

# Niigata HIGASHI Weekly Report

新潟東ロータリークラブ週報  
No.2864 / 2017.1.27



国際ロータリー第2560地区  
新潟東ロータリークラブ  
会長:石川 昇  
幹事:村山栄一  
編集:広報委員会  
www.niigatahigashirc.com



- <司会> 熊倉 敏明 SAA
- <斉唱> ソングリーダー: 親睦委員 安達 博 君
- ・ロータリーソング「それこそロータリー」
- ・会歌「すばらしき仲間」



## 石川 昇 会長 挨拶



家族新年会では多くの参加をいただき大変ありがとうございました。特に、ご婦人方の多かった事も喜ばしい事です。そして湊町新潟の食事と伝統文化を互換で堪能いただけた事と思います。高齢化社会、長命国日本の健康な食生活を育てた日本食の話させていただきます。過不足のない栄養摂取は日本だけだそうで、世界の人口の約4%の人が食べ過ぎで60%の人が栄養不足だそうで、ちょうど良いのは日本だけだそうです。日本以外の先進国はエネルギー摂取量が多く肥満や心臓血管の疾患で寿命を縮めている一方、世界の半分以上の人々は栄養不足で短命になっています。過不足のないエネルギー摂取をしているのは世界人口の50分の1にすぎない日本だけだそうです。先進諸国の肥満の人たちの食料を栄養不足の国々に廻せたら理

想なのですが、食欲は人間の本能なのかもしれません。

日本人は肉食系より草食系つまり引くより野菜を中心とした食事が多いからと思われがちですが、実際には、タンパク質は植物性が多く、大豆を原料とする豆腐、納豆、味噌を食べており、肉の摂取量より魚、魚介類の摂取量が非常に多いことがあげられます。魚介類はカロリーが低く、脂肪分が少なく肥満の原因のカロリー過剰や心臓血管系の病気が少ないのが日本食の特徴です。魚介類を多く食べる日本人が健康長命国をつくっています。

## ゲスト・ビジターの紹介

- のんびり青山 菅原さん、加藤さん
- 米山奨学生 吳 湘さん

## 体験入会紹介

- リーフラス(株)新潟支店長 小林 秀司さん  
スポーツ指導者(サッカー)  
【紹介者】野沢 修君



## お祝い



【紹介】親睦委員 安達 博 君

● 会員の創業記念日

青木 謙一 君:(株)田中組

## 2017-2018年度地区役員 委嘱状伝達



クラブ奉仕委員会副委員長:安藤 幸夫 君

社会奉仕委員会委員長:保刈 玲子 君

青少年奉仕委員会副委員長:佐藤 真介 君

米山記念奨学委員会 奨学生・学友委員会委員:小林 素子 君

米山記念奨学委員会 寄付増進委員会委員長:野崎 裕 君

## 表彰

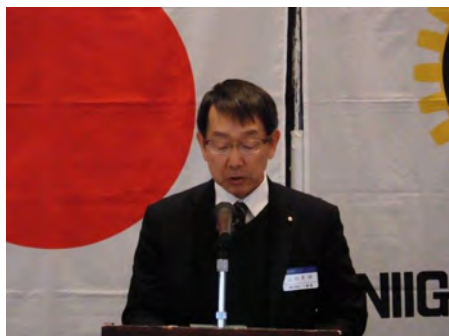


● 100%出席バッチの贈呈

村山 六郎 君 21年

池田 江里子 君 2年

## 委員会・同好会報告



●R財団  
山田 克明 理事  
寄付者紹介 本間 健一郎 さん



●米山奨学  
佐々木 彰 理事  
寄付者紹介 本間 健一郎 さん  
宮川 忠和 さん



●社会奉仕委員会  
野澤 修 副委員長  
本日ワクワク市受取日です。  
バレンタインの案内



●ロータリーの友紹介  
近藤 彰 副委員長



### 【ニコニコBOX】 青野 勉 君

安藤 幸夫 君  
先週の夜例会では会長、幹事さんはじめ、  
親睦委員会の皆様大変お世話になりました。  
会社の気持ちを込めてニコニコします!!

野澤 修 君  
待望の日本人横綱誕生と新潟出身力士の

### 【12月月間賞】



●保科 義則 君、安藤 幸夫 君

## 幹事報告



●村山 栄一 幹事

糸魚川大火の募金(未納の方よろしくお願ひします)

## 卓話「日本料理っていいね！」シェフパティシエ専門学校 国際交流事業部長 中野真道先生



●ゲストスピーカー紹介

田淵 展子 君

次回例会 2月3日 卓話「働き手の意識改革と人材確保・定着へ応用 ～大企業にはない中小企業の魅力を伸ばせ～」

(株)日本政策金融公庫 総合研究所 主席研究員 海上 泰生 先生

本日の出席率 75.00% / 2週間前メイクアップ後 86.44%

