



# Yonago East Weekly

「ロータリーに誇りを！ 参加しよう そして、行ってみよう」

- 創立/1968年4月24日 ●事務所/米子市西福原1-1-55 ホテルサンルート米子 Tel (0859) 32 - 5531
- 例会日/水曜日12:30~13:30 ●例会場/ホテルサンルート米子市西福原1-1-55 Tel (0859) 33-0911
- 会長/木美俊彦 ●幹事/長棟信泰 ●会報/楠 明彦

会員数 90名  
(正会員 89名 名誉会員 1名)

### 今週のお祝い

夫人誕生祝: 2日 尾沢三男君 5日 安達充君  
 8日 佐々木宏君 12日 池口由紀彦君  
 14日 石井敬薫君 24日 宮永誠治君  
 27日 木美俊彦会長 29日 笠尾幸広君  
 30日 野津一成君

### 会長挨拶

上森会員が亡くられました。享年81歳でした。昨日通夜祭に伺いましたが穏やかないい顔をされていました。クラブにとって重鎮であり精神的支柱でもあったので残念です。

95年WIN95が出た頃に当クラブにはPC同好会があり当時会長だった上森さんも一緒にやった思い出があります。私が幹事の時には丁度会場監督をされていて教えて戴いたり叱咤激励されたりしてお世話になりました。きちんと守る方で信念のある方でした。2、3年前親睦活動委員会に所属された時は長老にも関わらずきちっと入口に立たれて皆さんを迎えられていました。新宮ガバナーの時には地区幹事として前後3年間中心となって立派にガバナー事務所を切り回されていました。40周年記念の実行委員長も務められて、また来る50周年記念にも色々思いを馳せられていました。

感謝を込めてご冥福をお祈りしたいと思います。

### 幹事報告

- 1/19 上森明郎会員ご逝去 (享年81歳)
- 2014-15年度 ゲイリー C.K. ホアンRI会長年度テーマ「ロータリーに輝きを」(Light up Rotary)
- RI意義ある業績賞推薦書式
- ロータリーの友アンケートのお願い  
(ガバナー事務所より)
- ネパール山根正子様よりお礼メール  
(日本ネパール人づくり協会事務局 福井龍介様経由)
- 2/13(木)5RC合同例会 (2/12振替)
- 例会变更のお知らせ  
米子RC 1/31(金)休会(定款第6条)ビジター受付無  
松江南 1/27(月) }  
松江しんじ湖 1/28(火) } 1/28(火)松江4RC  
松江 1/29(水) } 合同例会に変更  
松江東 1/30(木)

ビジター受付あり(12:00~12:30)

### 次回プログラム

- |                 |                 |
|-----------------|-----------------|
| 1/29 「年男放談⑨・⑩」  | 中村剛士 会員、秦野啓一 会員 |
| 「ロータリーについて」     | 宮本 守 会員         |
| 2/5 「ロータリーの友」紹介 | 雑誌委員会 戸田忍 リーダー  |
| 「私の職業」          | 佐々木宏 会員         |



Engage Rotary, Change Lives  
 ロータリーを實踐し みんなに豊かな人生を

## <プログラム>

### 「年男放談 ⑥」 岩崎 浩会員



幹事の時以来の久しぶりの演台で緊張しております。96年4月にロータリーに入会されて貰いました。その時の会長が上森さんでした。上森さんとは色々縁がありまして亡くなられて残念でなりません。

入会して2回目の年男です。子供の頃は50はがいな爺だと思っていた。60になって感慨深いものがありますが、これを折り返し地点として頑張っていきたいと思っています。まだ長女が20歳、次女が14歳なので老後のことを考える暇もなく次の午年まで体力を付けて頑張ります。卓話の機会を戴き、改めて自分史を振り返ってみました。

叔母曰く、生まれた時は目がくりくりして色の白い女の子のようだったそうです。また健康優良児でした。啓成小学校の時は野球と陸上をやっていました。陸上は米子市の記録を持っていました。その縁で東京オリンピックの聖火リレーの伴走をしました。中学から大学まで軟式テニスをしました。大学の時の顧問の先生が設計関係でしたので、設計に携わる仕事をやるようになりました。30の時に米子に帰ってきました。自分史を振り返ると色んな出会いとかきっかけがありましたが、テニスをやったことで今の自分があるのかなと思います。駿馬千里を走るという諺がありますが、私は鞍馬(ばんば)の如くゆっくりとしかし一歩ずつ力強く健康に気を付けて皆さんのご指導を得ながら人生を歩んでいきたいと思っています。

### 「年男放談 ⑦」 中山晴文会員



例会出席表にあるように浦島太郎状態です。退会勧告もあるのかなと思います。尾沢さんが会長の時に井上賢明、永見会員達に野球の全国大会があるので手伝ってほしいと言われて水割り3杯で入会しました。私は飯を食べないので最高の利益率の会員です。

なおこの後、三波春夫の“俵星玄蕃”を見事に唸られました♪

### 「年男放談 ⑧」 梅田整一会員



高島病院の梅田と言います。専門は救急と外科ですが、今は一般医をやっています。よくストレスが掛かります。私のストレス解消法は珈琲と読書です。

学会で都会に行った時は本屋さん巡りをしています。また時々錦町の今井書店で珈琲を飲んでます。去年から少し体調がよくなりました。腸から元気になるという健康法がブームですが、回虫博士こと藤田紘一が腸に関する本を出されたので読んで自分に出来ることを実践しています。そのことをこの場で紹介します。

腸の中で何が起きているか、どういう菌が働いているのかはあまり解明されていません。ストレスですぐ下痢をしましたが、この本を読んで“野菜や果物を中心に摂る。一口30回噛む。”ということを実践していくうちにいい便が出るようになりました。肉を食べてはいけないということでもありません。100歳を超えている聖路加病院の日野原先生も週に1回はステーキを食べています。全く問題はありません。ただスナック菓子とか人口甘味料、人工的なものは止めた方がいいと書いてあります。お酒に関しては健康診断でガンマGTPが上がらない人は2合まで飲んでもいい。楽しく愉快的雰囲気飲んで下さいを書いてあります。また便秘をする人は玄米や硬水がいいそうです。情報の一つとして参考にして下さい。この本を事務局に渡しておきますので興味のある方は読んで下さい。

今後の主な予定

2/13 5RC合同例会 18:30～ ホテルサンルート米子 (2/12振替)