

THE NARASHINO CHUO ROTARY CLUB WEEKLY BULLETIN

習志野中央ロータリークラブ週報

会 長 小菅 和彦
幹 事 尾崎 共紘

例 会 日 : 木曜日 12 時 30 分

例会会場 : 習志野商工会議所会館 3F

事 務 局 : 千葉県習志野市津田沼 4-11-14

2024-25 年度 国際ロータリーのテーマ 国際ロータリー会長 ステファニー A. アーチック



第 1 7 6 3 回 2 0 2 5 年 2 月 2 0 日例会

司会 : 荒木和幸会員 週報 : 河手正直会員

◆ 点鐘 <小菅和彦会長>

◆ ロータリーソング 「我等の生業」

◆ お客様紹介

習志野中央 RAC 会長 仲村拓海さん

◆ 会長挨拶 <小菅和彦会長>

皆さんこんにちは。アクトの仲村くんようこそ。

本日 2 月 20 日は、夫婦円満の日

夫婦円満に暮らしてもらいたいという願いを込めて制定された日。「ふう(2)ふ(2)えんまん(0)」の語呂合わせから。ちなみに 11 月 22 日にも「いい夫婦の日」があります。

先日 2/8, 9 の地区大会がありました。当クラブからは 20 名の会員に参加いただきました。

ここで次のクラブ表彰と個人表彰をされましたので発表します。

【クラブ表彰】

【End Polio Now COA】<感謝状>

2023-24 年度 ロータリー賞

会員増強優秀クラブ

ロータリー財団年次寄付優秀クラブ

ロータリー米山記念奨学会寄付優秀クラブ

ロータリー米山記念奨学会個人平均寄付額優秀クラブ

ロータリー米山記念奨学会功労クラブ

【個人表彰】

平澤 規雄 会員 ロータリー米山功労者メジャードナー

参加できなかった会員に皆様もいると思いますので、ここで今年の地区大会で、私の中で印象に残ったことですが、

一つは、入場の際に 2790 地区内の 86 クラブが持ち時間 30 秒ずつ、クラブ紹介を兼ねて会長と幹事で壇上から入場するセレモニーがありました。席上から手を振っていただいた会員の皆様ありがとうございました

ました。あの後、寒郡ガバナーと入場セレモニーのお話しする機会がありまして、寒郡ガバナーから「あの時、習志野中央さんの席上から、槍が飛んでくるとビクビクしていました(笑)」と、冗談めかしく話されていました。

もう一つは、R I 会長代理として、アフリカのザンビア共和国から、パトリック、ダニエル、チサンガさんが来られたことです。2790 地区にアフリカの R I 会長代理が来たのは初めてのことのことで。そのチサンガさんの最後の講評スピーチで、日本の料理がおいしかったことをかなり長くお話しされていたことは印象的でした。今回の地区大会は、私の感想ですが、全体的に明るく良い地区大会だったと思いました。

さて、地区大会も終わりましたが、今年度のロータリー活動はまだございます。

近々では今週末 23 (土) と 24 (日) には RYLA セミナーが白子で開催されます。当クラブからは金子会員とアクトの仲村君が参加して、また、実行委員として高山会員、三田会員、高橋利会員も参加されます。寒空の中とは思いますが、風邪を引かぬよう楽しんでご参加ください。本日もこのあとお話しがあると思いますが、セミナー終了後も写真を交えて卓話でお話しいただければと思います。よろしくお願い致します。

当クラブで残っている活動といえば、3/27 日にお花見例会があります。今年は、乗船してのお花見クルーズを計画しています。また、5/25、26 の親睦旅行。今年は静岡県御殿場を計画しています。

このようにまだ、イベントや活動がありますので、引き続き多くの会員のご参加をお願いします。

話は変わりますが、寒い日が続いております。夜は風邪が吹いてすごく寒い。一方で、日中は暖かい日が多いです。この寒暖差は何なんだろうと、最近私はすごく思っているのですが、皆様はそう思いませんか？これも温暖化の影響なのでしょうか？



そこで、寒暖差について調べてみました。寒暖差とは読んで字の如く「寒い気温と暑い気温との差」を言います。特に一日での寒暖差のことを「日較差 にかくさ」と呼びます

日本では、北海道の釧路市阿寒町中徹別(なかくてしべつ)で、最低気温が-1.8度で、最高気温は28.4度まで上がり、10時間で約30度の日較差がありました。ギネスブックに登録されている世界一の日較差の記録は、1916年1月23日に米・モンタナ州ブラウンングで観測された、最低気温が-49度で下がり、最高気温は7度で、その差は、56.0℃あったそうです。

地球を超えて、月ではどうでしょうか？

驚愕！寒暖差は280℃。JAXAによると、太陽の光を真上から受けている昼間は、なんと表面温度が110℃にもなるそうです。一方、太陽の光を浴びていない夜は-170℃まで下がるとのこと。

なぜこのようなことが起こるかという、月には大気がほとんどないからです。大気には、熱い熱い太陽の光を和らげ、なおかつ温まった地表の熱を逃さないという働きがあります。寒暖差にも程がありますね…。

寒暖差疲労ってご存じですか？寒暖差疲労とは、気温の変化が原因で生じるさまざまな不調を言います。症状は、疲労感・倦怠感・だるさ、首肩こり、冷え、皮膚のかゆみ、めまい、気分の落ち込みなど様々あります。自律神経が乱れることから起こるらしいです。

対策

- ① 規則正しい生活、②腸内環境を整える(脳腸相関)
- ③体温調節のできる服装、④入浴で首まで浸かる、⑤首のストレッチ等が良いそうです。

梅の花が咲き始めたという今日この頃です。もうすぐ桜が咲いたと思えば、あっという間に、40度の猛暑が来るんだと思うと、今の寒さはありがたいと思った方がいいのでしょうか。

日本の気候は、春夏秋冬の四季から、夏と冬だけの二季、に変化しつつあると思うのは私だけでしょうか・

6. 八千代 RC より、夜桜会の案内

3月28日(金) 市川・料亭 栃木屋

点鐘 18:30 会費 15,000 円

7. 習志野 RC、八千代 RC より、3月例会案内

◆ ニコニコボックス

本日のニコニコボックスはありません

◆ 卓話

□ クラブ・ラーニングセミナー

山本美代子クラブ・ラーニングファシリテーター

三田英志会員

松村洋平会員

ロータリーの補助金には2種類あります。地区補助金とグローバル補助金です。

このところ、小学校に本を送るプロジェクトを習志野中央で取り組んでおりますが、これは地区補助金で活用しております。

財団奨学生は2万ドル出ます。

グローバル補助金は、金額が大きいのでほとんど海外でのプロジェクトです。これを受けるには、7つの重点分野に合ったキャリアプランをたてないといけません。

財団奨学生は4万ドル出ます。

今日はこの7つの重点分野について学んで参りたいと思います。グローバル補助金使用の時は、この7つの理解が必要です。

スライドを説明



◆ 幹事報告 <山崎由美副会長代理>

1. 寒郡ガバナーより地区大会のお礼
2. 奉仕プロジェクト統括委員会より、フードドライブ 2790 小菅会長、伊東委員の活動レポート
3. インターシティミーティングの案内
3月15日(土) ウィンストンホテル・ユーカリ
受付開始 13:30～ 点鐘 14:00
4. 地区大会記念ゴルフ大会の案内
4月23日(水) 久能カントリークラブ
5. プラモデル同好会第3回会合の案内
3月15日(土) ちばセミナールーム
13時から 参加費 2,000 円





母子の健康



疾病予防と
治療



基本的教育と
識字率向上



水と衛生





◆ 出席委員会 三代川雄哉委員

会員数	当日 出席	メーク アップ	出席 免除	出席	欠席	出席率
4 6	2 5	1	1	2 6	1 9	55.56%

◆ 第 2560 地区（新潟）ローターアクト

第 55 回地区大会

習志野中央ローターアクトクラブ会長 仲村拓海さん

本日は第 2560 地区（新潟）のローターアクト地区年次大会に来ております。9つのローターアクトクラブによる活動報告や、去年世界遺産に登録された「佐渡島の金山」をテーマに基調講演がされました。

