ国語で発行されている30の地域雑誌は、129ヶ国で約75万のロータリアンに定期的に購読されています。

これらの雑誌は、公式ニュースの発表、RI理事会や財団管理委員会の決定事項の抄録、有意義なクラブ・プロジェクトやRI会長メッセージなど、ロータリーのイメージを紹介することを継続的使命としています。

また、RIウェブサイトでは、これら30の地域雑誌のすべてが紹介されています。

この中で日本の「ロータリーの友」も紹介されていますが、2003年1月に創刊50周年を迎えた「ロータリーの友」は、日本のロータリアン約11万人が購読義務を有する雑誌で、公式地域雑誌の中では最も発行部数の多い雑誌です。（最近の発行部数は115,000部）

ロータリー・ワールド・マガジン・プレス

2002年11月のRI理事会で、30の地域雑誌とロータリアン誌を総称して「ROTARY WORLD MAGAZINE PRESS」と呼ぶことが決まりました。

ロータリーの雑誌から得られるもの

ロータリーの雑誌から得られた数々の感動・インスピレーション



* Every Month Is Magazine Month - all around the world !

Rotary 's network of magazines (THE ROTARIAN / APRIL , 1990)

毎月が雑誌月間

* ROTARIANS READ THE ROTARIAN

ロータリアンはロータリアン誌を読む

* YOU ARE NOT ALONE

Somewhere right now on the other side of the world...

Someone else is reading THE ROTARIAN

あなたは一人ぼっちではない。

たった今、世界のどこかで誰かがロータリアン誌を読んでいる。

* Messengers of the good word

With one voice , 27 regional magazines reflect Rotary 's true image . (THE ROTARIAN / APRIL , 1991)

27の地域雑誌が声を一つにロータリーの真のイメージを反映している。

* YOUR MAGAZINE : DON 'T WASTE IT

Too many Rotarians are neglecting a valuable resource...

(THE ROTARIAN / APRIL , 1994)

多くのロータリアンがこの貴重な資源をおろそかにしている。

ロータリー雑誌から得られた何時までも心に残る言葉 - ついに私に定着したもの

* To dream a new dream(ロータリアン誌: 10月号、64頁、1990年)

1990年6月、ロータリー財団管理委員会の会合におけるポリオ・プラス・プログラムに関する新声明より。... ポリオを単に制圧するのではなく、根絶するという新しい夢

* To know is to love (Rotary Wisdom R I 1991)

最後をかざる湯浅RI元副会長のエッセーの中から... 学生時代より好きだった言葉。

* Diving into Rotary (ロータリアン誌: 10月号、54頁、1990年)

コスタ会長の熱っぽく語った言葉。「真剣になってロータリーに飛び込んで下さい。そこで見つけた不思議なもので、ご自分の人生とまわりの世界を豊かにして下さい」(『友』では「珠は自分のなかに」として紹介さ

れている)

ロータリーの雑誌から世界を見る

ロータリーの雑誌がなかったら、私たちは、世界中のロータリーで行われている、さまざまな活動を知ることはできません。

わたし達は自分の部屋にいながらにして国際協議会や国際大会の内容や光景を知ることができ、RI会長とともにロータリー世界を旅行し、数千マイルはなれた場所で行われている素晴らしいロータリー・プロジェクトをも知ることができ、ロータリー雑誌の紙面を通してロータリーを楽しむことができます。

ロータリーの雑誌の中に、ロータリーの心を見つける

以上のごとく、ロータリーの雑誌はロータリアンには欠かせない食事であり、わけても『ロータリーの友』は日本のロータリアンにとっては不可欠の栄養源であります。

ロータリーの友委員会で如何にいいメニューを考え、ご馳走を用意しても、これを食べる人に食欲がおきなければ駄目であります。

会員一人一人がロータリーに前向きになり、読む、聞く、体験するなどして一度ロータリーにぶつかり、『ロータリーの友』の中にロータリーの心を見つけることが大切です。そうすると、それなりに何らかの感動が得られ、更にもう一步突っ込んで知ろうとするようになります。

既に故人になられた湯浅元RI副会長(「友」委員会特別顧問)が学生時代から好きであった“ To know is to love ” という言葉のように、ロータリーを知れば知るほど、ロータリーが好きになるのではないのでしょうか。

わたしは幸いにも「友」委員会合同会議で先生に何回かお会いする機会があり、このことを確認することが出来ました。

こうすることによって自然とロータリーが身につき、キング前会長のいう本当のロータリアン(The Real Rotarian) になれるものと思います。

4月はロータリーの雑誌にスポットをあて、ロータリアンの注意を向ける特別な機会です。

毎月定期的に個々のロータリアンに直接届けられる貴重な情報源である『ロータリーの友』を読み、討論したり、ロータリアン以外の人に贈呈したりするのに時間は問いません。

毎月が雑誌月間というわけでありませぬ。

“ Every Month Is Magazine Month . ”