



国際ロータリー・テーマ  
インスピレーションになろう  
国際ロータリー会長 バリー・ラシン

地区テーマ  
ロータリーを学び、実践し、発信しよう  
; Enjoy Rotary  
第2650地区ガバナー 中川基成

彦根RC会長テーマ  
笑顔でロータリー みんなでロータリー  
彦根ロータリークラブ会長 安居継彦

認 証 1952年10月27日  
例 会 毎週木曜日 12時30分～13時30分  
例 会 場 彦根ビューホテル TEL 0749-26-1111  
事 務 局 〒522-0063 彦根市中央町3-8 彦根商工会議所3階  
TEL 0749-23-2101 FAX 0749-26-9272  
E-mail : hikoner@topaz.ocn.ne.jp http://www.hikone-rc.org/

2018～2019年度 会 長 安居継彦 会長エレクト 本庄秀樹  
副会長 井の下精作 幹 事 那須賢司  
会 計 本登忠雄 SAA 瀧沢隆司  
バスターガバナー 山崎時雄 ガバナー補佐 岡田建三

## 第3215回例会 2018. 8. 30

開会点鐘  
ロータリーソング斉唱「我らの生業」  
ビジター紹介  
会食・懇談  
会長の時間  
会員のお祝い  
幹事報告  
委員会報告  
ニコニコ箱報告  
出席報告  
卓話  
「新しい情報通信時代の流れ  
～社会の発展とICTのかかわり～」  
担当：藤岡聖和 君  
閉会点鐘

今日の食事

幕の内

次回例会案内 (2018.9.6)

納涼例会 17:30～ 於. 滋賀銀行志賀寮  
(懇親会 19:00～ 於. 伊勢幾)

## 「目指せ！彦根城世界遺産！」



### ヴェネツィアとその潟（イタリア）

ヴェネツィアは5世紀にアドリア海の干潟（ラグーナ）に築かれ、街は実に118もの小島から成り、数多くの橋でつながっている。10世紀には強力な海運共和国として貿易で栄えた輝ける歴史をもち、ヴェネツィアの中心街にある建築物以外にも、ヴェネツィアン・グラスで有名なムラーノ島、レース編みで有名なブラーノ島、島全体が墓所となっているサン・ミケーレ島も世界遺産物件として登録されている。

### お祝い

会員誕生日 岡 銑三郎君(9月6日)  
中川勝晴君(9月12日)

ご夫人誕生日 藤岡君ご夫人真紀さん(9月8日)  
杉本君ご夫人清美さん(9月9日)  
小菅君ご夫人照美さん(9月11日)  
浅山君ご夫人あきさん(9月11日)

結婚記念日 本登君ご夫妻(9月3日)

皆出席 小椋君…14年  
岡田(真)君…8年  
本庄君…7年

入会記念日 川村嘉昭君(平成29年8月31日)

### 9月のスケジュール

- 9/ 1 <滋賀ブロック>クラブ米山奨学委員長会議  
(14:00～滋賀大学大津サテライトプラザ)
- 2 RLIパートII研修会(9:45～京都文教学園)
- 6 会長杯ゴルフコンペ(彦根CC)  
納涼例会(17:30～滋賀銀行志賀寮・伊勢幾)
- 3 浦部謡曲教室(19:00～千代神社)
- 8 新会員セミナー(10:00～大津プリンスホテル)  
県下RC会長会議(11:00～大津プリンスホテル)  
第1組IM(13:30～大津プリンスホテル)
- 10 浦部謡曲教室(19:00～千代神社)
- 15 サッカー事業会議(18:00～龍鱗)
- 17 地域別職業奉仕担当者懇談会  
(13:30～近江八幡市総合福祉センター)
- 29 ゴルフ同好会第1回ゴルフコンペ(彦根CC・龍鱗)

## IM参加方法について

9月8日(土)第1組IMが下記の通り開催され、当クラブはバスで参加いたします。まだ登録可能ですので参加希望される方は事務局までご連絡ください。

日時 9月8日(土)  
彦根駅西口小間蔵前 11:50出発  
彦根商工会議所 12:00出発  
I M 13:30~16:45  
懇親会 16:45~18:30

会場 びわ湖大津プリンスホテル  
☆クールビズで、昼食は済ませてお越しください。  
(現在 IM登録26名・懇親会22名)

## 県下RC合同親睦ゴルフ大会について

県下RC合同親睦ゴルフ大会(ロータリー希望の風奨学金チャリティーゴルフ大会)が五個荘・能登川RCのホストにより下記の通り開催されます。

今回は当クラブがホストをしますので、多数のご参加をお願いいたします。

日時 10月10日(水) 8:00~  
場所 蒲生ゴルフ倶楽部  
登録料 8,000円  
締切 8月31日

☆大会に参加された方にはメーキャップカードが発行されます。

## さあ 集まろう!

### ロータリーの会員増強に成功するヒントをご紹介します

1. クラブの長所を全てリストにする
2. 入会候補者のリストを管理する
3. クラブの強みを知る
4. 会員増強をクラブの最優先事項にする
5. 行く先々でロータリーについて話す
6. 会員の責任をリストにする
7. ゴールはないことを認識する
8. 入会式をお祝いする
9. 粘り強く
10. 精力的に 詳しくは友8月号をご覧ください  
(ロータリーの友8月号より抜粋)

## 前回例会報告

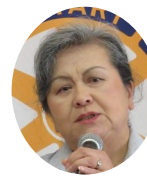
会長の時間では、ガバナーの公式訪問も無事に終わり、ほっとしています、ありがとうございます。本日は、地区から西日本豪雨災害の義捐金のお願いがきています。一人当たり3,000円以上のご協力をお願いいたします。6回目のマルチプル・ポール・ハリス・フェローが大森君に認証されました。

石原成郎会員増強委員長より、増強について意見交換会を5グループに分けて行きます。詳しくは追って連絡いたします。よろしくお祈りいたします。

## 出席報告

	会員数	当日出席	メーキャップ	出席率(%)
8月23日	64(15)	47(8)	4	89.47
8月2日	64(15)	49(6)	6	100

本日の卓話は、渡邊僖子君で「最近店頭で話題にしていること」について話されました。



まず、血液の数字について、血管の長さ、全身を1周する速さ、体内の血液の量の楽しいクイズから始まり、健康寿命をのばそうと話されました。

健康寿命とは人の介護なしで生きられる寿命であります。平均寿命は男子で80歳、女子で86歳ですが、健康寿命は男子で71歳、女子で74歳であることから、9年から13年要介護の生活が強いられます。健康寿命を上げるにはどうしたら良いか。原因疾患をなくすることです。その一つにサルコペニアの考え方があります。サルコペニアとは、加齢や疾患により、筋肉量が減少することで、握力や下肢筋・体幹筋など全身の『筋力低下』が起こることを指します。または、歩くスピードが遅くなる、杖や手すりが必要になるなど「身体機能の低下が起こること」をさします。「指輪っか」テスト:ふくらはぎの自己評価のしかたによりサルコペニアが測定できます。また、高沢先生の『血管しなやか体操』が良い。この体操などをして健康寿命をのばして、元気な人生を送って下さい。と卓話を終えられました。

## ニコニコ箱

(本日計 33,000円・累計 459,000円)

西日本豪雨災害復興義捐金にご協力をお願いします

…安居(継)君

岡田建三様、早朝練成会お世話になりました

…北村(登)君

北村登さん、財団セミナーお疲れ様でした。小田柿さん、社会奉仕委員長会議お疲れ様でした…安居(継)君  
6回目のPHFをいただき…大森君

卓話の時間をいただいて。脳みそがオーバーヒートしてしまいです…渡邊君

“百日紅 残暑のゴルフに ひと呼吸”…正村君

妻の誕生日を祝っていただいて…田井中(順)君、四方君  
本庄君

1. カミサンの誕生日を祝っていただいて。 2. 欠席が続きますして申し訳ありません…堤君

## 彦根RAC例会

9月6日(木)「彦根RCとの合同納涼例会」

17:30~ 於. 滋賀銀行志賀寮・伊勢幾

9月20日(木)「ゴルフ例会」

19:30~食事 19:30~例会

於. ゴルフプラザ彦根



## 他クラブプログラム予定

8月31日(金)	長浜東RC	「休会」	受付あり
9月3日(月)	長浜RC	「ビジネスマッチング」	
9月3日(月)	五・能RC	「会員卓話」	
9月4日(火)	長浜北RC	「第2回クラブ協議会」	
9月4日(火)	彦根南RC	「昨今の塗料業界の動向」	