



WEEKLY REPORT

国際ロータリー第2620地区
御殿場ロータリークラブ週報

第1792回
例会プログラム
2003.5.8 No.44

慈愛の種を播きましょう

例会場 / 東山荘・記念館

開会点鐘 / 12:30

ロータリーソング / 奉仕の理想

内容 / 地区協議会に参加して
参加者

会員慶事

・誕生日

5月10日 戸栗 太平君

・結婚記念日

5月 8日 菅沼 久・久代様ご夫妻

5月14日 渡辺 巖・洋子様ご夫妻



会長挨拶

会長 内海 宣彦

風薫る五月を迎え、若葉の間を抜けてくる風が実にさわやかな好季節となりました。

先日の地区協議会には、水口会長エレクトをはじめ出席されたメンバーの皆さんご苦労さまでした。

豊山徹也君の病状ですが、奥様に冗談を言うほど順調に回復されているとのことですが、面会の許可はまだ先のようです。一日も早い全快を心よりお祈りします。

ロータリー年度の中で、強調月間に指定されない月は、7月、12月、そして今月5月と三月あります。従って、今日は強調月間に因んだ情報ではありませんが、先日読んだ本に「男性の更年期障害」の記事がありましたのでその内容をお伝えします。

更年期障害といえば、女性特有のものと考えがちだが、男性にも起こる病気である。

原因はストレスで、頻発年齢は40代半ばから50代半ば、几帳面で他人の言うことを気にしがちな人や、競争心の強い人はなりやすい傾向がある。

過度なストレスで男性ホルモンの分泌量が急激に低下し、自律神経がバランスを崩し、倦怠感や頭痛、不眠、動悸など様々な症状が出てくる。

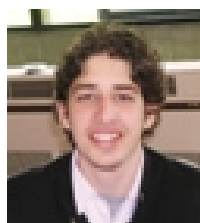
更年期障害かどうか見極めるには 不安や肩凝り、手足のしびれといった症状があるか 残尿感の有無は 男性機能の状態は、を確認し、その疑いのある場合は、血液中の男性ホルモンの濃度の検査をする。

その治療には男性ホルモンを注射する「ホルモン補充療法」が効果的だが、治療の残り半分は、運動と食事です。早寝早起きをし、積極的に散歩などを。食事は和食中心にして動物性の脂肪を控え、男性ホルモンの材料になる物質が含まれる山芋やオクラなどの「ネバネバ食材」を多く取ると良いとのこと。お互いに健康に注意しましょう。

次回5月15日の例会:1793回 7:00点鐘 東山荘

夢見つつ広く播こう愛の真心

「交換学生として日本に来て」



モンジョイ・バスケス・エドアルド君

まず、昨年8月25日に交換学生として、メキシコのチワワ市からやってきた、ラロ君からメキシコの学校の話や、お世話になったホストファミリーへのお礼など、8ヶ月間で覚えた日本語で、話していただきました。あと、1ヶ月あまりで帰るようですが、今回の留学体験で学んだことを生かして、より大きく成長していただきたいと思います。



勝間田 豪亮君

ラロ君の日本語はたどたどしいですが、よくここまで覚えたなと感心します。どこの国の言葉でもおなじですが、ラロ君も聞くのはうまくなりましたが、話すのは難しいようです。

交換学生は親善大使として、違う国の文化・習慣・生活の違いを知ることが重要であり、何も知らない日本にメキシコから来て、一生懸命理解しようとしているラロ君の姿がありました。

ラロ君は内気でやさしい青年であり、一人息子なため、両親に大変かわいがられています。帰国の時にはお母さんが御殿場に迎えに来るかもしれないので、期待しています。

ラロ君が日本でたくさんの人たちにお世話になり、学んだことは全て宝であり、メキシコで花開くことと思います。

前回の出席報告

会員数	計算に用いる 会員数	出席数	暫定出席率	前々回の 確定出席率
59名	54名	48名	88.89%	100.00%

欠席者(6名)

橋本喜市君・大森清治君・小野寛幸君・渋谷 一君
白井良太君・渡邊俊彦君

メーキャップ(14名)

勝又 重春君	4月 4日	裾 野
秋田 悦夫君	4月13日	地区植林
勝又 誠君	4月13日	地区植林
勝又 敏樹君	4月13日	地区植林
岩田 英治君	4月13日	地区植林
齋藤 保君	4月13日	地区植林
根上 陽一君	4月13日	地区植林
戸栗 太平君	4月16日	G R A
渡辺 巖君	4月16日	G R A
斉藤 礼志君	4月17日	長 泉
林 準君	4月23日	長 泉
井口 修一君	4月23日	長 泉
渡辺 剛康君	4月25日	裾 野
鈴木 崇司君	4月30日	長 泉



☺ 5月1日のスマイル ☺

4月27日の地区協にご参加下さいました皆様、ありがとうございました。いよいよエンジン始動の時期が参りました。どうぞよろしくお願いします。

次年度会長・幹事

「ロータリーの友」に卓話が載ってしまいました。 斎藤 衛

ローターアクト5月例会プログラム

- ・5月 8日(木)19:00~ マウント劇場にて
- ・5月21日(水)19:30~ 市民会館にて

食事をとられる方は前日までにローターアクト委員会 戸栗太平君までご連絡願います。

第2620地区

御殿場ロータリークラブ

例会日/木曜日

例会場・事務局/YMCA東山荘

静岡県御殿場市東山1052

電話/0550-83-1133 FAX/0550-83-1138

<http://www.gotemba-rc.gr.jp/>

会 長/内海 宣彦

幹 事/滝口 喜徳

会報委員長/渡邊 俊彦

