



2007 ~ 2008 年度  
R I テーマ

# ROTARY SHARES

## ロータリーは分かちあいの心

国際ロータリー会長 ウィルフリッド J. ウィルキンソン(国籍・カナダ)

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  
 FAX (0977) 23-9019  
<http://www.beppu4rc.jp/chuo/>  
 E-mail: info@beppu4rc.jp

理事	平野英壽	理事	梶田健治	役員	会長	森 宗明	S A A	上妻 浩
"	村津忠久	"	河村貴雄	副会長	副会長	平野英壽	直前会長	上妻 浩
"	津末美代子	"	後藤孝弘	幹事	幹事	大島由美子		
"	後藤 隆			会計	会計	近藤賢司		

VOL . 20 - 20  
2007年12月4日

## 第 892 回 例 会

会報委員長 徳丸 一郎

点 鐘 12 : 30

体 操 自律神経強化体操

国 歌 君ヶ代

R S 奉仕の理想

唱 歌 七つの子

B. G. M 「喜多郎の魂霊」より  
雷神  
ザ・ピギニング  
マンダラ 他

### 出席報告 委員長 中島 澄人

本日の出席	会員総数	22名
	出席者	11名
	事前メイクアップ	0名
	理事会承認	1名
	出席免除	0名
	欠席数	10名
	出席率	52.38%
前々回の訂正	出席率	63.64%
	事後メイクアップ	1名
	理事会承認	0名
	出席免除	0名
11/20	修正出席率	77.27%
	連続	0回
	通算	730回 100%

### 会長の時間

会長 森 宗明

皆さんご存知、進化論のダーウィンが「最も強い者が生き残るのではなく、最も賢い者が生き残るのでもない。唯一生き残るのは、変化できるものである」と言ったのはよく聞く話ですが、最近如実にこのことを実感として感じています。世に言う「老舗」が今いろんな業種で姿を消しています。その殆どは古い体質を捨てきれないことが一番の原因のようです。

ここで言う「変化」とはただ周囲に合わせてころころ変わると言う意味ではありません。たとえば企業であれば、自社の強み、核になるところはきちんと把握した上で周囲の状況にあわせて変化させて行くと言うことだと思います。今日は八百

### ・メイクアップ

事前  
 事後 鳴海(メジャードナー感謝午餐会)  
 欠席 平野、溝部、大島、徳丸、後藤(孝)、高田、梶田、亀井、津末、河村

屋、明日は電気屋ということではありません。

ではロータリークラブではどうでしょうか。

100年の歴史をつぶさにみただけではありませんが、実にうまく時代に即応しているようです。だからこそ100年栄えたのでしょう。例えばクラブリーダーシッププランもそのひとつかも知れませんが、いま検討中の当クラブの細則についてもしかり、あまり規律にとらわれることなく、な



おかつ基本である、推奨細則にはできるだけ沿うように、この相反する課題に取り組みます。生き残るための変化、繁栄のための改革でなければなりません。

宇佐RC 12月20日(木)の例会はクラブ協議会・年次総会の為 同日18:30~「かんぼの郷宇佐」に時間・場所変更

**幹事報告**

幹事 大島由美子

- 家族月間 -

1. 本日の卓話

「会員卓話」 中島澄人会員

2. 喪中につき、年末年始のご挨拶はご遠慮させていただきます。

・後藤孝弘会員(ご尊父様)

3. 12月2日(日)19:00~トキハ別府店・マーガレットに於いて、「歴代会長・幹事会」を開催致しました。

出席者: 鳴海淳郎、村津忠久、桜田健治、溝部仁、森宗明、平野英壽、上妻浩、近藤賢司、大島由美子、木村きぬ系各会員

4. 例会変更のお知らせ

中津中央RC 12月18日(火)の例会は、3クラブ合同例会の為 12月19日(水)18:30~グランプラザ中津ホテルに時間変更

大分キャピタルRC 12月19日(水)の例会は、クリスマス家族例会の為 同日18:30~ザクラブオブエクセレントアヴェニューに場所変更

中津RC 12月19日(水)の例会は、3クラブ合同例会の為 同日18:30~グランプラザ中津ホテルに時間変更

湯布院RC 12月19日(水)の例会は、忘年会の為 同日18:30~時間・場所変更(場所未定)

中津平成RC 12月20日(木)の例会は、3クラブ合同例会の為 12月19日(水)18:30~グランプラザ中津ホテルに日時・時間変更

別府東RC 12月20日(木)の例会は職場例会の為 同日12:30~(株)三洋産業に場所変更

5. 次週の予定

『年次総会』

「会員コラム」津末美代子会員

(原稿をお願いいたします。)

6. 本日の回覧

「忘年会」出・欠席

「新年家族会」出・欠席

「別府宵酔女まつり」協賛募金箱

「しめ縄申込み書」

7. 本日の配布

週報 891

ロータリーの友12月号

ガバナー月信12月号

「ロバートS・スコット ロータリー財団管理委員長の固い決意」

鳴海淳郎R情報委員長

**スマイルボックス**

委員長 赤嶺 リサ

森会長

いよいよ12月「師走」です。今日は皆さん忙しいのでしょうか。人数が少なくてちょっと寂しいですが、よろしく願います。

高宮会員

中島澄人会員、本日の卓話を楽しみにしています。

村津会員

シンフォニー(交響曲)記念日に因んで、明日の午後、OBラジオに、7分間ほど電話出演を致します。12月16日(日)に迫った「第九の夕べ」の宣伝にもなるかと喜んでおります。感謝してスマイル。

上妻会員

12月らしく昨日からかなり寒くなりましたね。インフルエンザには十分注意しましょう。中島会員、本日の卓話、よろしく願います。

近藤会員

別府よいよい女祭を見に行きました。特に芸者衆が私ごのみでした。それで私も共賛して飲みに出かけましたら、深夜に後藤隆会員に会ってしまって、また遅く帰宅してしまいました。

後藤(隆)会員

寂しいので一口。

木村会員

朝寒い中、15分待って皇太子様を見るのに道路に出ている。品が良く、かわいい皇太子様を見て心満足、少し考えてみた。自分勝手に出来ない人、いつも人に見られて、にこやかな顔していなければならない、きついだろうナー、少しかわいそう。

衛藤会員

いよいよ師走、カレンダーも一枚となり何かと慌ただしくなりそうです。

今日の卓話、中島会員のお話、楽しみにしています。

赤嶺会員

昨日より開催されています水サミット。海外からの沢山の来賓を別府にお迎えし、国を代表して皇太子様もお見えになられ、素晴らしい大会となった様です。その会場で、私の長女が学校代表としてお茶席でのお手伝いをさせて頂き、目の前で皇太子様とお会い出来た様で、娘にとって素晴らしい経験になった様です。

お茶を始めて8年になりますが、一生に二度とない思い出でした。感謝してスマイル。

卓話

中島 澄人

### 88才の米寿を迎えて

私の小学生の頃は、人生50年の時代でした。

教科書にのっていた歌を今でも思い出しますが、「村の渡しの船頭さんは今年60のお爺さん 年をとっても櫓を漕ぐ時は元気



いっぱい櫓がしなる やれギッチラ ギッチラ

ギッチラコ」それが現在80才の時代を迎えました。男子79才、女性85.81才の平均年齢です。100才以上の方が別府で男10名、女36名、計46名です。女性が断然多いのはなぜでせう。

11月25日、熊本の長男夫婦、別府の二男夫婦、北九州の長女夫婦が別府へ集って私の米寿、家内の傘寿を祝って宴会の席を設け大いに盛り上がりました。私も88才迄元気で生活して来ましたが、これから先何年生きられるか、もし亡くなったら家族葬にし、遺骨は郷里の先祖代々の墓地に合祀して欲しいと要望しました。当墓地は熊本県八代市鏡町の氷河の堤防の近くの田を埋めて氷河の中州を買い取り砂利を馬車にて運び高さ5m広さ30平方m、周りを石垣で囲い正面に日露戦争で戦死した忠伍叔父の墓、その後先祖の墓ずらりと三列並べ、最後に遺骨収納塔があります。小学生の頃近所の子供達戦争ごっこをしよう、忠伍さんへいこうと竹棒を持って鉄砲に見立て、墓地の上と下に陣取り駆け廻って遊んだものでした。

私は平成3年に中央ロータリークラブに入会しましたが、当時村橋善高先生が健康増進委員長として健康のことで色々お話戴きました。これは良い、実行に移さねばと早速実行に移しました。その中の何例かを記してみます。



#### 前立腺肥大防止に

亀の子タワシで会陰部、両鼠蹊部、膀胱部、膀胱上部を毎日朝、夕お風呂に浴った時マッサージしています。ついでに頭から足の裏まで擦っていますが気持ちいいですね。

又、お酒は局部を鬱血させて前立腺を肥大させるそうで、禁酒を励行しています。

#### 足を使う

毎日1万歩を目標にしている。エレベータ、エスカレーターは使はないと云ふ事で、毎日歩く事に気を使っています。エレベータ、エスカレーターは特別急ぐ時以外は階段を歩く事にしています。

#### 老化予防

癌予防にビタミンEを食べなさい、緑茶にビタミンEが含まれているが、熱湯にては抽出できない、茶を食べた方が良くということで朝食に毎日緑茶の使用済み茶殻をスキムミルク、チーズ、ニンニク、リンゴ、バナナ、大根を細かくきざんで混ぜ合わせ、ドングリに山盛りにして、紅茶、パンと一緒に食べています。

#### 足裏の健康に素足で歩きなさい

水平足踏、なわ飛びが良い。

毎日朝食前、素足になって木剣の素振り100回、腕立て50回、なわ無し飛び100回、足踏100回、柔軟運動等10組を行って食事にかかります。朝食が美味しいですね。

#### 風邪の予防

私は70才以降風邪をひきません。風邪の菌は喉の奥の粘膜に定着するとどんどん繁殖し、食道を通じて肺やその他へ拡がり色々悪さをします。喉の奥の粘膜を嗽い綺麗にする事一緒に舌の奥も歯ブラシで磨いて嗽いで綺麗にします。朝起きて直ぐ、夜寝る前に1回朝昼夜の食事後一日に計5回は歯磨き嗽いを缺かせません。風邪は寒いから引くのでは無いと思います。

これから先何年現役でお店の仕事ができるか社長の正昭と二人三脚でがんばりませう。

### 会員コラム

高宮 勝美

#### 孫の運動会

透き通る青空に向かい、小さな掌を精一杯挙げて「園児宣誓」をしている幼子。

私は彼女を誇らしげに見つめていた。

「もうすぐ2歳になるのに上手に歩けない」

「来月から幼稚園なのに、まだオムツがとれない」

「お箸をうまく使えない」

「言葉が聞き取りにくい」

初孫の成長を妻と毎日のように心配していた。

その記憶が昨日の事のように思い出される。

そんな彼女の少し甲高く、元気いっぱいな声が、今、多くの人々の胸に「感動」として響き渡っている。

来年、この子は小学校入学、次の孫は幼稚園入園、更に3番目の孫は保育園年中組。

来る年の運動会シーズンは大忙しだ。

逸る気持ちを抑え、私は空を見上げた。

今回は、津末美代子会員です。