

KONAN ROTARY CLUB



家族親睦旅

例会プログラム

3月24日第1273回

- 12:30 開会点鐘
- 奉仕の理想
- お客様紹介
- 食事歓談
- 12:55 会長の時間
- 幹事報告
- 委員会・同好会報告
- 次年度の為のクラブ協議会
- 13:25 ニコニコ報告
- 出席報告
- 13:30 閉会点鐘

次回例会 川合均会員卓話

幹事からのお知らせ

- 10月12日に開催いたしました「湖南チャリティーフェスティバル」が、『ガバナー賞』を受賞致しました。地区大会にて表彰して頂けることとなりました。
- 本日例会は、次年度の為のクラブ協議会です。
- 次週3月31日の例会は休会です。次回例会は4月7日、川合均会員の卓話です。
- 3月25日(金) 18時よりやまゆいにて、次年度職業・青少年奉仕委員会が開催されます。
- 4月3日(日) ロームシアター京都にて、地区大会が開催されます。当日は甲西発10:11→京都着10:52→現地着12:30の予定です。参加予定者(敬称略)は、青木正伸・青木善政・石田晃朗・石原久歳・伊地智良雄・井出和枝・桑名宏幸・小森茂樹・近藤和彦・辻孝範・中川三夫・野村哲哉・平松隆一・山本善通・上西宗市・中澤実任盛・澤田淳の計17名です。
- 4月17日(日) 国立京都国際会館にて、地区研修・協議会が開催されます。10名が参加予定です。

第27期理事役員

会長	上西宗市	副会長	中澤実任盛	会場監督	辻孝範	職業奉仕	南啓次郎
直前会長	桑名宏幸	幹事	澤田淳	会員組織広報	伊地智良雄	社会奉仕	青木正伸
会長エレクト	山本善通	会計	甲斐切稔	会員増強	竹若豪	国際奉仕	中川三夫
				奉仕	伊上西保	青少年奉仕	平松隆一

クラブテーマ 会長 上西宗市
地域を愛し、地域と共に

国際ローターテーマ 会長 K.R. "ラビ" ラビンドラ
世界へのプレゼントになろう

国際ローター第2650地区ガバナー中澤実任
クラブに『個性』と『憧れ』を!

会長の時間

本日は、この例会の後家族親睦旅行です。今年は職業奉仕委員会にご担当頂き、職場訪問を兼ねてという趣旨で南委員長が企画して下さいました。そして増井会員に色々とお手配頂きました。ありがとうございます。お忙しい方ばかりであります。24名のご参加を頂いて、この後2時から出発します。メインはトヨタの最新の工場見学ですが、食事ホテルも豪華版という事で楽しみに致しております。どうぞよろしくお願ひ申し上げます。

また、昨日は水口ローターアクト主催のビジネススタディカフェin石部高校に8名のメンバーの皆様にご参加頂き、ありがとうございました。水口高校に引き続き2回目となりましたが、これぞローターの職業奉仕という事業だと思います。これをローターの子供であるローターアクトが主催されることは本当に立派なことであり、頭が下がる思いがします。高校生に「仕事とは?働くとは?」について、ご参加頂いた皆さんは熱く語っていただけました事と思います。次年度も開催されると思っていますので、今回ご参加頂けなかった皆さんも、大変楽しい事業ですので、是非ご参加頂きます様によりお願ひ致します。



幹事 澤田淳

委員会同好会報告

●健康診断について野村先生より●

血液検査の結果、数名がアウトの方がいらっしゃいます。個人的にご相談させて頂きます。来年からは、追加項目としてピロリ菌の検査を入れたいと思います。前立腺がんの腫瘍マーカーに引っかかっている方は、泌尿器の受診をおすすめします。

●インドア・アウトドア同好会より● ～お花見とバーベキュー～

日時：4月9日(土) 12時現地集合
場所：東寺じゆらくの里(川合会員別宅)
参加費：5,000円 申込締切：3月24日
～都をどり～

日時：4月26日(火) 16時20分現地集合
場所：京都甲部歌舞練場・花郷
参加費：18,000円(観覧・飲食代込)
申込締切：4月7日
参加ご希望の方は事務局まで

四つのテスト ①真実かどうか ②みんなに公平か ③好意と友情を深めるか ④みんなのためになるかどうか

卓話

南啓次郎会員
ありがとうございました



血液検査の結果が出たところですので、健康志向のお話をさせていただきます。10日前に静岡マラソンに参加し完走しました。マラソンとはどんなものかをお伝えできればと思っております。今年は2月28日に行われました東京マラソンですが、私は2年前に参加しました。マラソンを始めたのはオーストラリアに駐在していた時で、当時は煙草を沢山吸っていたのですが、あちらは煙草が高く、25本入り600円程。日本では20本入り220円程でした。あちらはジョギングが盛んでしたので、私も煙草をやめてマラソンに挑戦しようと思立ち、1997年98年とゴールドコーストマラソンに参加しました。翌年日本に帰国、それからしばらくはジョギングは続けているものの、マラソンからは離れていました。日本旅行を退職し滋賀県に戻った2011年に、第1回大阪マラソンがあるので参加してみたいかかかすかと大塚製薬様より話をうけ、走れるか心配でしたが4時間10分で完走することが出来ました。2007年から始まった東京マラソンは今年で10回目だったと思いますが、その経済効果を認めた各都市が増えております。私は昨年、第1回金沢マラソンに参加しました。実を言うと、抽選倍率が高くなかなか参加できないのが都市マラソンなのです。2014年の東京マラソンは10倍。毎年2月下旬に開催されるこの大会は、前年の8月頃にインターネットで受け付けが開始され、当選結果は9月下旬にメールで通知されます。私は大塚製薬さんの出場枠を頂戴いたしましたので、抽選せず参加資格を得ました。昨年の東京・京都・横浜には落選し、唯一金沢マラソンに当選しました。先日出場した静岡マラソンは先着順でしたので応募出来ました。

東京マラソンでは、前日にゼッケンと計測チップを受け取らないと出場出来ません。9時にスタートですが、2時間以上前にはスタート会場に到着し、荷物を専用トラックに預けて1時間前にはスタートエリアに整列します。そのエリアは、申し込みの際に自分が申請した予想タイム毎にA～Kまで分かれております。9時にいよいよスタートです。私のCブロックはスタートラインから約200メートル後ろですので、スタートの20分前から始まるセレモニーなど全く見えません。スタートの1分前のカウントダウンが始まると、会場は異様な雰囲気になります。いやがおうにもアドレナリンが吹き出します。号砲が鳴りスタートしてから、実際にスタートラインを通過出来るのにCエリアで2～3分程度、全てのランナーがスタートを通過するのに40分程かかります。計測チップがスタートラインを通過してからのネットタイムを計測しますので急ぐ必要はありません。給水所では、大塚製薬のアミノバリューが配られます。他にもバナナやあんぱん、おにぎりなどの食事も出ます。私は食べながら走るので、食べまくります。当日は、バナナ6万本、パン・梅干し・チョコ他が準備され、仮設トイレもコース上に9千基設置されます。沿道には観客の方々が大勢います。太鼓やマーチングバンド、チアガールや民謡、エリア毎に様々なパフォーマンスが見られます。マラソンの鉄則は「前半は早く走りたい気持ちを抑えてゆっくり走る。後半は歩きたい気持ちを抑えてゆっくり走る」私は5kmをおおよそ27分前後で刻むようにしています。最後の10kmはむちゃくちゃ早いといえます。ここを如何にペースを落とさず走れるかでタイムが大きく変わります。そして待ちに待ったゴールです。初めての時はものすごい感動!回数が多い人でもそれなりに感動します。完走者全員が有森裕子様に「自分で自分を褒めたい!」気分になります。私は毎回、何とか4時間を切れるように走っています。

都市マラソンに出場することは「大都市を丸ごと会場にして、超巨大なお祭りに参加すること」と思っています。東京マラソンで言う「日本の心臓部にあたる東京のど真ん中に大規模な交通規制をかけて35,000人のランナーと10,000人のボランティアと、140万人の観客が一つのイベントの為に集まる超巨大なお祭り!」是非皆さんも参加してみてください。マラソンの完走率は95%。制限時間は7時間です。

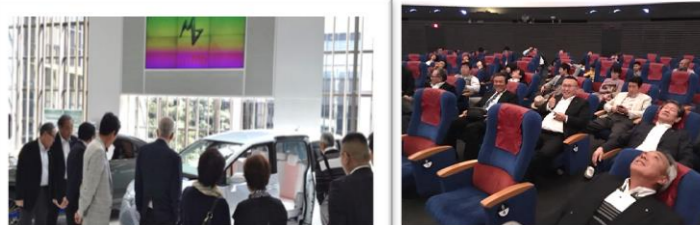
お客様の紹介



【左から】上森会員ご夫人 上森百合子様
辻会員ご夫人 辻美稚子様
上西会長ご夫人 上西睦子様

家族親睦旅行にご参加の奥様方に、例会にご出席いただきました。

家族親睦旅行



ニコニコ箱

2016年3月17日 第27期 第32回 通算第1272回

- 上西宗市 南さん、いつもながら素晴らしい卓話ありがとうございます。本日は、家族親睦旅行、楽しみにしています。南さん、増井さん、お世話になります。
- 澤田淳 暖かくなってきました。本日の研修旅行楽しみです。3週休みでした。すいません。
- 桑名宏幸 南啓次郎さん卓話ありがとうございます。
- 上西保 野村先生、従業員が大変お世話になります。又、健康診断書もありがとうございます。どうぞよろしく。今日明日皆様、家族例会よろしく。
- 谷康彦 やっぱ春はいいですね!部屋の中にあるのがモッタイナイ。
- 村増一 親睦旅行よろしくお願ひします。
- 近藤和彦 南会員、卓話御苦労様でした。竹若会員、お庭のリモデルおめでとうございます。
- 奥村展三 メンバーの友情に感謝。無事に光星学園三ヶ国の卒業式を、本日終えさせて頂きました。
- 野村哲哉 健康診断の結果が出ました。数人のロータリアンはアウトです。
- 小森茂樹 皆様、ご旅行お楽しみ下さい。今日はお天気最高ですね。
- 西岡建己 武田君、入会おめでとうございませ。本日、家族旅行欠席申し訳ありません。
- 辻孝範 春が来た、どこに来た...
- 園田英次 今日ちょっと嬉しいお知らせ。私の健康ってなんと素晴らしい身体なんでしょう!!機能の退化もありません。Happy!!
- 南啓次郎 家族親睦旅行、楽しい旅行となりました。南会員、卓話ありがとうございます。
- 星清 南さん、卓話しっかり聞きました。ありがとうございます。
- 石田晃朗 南さん、卓話ご苦労様でした。又、今日からの親睦旅行お願ひします。
- 伊地智良雄 南さん卓話ありがとうございました。本日のご旅行にご参加の皆様、どうぞお気を付けて行ってらっしゃいませ。
- 宮代篤 南会員、本日はスピーチ大変ご苦労様です。今日は楽しい旅行。家の都合で欠席します。残念です。
- 井出和枝 一気に春めいて来ました。今日、明日と家族親睦旅行に参加の皆様、よろしくお願ひ致します。
- 青木善政 南さん、卓話ご苦労様です。家族親睦旅行よろしくお願ひします。
- 甲斐切稔 南さん卓話ありがとうございました。
- 中川三夫 南さん、卓話ありがとうございます。
- 塚本茂樹 南会員、卓話ありがとうございました。

本日合計 61,000円 累計 2,176,000円

出席報告

例会名	第1270回	第1272回
例会日	3月3日	3月17日
会員数	41名	41名
当日出席	30名	30名
事前	1名	5名
事後	4名	名
出席免除	6名	4名
出席率	100.00%	94.59%

例会変更

例会日	クラブ名	ピジター受付	例会日	クラブ名	ピジター受付
3月25日 金	長浜東	無し	3月31日 木	栗東	無し
3月28日 月	長浜	無し	3月31日 木	彦根	平常通り
3月29日 火	彦根南	無し	4月5日 火	彦根南	平常通り
3月29日 火	長浜北	無し	4月6日 水	高島	平常通り
3月29日 火	水口	平常通り	4月7日 木	大津西	無し
3月30日 水	大津東	無し	4月7日 木	彦根	平常通り
3月30日 水	八日市南	無し	4月8日 金	長浜東	平常通り
3月30日 水	高島	無し	4月12日 火	長浜北	平常通り
3月31日 木	大津西	平常通り	4月13日 水	八日市南	無し