



THE ROTARY CLUB OF NAGANO WEST 長野西ロータリークラブ



例会 毎週金曜日 12:30～13:30 ホテル国際 2 1
事務局 〒380-0838 長野市県町 576 ホテル国際 21 内
☎026(235)2800 FAX026(235)0016
e-mail:nwrc1987y@sweet.ocn.ne.jp

会長／布施慶典 幹事／村田秀雄 クラブ会報委員長／藤澤克彦
SAA／野村泰久 副SAA／西沢 徹

第1499回例会 2018年（平成30年）12月7日（金）年次総会
第1500回例会 2018年（平成30年）12月9日（日）IM・会員セミナー
第1501回例会 2018年（平成30年）12月14日（金）年末家族会

インスピレーションになろう BE THE INSPIRATION

会長挨拶

布施慶典会長

秋篠宮さまが、記者会見で来年の「皇室行事の大嘗祭には、公費を出さず、身の丈にあった儀式にすべき」との考えを示しました。戦後、政治と宗教の分離の観点から、皇族が公の場で、政府の方針に異議を唱えるのは異例のことです。新天皇が即位後、初めて国民の安寧や五穀豊穡を祈る大嘗祭の費用は、前例踏襲で公費である宮廷費から支出することにしています。会場となる大嘗宮の造営に約14億円、関連予算は約25億円が考えられているが、「宗教色の強いものを国費で賄うのはどうか」と疑問を提示したのです。天皇・皇后両陛下や皇太子ご一家の「私的な資金（内廷費は、年間3億円）を充て、規模もそれに見合ったものにすべき」と説明されました。天皇・皇后両陛下の常日頃のお考えの「象徴天皇として国民と共に歩む」、「国民の負担を出来るだけ少なく」に沿っている。両陛下は今年も数多くの自然災害に際して、全国の被災地を慰問されて、国民のご苦労とご心労を感じているからに他ならないと思います。秋篠宮さまは、宮内庁の山本信一郎長官らに伝えたが、聞く耳を持たなかったことが非常に残念と言っています。私からみると、皇室の思いと現政権の考え方に齟齬を感じます。憲法改正でも、素案では、「象徴天皇ではなく、戦前のように元帥として、天皇の権威を高める」ために、と

しか思えません。主権である国民が、皇室のあり方を考えるべきと思います。

昭和14年に、アメリカのジャーナリストが天皇観を語っています。

「日本は、天皇によって統治されているのではなく、天皇の名において統治されている。天皇は人間であり、神でもあり、天皇はひとつの象徴でもあり、いくつもの理論や伝統や影響力の集積を体現したもので、支配者ではない、ましてや独裁者では全くない。」（半藤一利著参照）

12月のお祝い事

おめでとうございます



〈結婚記念会員〉 宮原友昭さん 村田秀雄さん
清水光朗さん 清水 満さん
〈夫人誕生記念〉 川橋恵子さん 松本知子さん
宮原いずみさん 村田和子さん 岡田成子さん
〈会員誕生記念〉 松本克幸さん 中島 勉さん
西沢 徹さん 高井新太郎さん 竹重王仁さん
竹村利之さん 轟 修平さん

幹事報告

村田秀雄幹事

- ・ 8日古川静男ガバナーエレクト壮行会
於：松本 竹内喜宜次期ガバナー補佐出席
- ・ 9日(日)IM・会員セミナー開催 予定乗車時間等に遅れないようご注意ください
IM・会員セミナー出席23名懇親会22名出席
- ・ 12月21日、28日、1月4日は 休会
新年初例会は1月11日

年次総会

議長 布施慶典会長

次期役員理事候補者発表

柄澤重登指名委員長



本日は、ロータリークラブにとって一番大切な日だと思っております。というのは、年次総会で次年度の役員・理事を決めるということで、クラブの方向性が決まる重要な日となるからです。指名委員は、歴代会長経験者、現会長、オブザーバーとして現幹事、会長エレクト、幹事エレクトがなり、11月9日に指名委員会が開催され熱心に審議されました。その中で一番古いということで私が指名委員長を仰せつかりました。指名は以下となります。

2019～2020年度 役員・理事の候補

会長：村田弘志 副会長：伊東義次

会長エレクト・クラブ奉仕委員長：川橋昭義

職業奉仕委員長：轟 修平 幹事：瀧澤 聡

社会奉仕委員長：池田修平 会計：高橋英司

国際奉仕委員長：飯田弘己 SAA：清水光朗

青少年奉仕委員長：南 信行 幹事エレクト：青木 宏

拍手をもって承認

敬称略

2019～2020年度ガバナー補佐：竹内喜宜

G補佐幹事：中野欣哉 G補佐副幹事：若麻績信昭



村田弘志会長エレクト挨拶



ご承認頂き有難うございました。いよいよスタートラインに立たせて頂くわけですが、歴代会長の皆さんが経験された重圧を今ひしひしと感じております。次年度にはIM・会員セミナーなど大きな行事が予定されています。これを成功できますよう皆様には今まで以上のご協力をお願いしたいと思います。運営方針等はこれから瀧澤幹事と考えていきますが、まずは、全員参加の楽しいクラブ運営を務めさせて頂きたいと思っております。どうぞよろしくお願い致します。

出席・ニコBOX報告 高井新太郎例会運営委員

12/7(会員49名)出席32名前々回修正出席率78.72%

- ・ 布施慶典さん☆西クラブソングの収録をしました。マイクの前で膝がガクガクしましたが久しぶりに大きな声で歌いました。
- ・ 柄澤重登さん☆本日は年次総会よろしくお祈りします。☆ガバナー月信12月号表紙にクラブのロータリーの森林(もり)例会の集合写真が大きく掲載されました。月信の表紙を飾るのは、初めてです。
- ・ 若麻績信昭さん☆先日、山本さん宅でレコーディングを行いました。ミキシングも見させてもらって面白かったです。
- ・ 宮原友昭さん☆年末家族会も来週となりました。皆さんで楽しい会にしましょう!!風邪など引かれませぬように、お待ちしております。
- ・ 中島 勉さん☆つたない卓話ですが、よろしくお祈りします。

・ 合計 15,000円 ・ スヌーピー 4,370円

・ 累計 337,412円

1/11 本日のプログラム

年次総会

会員卓話 村田弘志会長エレクト

1/18 プログラム

会員卓話 大谷浩昭さん

「自己紹介」

会員卓話 中島 勉さん

「認知症とその予防」



日本の高齢者の割合は現在4人に1人ですが、2025年には高齢者の割合は最高になります。加齢とともに認知症は増えるのでさらに増えることとなります。

日本は世界でも最も高齢者の割合が高く、認知症の問題はさらに大きくなります。それに備えて我々も認知症のことをよく知る必要が出てきます。

認知症は大きく分ければ原因が不明な変性疾患（アルツハイマー型認知症など）と脳の血管性認知症（糖尿病、高血圧症などがある場合）に分かれます。症状としては中核症状と周辺症状に分かれます。中核症状には記憶力の低下、判断力の低下、性格の変化が挙げられます。周辺症状は陽性症状（怒りやすい、徘徊、被害妄想、介護拒否）、陰性症状（無言、うつ症状）がありますが、本人は病気だと認識をしていないのが特徴です。認知症の原因が不明であり、そのため有効な治療法が見つかっていないのが現状です。

現在、認知症で困ることは周囲の人が認知症の患者さんに振り回されてしまうことです。特に、被害妄想、徘徊、怒りやすいこと、病識の欠如には、周囲の人は理解できずとても困るわけです。介護者は大変な思いをしています。一人で抱え込まないで、介護保険も上手に利用すると介護の苦勞が軽減します。

アメリカの研究があります。カリフォルニア大学のデール・ブレデセン博士はアルツハイマー病をもたらす三つの原因として炎症、栄養不足、毒物をあげています。炎症にかかわるものとして肥満、歯周病など、栄養不足にかかわるものとして、血糖の高値、ビタミン不足など、毒物にかかわるものとして水銀、農薬、喫煙、カビをあげています。ですから、肥満の解消、高血糖にならないようにする（炭水化物の制限）、質の良い睡眠、適度な運動、ストレスをためない事が大事になります。サプリメントも有効です。フェルガード（主としてフェルラ酸）が日本認知症予防学会でも認定されています。

認知症になるには20年の歳月がかかるといわれます。今からでも遅くありません。飲酒の適量、禁煙、口腔ケアの徹底、トランス脂肪酸をすくなくする（外食を少なく、加工食品を少なくする）、糖質が過剰な食事は止めるなど、できることは完全には無理としても実行していきましょう。

北信第1グループIM・会員セミナー
12月9日(日) 於：メセナホール・迎賓館 出席17名
上沢広光ガバナー補佐・須坂五岳RCホスト

テーマ「インスピレーションになろう」
第一部 IM（インターシティミーティング）
メセナ少年少女合唱団 定期演奏会



移動して迎賓館にて
第二部 会員セミナー



竹内喜宜次期ガバナー補佐挨拶に続き次期ホストクラブとして布施慶典会長挨拶。その後、綿貴隆夫パストガバナーが講評をされました。



第三部 懇親会では、
名物おでんもおもてなし



第1501回例会 年末家族会

2018年12月14日(金) 18:30～ 於 長野ホテル犀北館 会員・ご家族・ゲスト:94名
 ゲスト:ケルビン ライ ション オン長野南RC 米山奨学生



布施慶典挨拶

恒例の年末家族会に、ご家族の皆様にも多数参加頂きありがとうございます。どうぞ楽しくゆっくりとお過ごしください。今年は、平成の最後の年でしたが、日本の各地で豪雪、豪雨、猛暑、台風そして、三度の地震(島根・大阪・北海道)に見舞われた年でもありました。漢字協会の今年の一文字は、「災」になりました。被災に遭った方々には、お見舞い申し上げ、一日も早い復興をお祈り致します。

ロータリークラブの活動は、親睦と奉仕です。親睦は会員同士の友情を深め、奉仕は、職業を通して、地域社会に貢献していくことです。そして、公共イメージのアップも図りたいと思っていますので、ご家族の皆様にもご理解とご協力をお願いいたします。あと僅かで新しい年を迎えますが、皆様の益々のご活躍とご健勝をお祈り申し上げます。



18:30～18:40

司 会: 宮原友昭会員家族委員長
 挨拶: 布施慶典会長
 乾 杯: 柄澤重登第12代会長



皆さんお楽しみください



一緒に。かんぱ〜〜い!!

19:00～ サンタさんからお子様へプレゼント

ぼくらのじいじはミュージシャン♪



ジジもいれてえ



大きくなったら一緒にマラソンする?



綿貫じいじと初めてきました



ゆきちゃん3才になりました



早くあげたいよう



野村3姉妹で〜す

19:20~20:00

今宵限りのクリスマススペシャル
丸山みゆきwith角田バンド 演奏



サンタさんお疲れ様



20:00~20:20 お楽しみ抽選会



ケビン君は何をもらったかな



長野西ロータリーソング「仲間と共に」合唱



若麻績さんも歌えるように
作曲しました



おもしろすぎる!! グ〜〜!!



それでは歌います



20:30 中締め 村田弘志会長エレクト





皆さん お楽しみ頂けましたか？
 メリークリスマス！！



ニコニコ BOX 報告：中島 勉例会運営委員長

メリークリスマス！★宮原友昭さん・川橋昭義さん・中島 勉さん・瀧澤 聡さん・布施慶典さん・飯田弘己さん・
 青木 宏さん・村田弘志さん・青木茂人さん・大橋東二郎さん・太田裕志さん・伊東義次さん
 ハッピーニューイヤー★村田秀雄さん 大勢で宜しくお願いします！★南信行さん・斎藤泉さん
 本日は楽しませて頂きます★藤澤克彦さん・粕尾正康さん・竹村利之さん・高橋英司さん・野村泰久さん・清水 満
 さん・柄澤重登さん・竹内喜宜さん お世話になります★松本克幸さん

合計：63,000円 累計：400,412円

★★ 企画運営：宮原友昭会員家族委員長・山本委員・川橋委員・斎藤委員 協力：例会運営委員会 ★★

★★ 会報当番撮影：藤澤委員 写真提供：青木 宏プログラム委員長 ★★