ROTARY CLUB OF HEKINAN WEEKLY

碧南ロータリークラブ週報

第２６０７回例会 平成２４年９月５日(水)

●会長 黒田 昌司
●幹事 木村 徳雄
●会場監督(SAA) 新美 雅浩

■例会日　毎週水曜日　12:30　■例会場　碧南商工会議所ホール
■事務局　碧南商工会議所内　〒447-8501　愛知県碧南市源氏神明町 90
TEL<0566>41-1100　FAX<0566>48-1100
ホームページ：http://www.hekinan-rc.jp
E-mail:info@hekinan-rc.jp
■会報委員　菅原優・鈴木泰博・服部弘史・大竹密貴

2012-2013 年度　国際ロータリーのテーマ



●斉　唱

国歌「君が代」
ロータリーソング「奉仕の理想」

●四つのテスト唱和

●本日のメニュー

和風弁当　大正館

●本日のお客様

碧南市スポーツ少年団　副本部長　岡田一穂様
碧南市スカウト育成連絡協議会
　ボーイスカウト碧南１団カブスカウト隊 隊長　杉浦辰彦様

会　長　挨　拶


黒田昌司会長

１０月１日から労働衛生週間が始まります。９月は準備月間ということになっていますので、今日は健康についてお話をしてみたいと思います。

順天堂大学の医学部の奥村康という免疫学の権威のお話です。私達の体は大体６０兆個の細胞で出来ているそうです。そして、１日１兆個の細胞が毎日入れ替わっています。その入れ替わる細胞の中で、出来損ないが１日５,０００個で、この５,０００個というのが癌細胞の卵だそうです。この５,０００個の細胞と戦うための細胞が NK 細胞です。この NK 細胞を、年をとっても活性化させるためにどんなことをしたらいいでしょうか？

一番いい活性化の方法は大笑いだそうです。また、映画を見て大泣きしたり、カラオケで歌ったり、悩みを打ち明けたり、よく眠ったりすると、NK 細胞が活性化して癌細胞をやっつけてくれるそうです。ですので、皆さん方、常日頃笑う、そして、しまい込まないというのが大事なのではないかと思います。

その他に、長生きするために４つ程ありましたので、ご紹介致します。

まず１番目は、良い人をやめる、です。２番目は、薬は飲まない、医者に行かない、です。これは健康について心配しすぎてストレスを溜めないということです。３番目は、コレステロールは増え過ぎてはいけないのですが、少ないよりも多い方がいいそうです。BMI が２５か２６のちょっと小太りの人が長生きするという実験結果が出ているそうです。そして４番目は、運動はそこそこでいいそうです。運動しないといけないという意識がストレスになるそうです。

皆さんぜひ長生きして、ロータリークラブの会員減にならないように、会員の方はそれぞれ頑張っていただきたいと思います。

幹　事　報　告



木村徳雄幹事

- 幹事報告書の通りです。
- 本日、第３回理事会が例会終了後に２０１号室で行われます。
- ９月１２日にガバナーがお見えになります。高浜ロータリークラブと合同例会になります。
- ９月１９日はインフォーマルミーティングです。夜間ですけれども欠席のないよう宜しくお願い致します。

委　員　会　報　告

＜出席奨励委員会＞

総会員数 69 名（内出席免除者 13 名の内出席者 9 名)出席者 60 名	
出席対象者　60／64 名	出　席　率　　93.75％
欠席者 9 名(病欠者 1 名)	前々回修正出席率　100％

※三週連続出席率 100％の場合は記念品を差し上げます。

＜ニコボックス委員会＞

加藤　良邦君　先週はガバナー補佐訪問をさせて頂き、あたたかく迎えて頂き深く感謝しています。その晩は補佐訪問の中回向として、おいしい酒を飲みました。

黒田　昌司君
木村　徳雄君　先週例会にてガバナー補佐訪問並びにクラブ協議会を無事に終えることが出来ました。ありがとうございます。

石川　春久君　本年も、スポーツ少年団に助成頂き、誠にありがとうございます。

平岩　辰之君　先週、加藤良邦様にお世話になりました。ありがとうございました。良い事がありました。皆様に感謝申し上げます。

伊藤　正幸君　「ごきげんな人は１０年長生き出来る」という本を読みました。

清澤　聡之君　碧南１団カブスカウト隊 隊長　杉浦辰彦さん宜しくお願い致します。碧南ＲＣ様、毎年スカウト活動に支援頂きありがとうございます。

＜親睦活動委員会＞

会員誕生日

５日　　西脇　博正君　　１２日　長田　豊治君　　１３日　岡本　明弘君

２０日　伊出俊一郎君　　２８日　寺尾　正史君

奥様誕生日

１５日　長田　和徳君の奥様　真由美様　　２１日　竹中　　誠君の奥様　みのり様
２６日　森田　雅也君の奥様　千恵子様

結婚記念日

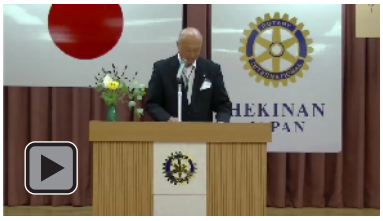
２３日　石橋　嘉彦君・里美様　３０年　　２４日　黒田　昌司君・みゑ子様　３３年
２６日　山中　寛紀君・恭子様　３０年　　３０日　鶴田　光久君・美奈子様　３４年

入会記念日

な　　し

クラブフォーラム

碧南市スポーツ少年団副本部長　岡田　一穂氏





岡田一穂氏

スポーツ少年団は現在９種目で構成されています。空手が７団体、卓球１団体、サッカー７団体、剣道２団体、野球６団体、新体操３団体、ソフトテニス１団体、陸上１団体、そして今年度からバスケットボールに入っていただいて、全部で２９団体が活動しております。

リーダーを含めた全団員数は１,４４５名、小学生だけですと１,３６４名が登録をしております。碧南市内の小・中学生が４,４５２名と伺っておりますので、約３０％がスポーツ少年団の何らかのスポーツ活動をしているという事になります。

最近はテレビやオリンピックの影響もありまして、サッカーが１番多いように思います。構成メンバーでいきますと、やはり、１番目に多いのがサッカーで、約半数近くの６２０名です。次に野球で２９４名、その次が空手で２２７名です。

私も指導者としての資格を持っておりますが、全日本体育協会の中で上級スポーツ指導員というのが碧南には今、１０数名見えると思います。これは東海３県で指導の出来る資格だと伺っております。それからジュニアスポーツ指導員という資格も持っておりますが、これは碧南では私だけです。

本日はボーイスカウトの杉浦さんがいらっしゃいます。私も一時カブスカウトのリーダーをやっていたのですが、キャンプに行きますと、２日目になるとまず、「おなかが痛い」という子がいっぱいいます。簡単な話、便秘なんですね。そういう子には必ず、右手でお腹を回すんです。キャンプに行ったとき、あるいはお家でも結構です、お腹が痛くなった時には右の手でお腹を優しく回していただければ良いと思います。

先月、名古屋の方に研修に行った際に、スポーツ整膚というお話をしてもらいました。人間の体にはくぼみがいっぱいあり、そこの皮膚を引っ張り上げるそうです。すると皮膚があった

かくなって、その下の肉もあったかくなって、炎症を抑えることが出来るそうです。私も腰が痛いのですが、腰が痛いのはどこを揉めばいいのか、それは足首だそうです。アキレス腱のところを２指（親指と人差し指）でつまみあげてやる、あるいはへこんだところをつまみあげてやることで、腰の方が良くなるそうです。

今後とも、子供たちを教えていくにあたって、皆さんの多大なるご協力を頂いておりますので、子供たちにも安心して教えていけるかなと思っております。また、引き続きご支援のほど、宜しくお願い致します。

碧南市スカウト育成連絡協議会
ボーイスカウト碧南一団カブスカウト隊
隊長　杉浦　辰彦氏




杉浦辰彦氏

碧南ロータリークラブさんは、団を作ったときに援助を頂き、長年スカウト活動を理解し、多大なるご支援を頂くことを、お礼申し上げたいと思います。

スカウト育成協議会というのがありますが、その中に碧南は３つの団体で構成されていまして、碧南１団のボーイスカウト、碧南２団のボーイスカウト、それとガールスカウトの愛知県第３２団が入っています。青少年の育成を目指して活動をしております。

ボーイスカウトは１９０７年にイギリスで始まりました。この運動は世界に広まるのが早く、１９２２年には日本で同じような少年団が結成されて、ボーイスカウトが始まりました。日本連盟ではちょうど９０周年になるので、いろんな行事をやっています。

ボーイスカウトは基本的に、子供たちが自主的に活動をしているのですが、その中で最終的には、より良き社会を作る人間を育てる、ということになります。

また、ボーイスカウトは年齢構成によって５つに分かれています。小学生の低学年、保育園の子たちはビーバースカウト、小学生に入るとカブスカウト、小学生の高学年から中学生に入りますとボーイスカウト、中学生の３年過ぎて上にいくと高校生含めてベンチャースカウト、１８～２５歳はローバースカウトといいます。

ボーイスカウトは碧南に２団あるのですが、最近は少子化ですとかいろんなスポーツですとか子供たちがやりたいことが多様化している中で、若干人数も減ってきています。現在１団が指導者とスカウト合わせて６０名くらい、２団が指導者とスカウト合わせて８０名くらいです。そんな中でぜひ皆さんには、近所にスカウトの年代のお子さんがいたら、体験でも見学でもいつでも良いので、ちょっと行ってごらんと背中を押していただきたいと思います。

カブスカウトは、まずは整列の仕方、号令のかけ方、号令に対してどのように動くかというところから訓練しています。国旗の歴史ではなく扱い方なども訓練していて、愛知万博の際に国旗を上げたのもボーイスカウトの子でした。そういった、ちょっと学校では味わえない、ち

ょっと変わったこともやりながら、活動しています。１１月には市民フェスティバルがあり、赤い羽根の共同募金に参加したり、冬はスケートやスキーに連れて行ったりしています。この団体の中で子供たちがお互いに切磋琢磨しながら、少しでも良いことが出来るように、少しでも上に上がれたらいいね、ということを思いながらやっているように感じます。ボーイスカウトをやっている中で、1 年目、２年目、それこそ１回目、２回目と子供たちはすごく変化していきます。だんだんと皆が仲間の中で協力もするし競争もして、とても変化していく様子が見えるというのは、リーダーをやっていて、いいなぁとすごく感じる時です。

皆さんにお願いしたいのは、近所に小さい子がいたら、背中を押してあげて下さい。最初はちょっとした強制ですが、あとは自主的な活動として変わっていくと思います。こういった部分で皆さんのご協力をお願いしたいと思います。

それともうひとつ、ボーイスカウトは常に制服を着ています。出来ればロータリークラブさんなど、いろんなところで、制服を着てちょっと手伝ってほしいなということがあれば、ボーイスカウトの方に声を掛けて下さい。

これからも、ご支援、ご鞭撻を、スカウト育成連絡協議会の方へ宜しくお願い致します。

次回例会案内　平成 24 年 9 月 19 日（水）
18：00～　碧南商工会議所
インフォーマルミーティング