

沼津西ロータリークラブ週報



奉仕を通じて平和を

2012~2013 年度
第 22 卷 25 号
2013 年 1 月 10 日

● クラブテーマ ●

職業奉仕を通じてロータリアン同士のつながり!!

■■ 本日のプログラム ■■

■ 年男・年女の抱負 巳年会員 ■

例会場：ニューウェルソピア沼津 例会日：毎週木曜日
12:30点鐘 (第三木曜日-18:30)

事務局●TEL&FAX 055-967-2152
事務担当者●川口恵美
Email●numawestrc@ny.thn.ne.jp

◆◆第 1025 例会 会長挨拶◆◆

宮口雅仁 会長

新年明けましておめでとうございます。
皆様方におかれましては、希望に満ちた輝かしい
新年をお迎えのことと心よりお慶び申し上げます。
2012-2013年度沼津西ロータリー・クラブ会長を
努めさせていただいて半年が「あっ」というまに経過
いたしました。

今年度会長テーマ（職業奉仕を通じてロータリアン
同士のつながりを）にむかって残り半年となりました。

私たちが一番気がかりな地域経済、景気に目を向
けますと中々明るい兆しが見えず、先行きも厳しい
状況が続くことが予想されます。一日も早い景気の
回復と政治の安定・世界平和を望むものでありま
す。私達ロータリアンは、職業・企業を通じて社会
に尽くす、奉仕することが基本理念であります。お
互いロータリアンが切磋琢磨し、すばらしい企業活
動、地域活動が出来れば良いと思います。

「巳」（み、し）という字は、胎児の形を表した
象形文字で、蛇が冬眠から覚めて地上にはい出す姿
を表しているとも言われ、「起こる、始まる、定ま
る」などの意味があります。

「巳」を動物にあてはめると「蛇」になります
が、古来より、蛇は信仰の対象となっており、谷神
（やとのかみ。谷や低湿地を司る）、豊穰神、天候
神などとして崇められてきました。祭祀や祀りごと
の「祀」に「巳」が用いられているのは、「祀」と
は自然神を祀ることをいい、自然神の代表的な神格
が巳（蛇）だったからです。

また、蛇は脱皮をすることから「復活と再生」を
連想させ、餌を食べなくても長く生きることから
「神の使い」として崇められ、全国各地に蛇神を
祀っている神社があります。たとえば、七福神のひ
とつである「弁財天」は蓄財と芸能の女神ですが、
蛇の形をした神として祀られていることも多いで
す。また、蛇の抜け殻を財布に入れて蓄財を願うな
ど、お守りにする風習が今でもみられます。

巳の特徴は探究心と情熱。蛇は執念深いとされて
いますが、恩を忘れず、助けてくれた人には恩返し
をされると言われています。

今年は巳年です。十二支の中で唯一脱皮をする動
物であります。まさに再生・復活のシンボル。日本
経済にとって、今年が復活の素晴らしい一年になり
ますことを心からご祈念申しまして、新春にあたっ
てのご挨拶とさせていただきます。

1月のプログラム

1026回 18:30	菊屋 新年会 移動・夜間例会
1月17日(木)	
1027回 12:30	ニューウェルソピア沼津 クラブ協議会
1月24日(木)	上期活動報告
1028回 12:30	ニューウェルソピア沼津 会員卓話
1月31日(木)	伊縫文哉君

2月のプログラム

1029回 13:30	ホテルグランド富士 静岡第3分区IM
2月09日(土)	移動例会
1030回 12:30	ニューウェルソピア沼津 外部卓話
2月14日(木)	水戸宏様 理事会
1031回 18:30	ニューウェルソピア沼津 2クラブ合同例会
2月21日(木)	夜間例会
1032回 12:30	ニューウェルソピア沼津 会員卓話
2月28日(木)	名古屋良輔君

クラブ管理運営委員会

★出席報告（会員総数21名）

例会	会員数	出席数	MU	出席率
1025回	20名	17名	-	85.00%
1023回	21名	18名	1名	90.48%

●欠席者(3名)

伊縫文哉、本村文一、成田みちよ

●他クラブへの出席者

重光 純(12/21 沼津RC)

●スマイル報告

1. 芹澤貞治：誕生日のお祝い有難うございます。
2. 栗原侑男：家族の誕生日のお祝い有難うございま
す。
3. 田村治義：入会記念日のお祝い有難うございます。
4. 宮口雅仁：明けまして、おめでとうございます。
後半分、がんばりますので、宜しくお願い致します。
5. 久松 但：新年明けまして、おめでとうございます。
下期もご協力、お願いします。
6. 渡邊亀一：新年明けましておめでとうございます。
本年もよろしくお願いします。
7. 名古屋良輔：一年間、よろしく申し上げます。

会 長	宮口雅仁	幹 事	久松 但
広報委員長	重光 純	編 集 者	重光 純

8. 鈴木泰次：明けましておめでとうございます。本年もよろしくお祈りします。
9. 植松 正：明けましておめでとうございます。本年もよろしくお祈りします。
10. 井上武雄：新年、おめでとうございます。
11. 栗原侑男：明けましておめでとうございます。本年もよろしくお祈りします。
12. 田村治義：新年おめでとうございます。今年もよろしくお祈りいたします。
13. 芹澤貞治：今年も宜しくお祈りいたします。
14. 杉山真一：明けましておめでとうございます。本年もよろしくお祈りします。
15. 鈴木良則：新年、おめでとうございます。所用につき、早退させていただきます。
16. 宮島賢次：明けましておめでとうございます。本年もよろしくお祈りします。
17. 重光 純：本年もよろしくお祈りします。
18. 芹澤和子：明けましておめでとうございます。本年もよろしくお祈りします。

- ⑤外部卓話（2月14日）の謝礼について
プログラム委員会の予算より規定どおり支出。
- ⑥2520地区より 仙台空港に各クラブのバナーで装飾オブジェを創るためのバナーの送付要請有り。
バナーを送る事とする。
- ⑦帯笑園保存会より、支援の依頼
支援する。

年男・年女の抱負



名古良輔君

今年で還暦になります。ちょうど干支を一周りして、生まれた時の自分に立ち返る、あるいは生まれ変わるのが還暦でしょうか。自分が還暦を迎えるのは夢にも思いませんでした。せっかく生まれ変わるのだから自分がこれまでできなかったこと、そして今後の自分の人生をより豊かにしてくれるものに挑戦しようと昨年決意しました。それがフルマラソン完走なのです。長距離走が大の苦手の自分には夢の様な話ですが、足腰の衰えという避けがたい老後の難問への挑戦でもあります。何とかゴールにたどり着けるように精進を重ねるつもりです。



尾島康夫君

今年の4月で60歳になります。単身赴任が、6年8ヶ月。沼津に着任して4年6ヶ月になります。単身赴任は、これからしばらく続きそうですので健康に留意して過ごしたいと思っています。
孫は、5歳、2歳、6ヶ月の3人に恵まれています。最近体力の衰えを感じる時もありますが、息子達には、まだゴルフで負けていないので目標とされるように努めたいと思います。



芹澤和子君

歳を重ね、沢山のひとと出会い、沢山の事を学び、沢山の幸せをいただきました。
私は常に、自分の事と同じ様に他人の事を考えられるか？自分を愛するように他人を愛せるか？と、仕事も仕事以外も自分に問います。本当に難しく反省の連続です。地位的にも、精神的にもはるか上のロータリーメンバーに背伸びして育てていただき、近づく様、努力をして、私の天性の頭の軽さと明るさで活動いたします。そして、2年先の新しい目標に向かいます。生きている限り目標を立て、向かいます。

幹事報告

1. 他クラブの例会変更等

- ①富士宮ロータリークラブ
1月25日（金） 富士山ローターアクトクラブと
合同例会 19:30点鐘

2. 報告・連絡事項

- ①次週は、菊屋にて新年会です。お間違えのないように、お越してください。
- ②本日は、理事会があります、理事の方は宜しくお祈りします。
- ③1月24日の上期活動報告を、本日中に、幹事または事務局へ、ご提出ください。
- ④1月のロータリーレートは1ドル=82円と本部より連絡がありました。
- ⑤下期会費の納入を今月中にお願いします。

理事会報告

1. 報告事項

日本盲導犬協会（富士ハーネス）が例会で盲導犬のデモンストレーションを行ってくれることとなりました。クリスマス例会の寄付金は、この際にお渡しします。日程については、現在調整中です。

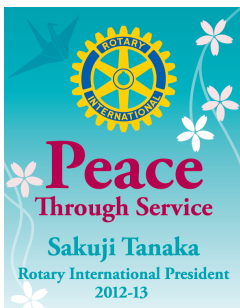
2. 協議事項

- ①2月のプログラムについて クラブ管理運営委員長 本村文一君、プログラム担当 芹澤貞治君
提案のとおり承認
- ②2クラブ合同例会について
進行を一部変更して承認
- ③ロータリー財団寄付（ポールハリスフェロー・ベネファクター）について
今月中に送金する。
- ④IMの交通手段について
個人負担とする。

-----12月分出席一覧-----

久松（ ③ ）	井上（ ③ ）	伊縫（ 1、 1 ）	栗原（ ③ ）	宮島（ 2、 1 ）	宮口（ ③ ）	本村（ ③ ）
名古（ ③ ）	成田（ 2 ）	大村（ 1 ）	尾島（ ③ ）	芹澤貞（ ③ ）	芹澤和（ ③ ）	重光（ 2、 1 ）
杉山真（③）+1	鈴木博（ ③ ）	鈴木泰（ 2、 1 ）	鈴木良（ 2 ）	田村（ ③ ）	植松（ ③ ）	渡邊（ ③ ）
				例会出席% 85.71 %	地区報告% 92.06 %	

氏名(ホームクラブ出席数、他クラブ出席数)+超過出席数。丸数字はホームクラブ出席100%を示す。



沼津西ロータリークラブ週報



奉仕を通じて平和を

2012～2013 年度
第 22 巻 26 号
2013 年 1 月 17 日

● クラブテーマ ●
職業奉仕を通じてロータリアン同士のつながり!!

■■ 本日のプログラム ■■
■ 菊屋 新年会 クラブ管理運営委員会 ■

例会場：ニューウェルソニア沼津 例会日：毎週木曜日
12:30点鐘 (第三木曜日-18:30)
事務局●TEL&FAX 055-967-2152
事務担当者●川口恵美
Email●numawestrc@ny.thn.ne.jp

◆◆第 1026 例会 会長挨拶◆◆

宮口雅仁 会長

今日は沼津西ロータリークラブの2013年度新年会です。

会員候補者の皆様、今日はお酒の場ですので、出来るだけ多くの会員と交流を深め楽しんでください。

ロータリークラブに入会しますと、その瞬間からあなたはロータリークラブ会員という多くの信頼できる友人を得ることが出来ます。そして世界中どここのロータリークラブの例会にも出席する権利を持つことができます。

ロータリークラブの奉仕の原点は職業奉仕にあります。自らの職業を貫徹することが地域社会に貢献することと考えています。貴方の職業を、より価値あるものに高めるために、仲間のロータリアン達はきっと力になってくれるでしょう。

すべてのロータリークラブ会員に共通していること、それは、行動を起こすことです。地域のボランティアとして、助けを必要としている人々を支援しています。何かを創り出し、支援し、組織することを通じて、人々の生活向上をお手伝いしています。活動は、地元にとどまらず、海外でも数多く展開されています。

ロータリークラブに入会しての利点は何でしょうか？

ロータリークラブは、その会員組織が常に時代に即し、地域社会のビジネスや職業、専門的関心の進歩的な代表となるよう努めています。ロータリークラブの会員には数々の恩典が与えられます。地域社会の改善に貢献する。指導者としての技能を磨く。国際的な人道的問題を理解し、影響を与える。地域社会やビジネスのリーダーとの関係を築く。また、どのロータリークラブの例会にも出席し

て、世界中のロータリアンと親しみあい、その啓発を受ける特権が保障されています。

ロータリークラブは1905年2月、アメリカイリノイ州のシカゴに誕生しました。弁護士のポール・ハリスがその創始者です。

彼は友人である石炭商のシルベスター・シール、鋳山技師のガスターバス・ローアそして洋服商のハイラム・ショーレーと会合を持ち事業関係でつきあいのあるもの同士の親睦を図ろうとしました。会員の職場で輪番に会合を開いていたことから、そのクラブはロータリーという名称をつけました。

誕生から107年ロータリークラブは様々な地域で様々な奉仕活動を行ってきました。

私達は今日、お越しになられた会員候補者の方々と一緒にこのロータリークラブの中で親睦と奉仕に向かって手をつなぐ日が必ず来ることを期待しています。

1月のプログラム

1027回	12:30	ニューウェルソニア沼津	クラブ協議会
1月24日(木)		上期活動報告	
1028回	12:30	ニューウェルソニア沼津	会員卓話
1月31日(木)		伊縫文哉君	

2月のプログラム

1029回	13:30	ホテルグランド富士	静岡第3分区IM
2月09日(土)		移動例会	
1030回	12:30	ニューウェルソニア沼津	外部卓話
2月14日(木)		水戸宏様	理事会
1031回	18:30	ニューウェルソニア沼津	2クラブ合同例会
2月21日(木)		夜間例会	
1032回	12:30	ニューウェルソニア沼津	会員卓話
2月28日(木)		名古屋良輔君	

会 長	宮口雅仁	幹 事	久松 但
広報委員長	重光 純	編 集 者	重光 純

クラブ管理運営委員会

★出席報告（会員総数21名）

例会	会員数	出席数	MU	出席率
1026回	20名	17名	-	85.00%
1024回	21名	17名	2名	90.48%

●ゲスト

1. 鶴田龍聖様：蓮久寺、御前様
2. 海老澤昇様：(有)海老鮮、代表取締役
3. 久保格一様：(株)損害保険ジャパン、沼津自動車営業課、課長

●欠席者(3名)

鈴木良則、渡邊亀一、成田みちよ

●スマイル報告

1. 鶴田龍聖様（蓮久寺：御前様）：スマイルをいただきました。
2. 宮島賢次：ゲストの皆さん、ようこそ、いっらしやいました。
3. 久松 但：新年会、楽しみましょう。
4. 尾島康夫：先週、新年のスマイルを忘れました。よろしくお願いします。



乾杯の音頭は鈴木泰次君



会員一人一人が今年の抱負を述べました

幹事報告

1. 他クラブの例会変更等

- ①富士宮ロータリークラブ
02月11日（月）祝日休会
- ②吉原ロータリークラブ
02月07日（木）→09日（土）静岡第3分区IM
02月21日（木）夜間例会 MUは11:30-12:30
ホワイトパレスフロントにて
- ③沼津柿田川ロータリークラブ
02月11日（月）→祝日休会
02月18日（月）→21日（木）沼津西RC合同例会

2. 連絡事項

- ①理事会報告を週報で、ご確認ください。



会員候補者も加わっての手に手つないで

新年会

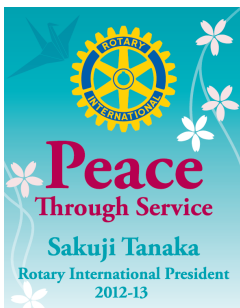
菊屋での新年会は、3名の会員候補者の方々を迎え、楽しいひとときを過ごすことができました。



栗原侑男君の開会の挨拶



閉会の挨拶は尾島康夫君



沼津西ロータリークラブ週報



奉仕を通じて平和を

2012～2013 年度
第 22 巻 27 号
2013 年 1 月 24 日

● クラブテーマ ●

職業奉仕を通じてロータリアン同士のつながり!!

■■ 本日のプログラム ■■

■ クラブ協議会④ 上期活動報告 ■

例会場：ニューウェルサンプア沼津 例会日：毎週木曜日
12:30点鐘 (第三木曜日-18:30)

事務局●TEL&FAX 055-967-2152
事務担当者●川口恵美
Email●numawestrc@ny.thn.ne.jp

◆◆第1027例会 会長挨拶◆◆

宮口雅仁 会長

「幸せになりたい！」これは誰もが願うこと
でしょう。

ですが、ひと口に「幸福」といっても、幸福の
形は人それぞれ。

みなさんは、何がどのような状態だと「幸福」
を感じることができるのでしょうか？
女性が結婚相手の条件によく挙げる「年収（収入
）」について。

「年収」が高ければ高いほど「幸福感」を抱きや
すくなるという確かな相関があります。
ですがこの相関は、一定の年収以上になるとなく
なります。この金額は、約600万円です。この先
は、いくら年収が高くても幸福感は上がりません。
「幸福はお金で買えない」という俗説は、ある意
味で正しいそうです。

では何がもっとも深く幸福感に関係するのかと
いうと、それは「家族」だそうです。良好な家族
関係が幸福感の主要な源です。

幸福感が家族にとって重要なのは、人類がここ
数百万年も（おそらく400年以上）、家族を形
成するという形態をとってきたためです。

既婚者は未婚者に比べて幸福感をより感じるこ
とがわかっています。また、結婚生活にはスト
レスが付きものですが、夫婦間での“適度な”ス
トレスは脳機能を高め認知症の予防にもなると言
われています。

ですが、実は結婚による幸福の感じ方には男女
差があるのです。例えば共働きの場合、男性の年
収が女性より多いほうが結婚生活はうまくいそ
うです。

また、夫からのサポート（家事手伝いなど）は
あったほうが良いことは間違いないのですが、サ
ポートはほどほどがよく、あまりサポートされず
ぎると結婚生活の満足度は下がります。妻から夫
へのサポートのしすぎも同様ですが、夫婦関係に
関する多くの研究をみると、意外にも夫から妻へ
のサポートのしすぎはもっとよくないというデー
タがあります。

楽観的で“ごきげん”な気持ちを持ち続けている
人は平均7.5年から10年長生きする、という研

究報告もあります。

健康や病気の予防のために、食事に気をつけたり、
意識的に運動を取り入れたりと、生活習慣に
気をつかっている人は多いはず。
でも、同じ食事をして、同じような生活習慣を持
っていても、心のありよう次第で寿命が変わると
したら？

今年、「若年から喫煙を続けている人は平均約
10年寿命が短くなる」という日本人に関する喫煙
者の長期観察研究の結果が発表されましたが「ハ
ッピー」は、
これほど健康被害が甚大な喫煙の影響も帳消しに
するくらい強力かもしれないということになります。

仕事やプライベートで多くのストレスや悩みを
抱える現代人。「くよくよしてもしょうがない」
「明るく前向きに物事を考えよう」と思っても、
なかなか自分一人ではできないのも事実。だから
こそ、友人をはじめとした周りの人たちの力を借
りて、楽しい環境や機会をつくっていくのが良い
そうです。

孤独でないだけで、死亡率が下がるということ
もわかっています。

私もそうですが、この年になって性格を変えろ
と言われても無理があると思いますので、出来る
だけ笑顔でいれる毎日を過ごせたら良いと思いま
す。

1月のプログラム

1028回 12:30 ニューウェルサンプア沼津 会員卓話
1月31日(木) 伊縫文哉君

2月のプログラム

1029回 13:30 ホテルグランド富士 静岡第3分区IM
2月09日(土) 移動例会

1030回 12:30 ニューウェルサンプア沼津 外部卓話
2月14日(木) 水戸宏様 理事会

1031回 18:30 ニューウェルサンプア沼津 2クラブ合同例会
2月21日(木) 夜間例会

1032回 12:30 ニューウェルサンプア沼津 会員卓話
2月28日(木) 名古屋輔君

会 長	宮口雅仁	幹 事	久松 但
広報委員長	重光 純	編 集 者	重光 純

クラブ管理運営委員会

★出席報告（会員総数21名）

例会	会員数	出席数	MU	出席率
1027回	20名	18名	-	90.00%
1025回	20名	17名	0名	85.00%

●欠席者(2名)

井上武雄、成田みちよ

●他クラブへの出席者

渡邊亀一(1/21 沼津柿田川RC)

●スマイル報告

1. 植松 正：誕生日のお祝いありがとうございます。
2. 田村治義：家族の誕生日のお祝いありがとうございます。
3. 鈴木良則：次年度、米山梅吉記念館委員会 副委員長を仰せつかりました。
4. 久松 但：委員会委員長様、上期活動報告、よろしくお祈りします。
5. 本村文一：クラブ管理運営委員会の皆様、上期活動、御苦勞様でした。

幹事報告

1. 他クラブの例会変更等

①新富士ロータリークラブ

2月12日(火)→9日(土) 静岡第3分区IM
2月26日(火)→16日(土) 施設訪問 蕎麦打ち例会 きらら富士

②富士ロータリークラブ

2月13日(水) 特別休会

2. 連絡事項

2月9日(土)のIMは、13:00受付、13:30点鐘です。
沼津：12:37→原：12:44→富士：12:55(島田行)

クラブ協議会

幹事 久松 但 君

上期の活動報告を各委員長から発表していただきました。

クラブ管理運営委員会の本村委員長からは、上期の出席率が毎月90%を越え、9月には100%であった旨、報告がありました。

クラブ広報委員会の重光委員長からは、会報が

かなり早く作成ができ、毎週ほぼ2頁内におさめられた旨、報告がありました。

会員増強維持委員会の宮島委員長からは、卓話者に積直前ガバナーを迎えて友人同伴例会を実施したものの増強の実現には至っていない旨、報告がありました。

奉仕プロジェクト委員会の渡邊委員長からは、クラブフォーラムの実施、セミナーへの出席及び報告を実施した旨、報告がありました。

ロータリー財団委員会の鈴木委員長からは、セミナーへの出席及び報告の実施、米山記念館での米山奨学生の卓話を実施した旨、報告がありました。

SAAの名古委員長からは、例会の進行状況についての報告がありました。

その後、質疑応答となり、インターアクトクラブの活動報告についての質問がありました。今年度については、年次大会と指導者講習会ともに学校の行事の都合で出席できなかったため、ロータリークラブと関わりの中での活動は少なかったようでした。

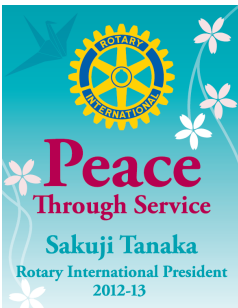
退会防止についても質問があり、最近その心配が少ないようでも、連続欠席があった場合には、会員相互に声を掛けるよう意見が出されました。また、会計について、尾島会員より上期の決算説明がありました。

これに対し、クラブ管理運営委員会の事業費が12月末まですべて入っているかどうか質問がありました。

質問は、クリスマス例会でかなり予算オーバーしたことに対するものでしたが、奉仕プロジェクトの予算の流用等により、なんとか予算を少し超えた程度で済んだことが報告されました。

最後に、会長から「下期もご協力をお願いします」との話があり、終了しました。





沼津西ロータリークラブ週報



奉仕を通じて平和を

2012～2013 年度
第 22 卷 28 号
2013 年 1 月 31 日

● クラブテーマ ●
職業奉仕を通じてロータリアン同士のつながり!!

■■ 本日のプログラム ■■
■ 会員卓話 伊縫文哉君 ■

例会場：ニューウェルサンプ[®]ア沼津 例会日：毎週木曜日
12:30点鐘 (第三木曜日-18:30)
事務局●TEL&FAX 055-967-2152
事務担当者●川口恵美
Email●numawestrc@ny.thn.ne.jp

◆◆第 1028 例会 会長挨拶◆◆

宮口雅仁 会長

忘年会からの流れで新年会、この1月までよくお酒を飲む機会が多かった方も居られるのではないのでしょうか？
今日は、二日酔い予防に良い食べ物と、効果的な摂取のタイミングをご紹介します。

二日酔い対策の代表格となったオルニチン成分。シジミなどに含まれており、肝臓内の機能を阻害するアンモニアを分解する役割があり、二日酔い・疲労などを回復させるとして人気が集まっています。オルニチンをサプリメントで摂る場合は、成長ホルモンが分泌される就寝の前がおすすですが、シジミのみそ汁など食品として摂る場合は、お酒を飲んだ後のしめのラーメン代わりか、お酒を飲んだ次の日の朝食が良いとされています。

二日酔い予防で忘れてはいけないのがウコン。ウコンというと、あまり食べ物としては馴染みがないように感じるかもしれませんが、カレーなどに使われている香辛料のターメリックと同一のもの。

ウコンの主要成分、クルクミンには二日酔い予防に良い肝機能強化の作用があります。ウコンを飲むタイミングは、ドリンクタイプならお酒を飲んだ後、顆粒タイプならお酒を飲む前がおすすです。

二日酔いの原因になるのは、実はアルコールそのものではありません。

お酒に含まれるアルコールは、胃・十二指腸で体内に吸収されたあと血液によって肝臓まで運ばれ、そこで体内で分解・代謝されるのですが、その過程でできてくるものに「アセトアルデヒド」という物質があります。

このアセトアルデヒドが頭痛、むかつきなど二日酔い特有の症状を引き起こします。アセトアルデヒドは体内にある「アセトアルデヒド脱水素酵素」という酵素で分解されていきます。しかし、この酵素のパワーには当然のことながら限界があります。アルコールをたくさん飲めば、それだけたくさんのアセトアルデヒドができます。

よく「お酒に強い人」「弱い人」がいらっしますが、酵素のパワーが強いとアセトアルデヒドがどんどん分解されていくので顔も赤くならず

泥酔もしづらくなります。逆に、酵素のパワーが弱いとビール一杯だけで顔は真っ赤になって、気持ちが悪くなるということになります。

空っぽの胃袋の中にお酒がどんと入っていくと、そのままどんどん血中にアルコールは吸収されていきます。そうすると、どんどんアセトアルデヒドができてしまいます。肝臓での分解・代謝能力には自ずと限界があります。何かをあらかじめ食べておいてから、お酒をいただくようにしましょう。

お酒もお食事も適度な配分でおなかに入れていくのが重要です。

飲んだ後には、水分をしっかり摂取しておくことも大切。腎臓から尿と一緒に排泄されるようにすると二日酔い予防にも役立ちます。そのときには水だけでなく多少のミネラルが含まれているスポーツ飲料や、最近薬局等で販売されている経口補水液がおすすです。

2月のプログラム

1029回	13:30	ホテルグランド [®] 富士	静岡第3分区IM
2月09日(土)		移動例会	
1030回	12:30	ニューウェルサンプ [®] ア沼津	外部卓話
2月14日(木)		水戸宏様	理事会
1031回	18:30	ニューウェルサンプ [®] ア沼津	2クラブ合同例会
2月21日(木)		夜間例会	
1032回	12:30	ニューウェルサンプ [®] ア沼津	会員卓話
2月28日(木)		名古良輔君	

クラブ管理運営委員会

★出席報告 (会員総数21名)

例会	会員数	出席数	MU	出席率
1028回	20名	17名	-	85.00%
1026回	20名	17名	2名	95.00%

●ビジター

1. 清水 学様：沼津北RC

会 長	宮口雅仁	幹 事	久松 但
広報委員長	重光 純	編 集 者	重光 純

●欠席者(3名)

尾島康夫、重光 純、鈴木博行

●他クラブへの出席者

鈴木良則、宮島賢次、鈴木博行(1/26 米山梅吉記念館)

●スマイル報告

1. 伊縫文哉：誕生日のお祝いありがとうございます。
2. 伊縫文哉：入会記念日のお祝いありがとうございます。
3. 井上武雄：家族の誕生日のお祝いありがとうございます。
4. 成田みちよ：皆様、新年あけまして、おめでとうございます。本年もどうぞよろしく願い申し上げます。
5. 大村保二：久しぶりに、出席させていただきました。
6. 久松 但：伊縫様、卓話よろしくお祈りします。
7. 本村文一：伊縫さん、本日の卓話、宜しくお祈りします。
8. 鈴木良則：所用につき、早退させていただきます。
9. 成田みちよ：所用につき、早退させていただきます。
10. 杉山真一：所用につき、早退させていただきます。

幹 事 報 告

1. 他クラブの例会変更等

①富士宮西ロータリークラブ

2月08日(金)→9日(土) 静岡第3分区IM

2月22日(金)→23日(土) 富士山の日に因む奉仕活動

2. 連絡事項

①次週は、2月7日(木)から9日(土)に、例会日変更で、ホテルグランド富士にて第3分区IMです。IMは13:00受付、13:30点鐘です。

沼津:12:37→原:12:44→富士:12:55(島田行)
現地集合ですので、お間違えのないようにお越しください。

②2月のロータリーレートは1ドル=88円となります。

会 員 卓 話



「交通事故ゼロをめざして」～進化する安全技術～ 伊縫 文哉 君

自動車が生れてから1世紀以上が経ち、今や自動車は人々の暮らしには欠かせない乗り物として発展・進化を遂げてきました。

「走る・曲がる・止まる」の基本性能の向上はもとより、より高い安全性を実現し、環境に負荷をかけず、快適で便利な乗り物として、日々進化し続けています。

車が走行中に、前方に障害物などを感知すると自動的にブレーキが作動して止まる、いわゆる“ぶつからないクルマ”が日本国内に始めて登場したのが2009年8月のことです。

以来、各自動車メーカーの技術改革が進み採用車種が広がり、低速域から高速域に対応するシステムの開発も進んでいます。

プリテンショナー・シートベルトやエアバック、ABS(アンチロック・ブレーキシステム)、ESC(横滑り防止装置)等が標準装備され、乗員を守る車体構造技術の発展にともない乗車中の死亡事故は大幅に減少してきました。

警察庁の統計によると乗車中の交通事故の死者数は、2001年の3711人に対し、2011年には1442人と約6割の減少。一方、歩行中に交通事故に遭い死亡した人は2001年が2456人だったのに対し、2011年には1686人まで減ったが、減少率は約3割に留まっています。

今、先進技術を駆使したASV(先進安全自動車)の研究や実用化が進められています。自動車同士で互いの速度や位置などの情報を交換することで事故を未然に防止することはもとより、その技術は対歩行者にまで進化しようとしています。

近い将来、あらゆる場面で“ぶつからないクルマ”が実現できれば、交通死亡事故が劇的に減る可能性があり、期待が高まります。微力ながら自動車業界に携わる者の責任として、自動車メーカーが開発した“より安全で便利な車”を逸早く市場に普及させ、職業奉仕に繋げて参ります。