



# Weekly Report



北ロータリークラブの歴史に“あなたの足跡を”

佐世保北ロータリークラブ 2009～2010年度 RI 会長 / ジョン・ケニー ガバナー/ 高城昭紀

会長/宮崎有恒 幹事/西川正美 例会場/佐世保市島瀬町7番7号 西沢本店8Fカトリアホール(毎週月曜日)  
 創立/1984. 4. 16 認証/1984. 5. 14 事務局/佐世保市島瀬町7番7号 西沢本店内 TEL 0956-22-7144 FAX 0956-22-1201  
 E-mail office@sasebonorth.org Web http://www.sasebonorth.org

【本 日】会員数46名 出席 29名 欠 席 6名 出席免除会員出席 5名 ビジター 1名 出 席 率 85.37%  
 【前々回】会員数46名 出席 27名 メークアップ 8名 出席規定除外 11名 修正出席率 100.00%

## 「健康のありがたさ」

山北恭行 会員



「健康のありがたさ」を突然の病魔に襲われ体験いたしました。私は、平成6年4月

(16年前・60歳) 小脳出血で意識不明となり、急死一生を得ました。

今は元気で健康な毎日を過ごしていますが、周囲の人々にご理解があり、又、支えられて、自己努力もしたからこそ回復したのだと思います。特に、北ロータリークラブの皆様

には気遣って頂き、気力、体力、考量など多くの事を、同じレベルで接して頂いているので、私にとりまして「健康のありがたさ」が宝です。

人生の、迎えが来る前に皆様方へ言うておかねばならないのは、いやでも私の年齢を通り過ぎなければならぬ方へ申し上げます、元気・健康で通り過ぎるためには、早期検診して

異常ありの場合には、お医者様の指示に従うことです。

(云うはやすし、行うはがたし)

私の疾病は、過食や飽食、過剰な冷暖房、それに、車による運動不足など重なって、抵抗力を失っていることに原因があると思います。自分の健康管理を怠った生活をしていたから起こった疾病だと思っております。

そして、私が後悔するのは、皆様方と一緒に行動が出来なくなり、また、40年前に始めたゴルフ・旅行など、好きだった飲酒・食べ歩きもできなくなり、趣味を変えなくてはならなかったことです。今はプールで水中ウォーキング・散歩・パソコン操作などを行っています。しかし、ロータリアンである私は、頭(脳)を使うこと・各大会(行事含む)等へ出席できるのは、元気で健康だと思います。こうして来し方を振り返っていて、ふと今

年4月に私のロータリー歴が26年になることに気づきました。

食事は過食をせず、栄養のバランスを考えて取っております。酒類は飲まず、タバコは1本も吸ったことはありません。あと10年ぐらいいは頑張りたいと、思いの中に健康管理に努力しているこの頃です。

\*\*\*\*\*

## 《会長挨拶》

宮崎有恒 会長

私ごとですが、携帯電話同様防水タイプのデジタルカメラを約5年振りに買い替えしました。他の電化製品の進歩もそうと思いますが、5年の間に画素数、防水機能、操作性、耐久性どれをとっても技術の進歩には驚かされます。そして今回特に購入の際、意識したのは動画の機能です、なんとこのデジカメで、更にハイビジョンサイズでの動画の撮影ができることです。現在のビデオカメラのクオリティがどのくらいかは知りませんが、少なくとも試し撮りをしてTVで再生した画像には満足しています。これから山登りに行くのが楽しみになりました。

さて今回の購入は、ネット販売での購入です。書籍に音楽CD、ビデオそれにちょっとした文房具の消耗品など今ではすべてインターネットです。音楽大好き人間にとっては、通販大手「アマゾン」などで検索を掛けて出てくるCDタイトル数には、こんなものまであるのかと驚くことしきりです。まさにロングテール理論の中に、はまっているわけです。

商店街に生活の基盤のある私は、郊外的大型店舗の進出もそうですが、長い目でみるとインターネット販売のほうが脅威だと思います。皆さんはどう思われますか。

\*\*\*\*\*

## 《幹事報告》 西川正美 幹事

### 1. 例会変更

#### ・松浦RC

3月26日(金) 18:30～

九州電力松浦発電所内 緑の広場(観桜会のため)

・佐世保東RC  
3月25日（木）12：30→3月27日（土）  
18：30～「魚魚の宿」観桜家族会開催のため

・佐世保西RC  
3月30日（火）12：30→18：30～  
ホテル万松楼（観桜例会のため）  
3月23日（火）休会（定款第6条第1節により）

2. 来 信

・ガバナー事務所  
①第3回財団奨学学友委員会及び第3回国際親善奨学生セミナー開催のご案内  
（地区 財団奨学・学友委員 永田武義会員へのご案内）  
平成22年4月4日（日）  
四季彩ホテル 千代田館  
〒849-0910 佐賀市高木瀬町東高木216-1  
TEL 0952-32-5115  
委員会 13：00～14：00（昼食を準備します）  
研修会 14：00～16：00  
壮行会 16：00～18：00  
②「出席率の算出について、確認連絡事項」  
③「麻薬・覚せい剤乱用防止センター  
「NEWS LETTER」送付について

・ガバナーエレクト事務所  
2010～2011年度地区委員就任について（お願い）  
クラブ奉仕統括委員会委員へ永田武義君へのお願い

・佐世保南RC  
第31回RYLA（青少年指導者養成プログラム）記録誌送付について

・佐世保市社会福祉協議会  
「社協だより」第79号の送付について

《来訪ロータリアン》

・佐世保RC 田中丸 善弥 君

《北斗会》

湯口純二 北斗会幹事

第4回北斗会の案内をセルフBOXに入れています。

《RIニュース》

ロータリアンにできるハイチの支援方法

すさまじい大地震がハイチを襲ってからおよそ2カ月、依然として被災の傷跡は深く、復旧への道のりが長いことを物語っています。

2月に被災地を訪れたジョン・ケニーRI会長は、ハイチ国民の支援の調整活動に当たる第7020地区の救援チームへの協力をロータリアンに強く呼びかけました。  
「現地のロータリアンが必要としているのは、基本的に資金です。資金があれば、復興作業を進めるための資材を現地で購入できるからです」 ケニー会長はこのように説明します。

1月12日に起きた地震とその後の余震により、推定25万人以上が命を落とし、100万人が家を失いました。

「すべてを失った多くのハイチの同胞の安否を世界中のロータリアンが気遣っていることを示す」ためにも、被災地を訪れることが重要であると感じた、とケニー会長は話します。

会長が現地で目の当たりにしたのは、予想以上の惨状でした。

「ロータリアンに今できる一番の支援方法は、第7020地区のロータリアンに義援金を送ることなんです。そうすることで、食糧や必要物資を現地で購入し、地元経済を保護することができるのです」とケニー会長は説明します。

会長はまた、ロータリアンが中期および長期の復興作業を促進していく必要があると述べます。こうした活動は、まさにロータリーの得意とするところです。

\*\*\*\*\*

《ニコニコBOX》 牧野博一 親睦活動委員

宮崎有恒 会長 西川正美 幹事

ここ2～3日寒のもどりがあるそうです。皆様、風邪など引かれませんかように体調管理を充分にしてください。  
山北さん卓話お疲れ様です。久しぶりに山北節を聴かせてください。楽しみにしています。  
富田会員本日は未来事業基金へのウイスキー持参して頂きありがとうございます。最近ウイスキーのキープが少ないので家で眠っているウイスキーを期待します。

松尾辰二郎君

山北さんの卓話をお聞きするのは、何年ぶりでしょうか。なつかしく心をこめて聞かせて頂きます。本当にあなたのがんばりは頭が下がります。これからも元気で頑張ってください。

山北恭行君

本日卓話をさせていただきます。皆様に心より感謝申し上げます。中山プログラム委員長の気配りにお礼申し上げます。

野畑義博君

山北さんの卓話楽しみに拝聴いたします。自分の経験に基づいた健康の話なのですが、私自身もぜひ参考にさせていただきます。

平石晃一君 柴田隆司君 渡会祐二君 宮原明夫君  
牧野博一君 日高省三君 古賀新二君 中井康晴君  
小西宗十君 富田耕司君 横尾 寛君 深町 等君  
峯 徳秀君 吉澤俊介君 田島勝明君 緒方信行君  
井上雅弘君 棧 護君 西沢 茂君  
大鳥居 宏君 二ノ宮 健君 中野雄一郎君

山北会員、本日の卓話お疲れさまです。つつしんで拝聴します。

本日の合計 31,000円 累計 1034,000円

クラブ会報委員会 委員長 / 中島閏二 委員 / 井上雅弘 大鳥居 宏 柴田隆司 岡井正明 （記事担当者 大鳥居 宏）