



2013-14年度 国際ローターテーマ  
『ロータリーを实践しみんなに豊かな人生を』  
Engage Rotary Change Lives



2013-14 RI会長 ロンド. バートン  
RI 2820地区ガバナー 長谷川 國 雄

# Hasaki Rotary Club Weekly



No.1775号 2014年5月15日発行

## 例会プログラム

- |           |            |
|-----------|------------|
| ・点 鐘      | ・幹 事 報 告   |
| ・国 歌 斉 唱  | ・委 員 会 報 告 |
| ・ロータリーソング | ・ニコニコ・財団報告 |
| ・RIテーマ唱和  | ・出 席 報 告   |
| ・ビジター紹介   | ・卓 話       |
| ・会長あいさつ   | ・点 鐘       |

創立：1978年2月23日  
加盟：1978年4月14日  
例会場・事務所：神栖市商工会波崎支所  
〒314-0343 茨城県神栖市土合本町5丁目9809-527  
電話 0479(48)0333  
例会日：毎週木曜日 12時30分～13時30分  
○会 長 長谷川 和 夫  
○会長エレクト兼副会長 伊藤 恭 弘  
○幹 事 篠 塚 茂 男  
○副 幹 事 山 本 英 雅

# 第1774(43回) 例会報告

平成26年5月8日(木)晴  
進行：後藤 SAA

本日のお客様：石井課長様(潮来保健所)

## ◇ 会長あいさつ ……………長谷川会長

みなさん、こんにちは。今日は外部卓話ということで、潮来保健所の石井様がおいでになっております。ようこそおいで頂きました。ごゆっくりして下さい。またお食事終了後、講演をして頂くことになっていきますので、宜しくお願い致します。



さて、外部の行事が続きます。来週15日(木)は3クラブ合同例会です。例会の準備もあります。そして懇親会も含めて波崎クラブ全員でお迎えしたいと思いますので、ご協力宜しくお願いします。

来週はカンボジア支援です。22日(木)は休会で。金子さんを中心としてカンボジアへ行く人は有意義に楽しく過ごして頂ければと思います。また行けない人は出来る限りの協力をお願いします。

6月5日(木)は6クラブ親睦ゴルフコンペが開催されます。移動例会のため、銚子のレインボーヒルズCCで16時より例会を開会する予定です。外部の行事が重なって色々大変かと思いますが、共に頑張っていきましょう。

## ◇ 幹事報告 ……………篠塚幹事

来週、5月15日(木)の合同例会には会員の皆様は17:30までにホテル梅原にお集まり下さいます様お願い致します。例会の受付時刻を18:00点鐘は18:30になります。服総はジャケット及びネクタイの着用をお願い致します。



### 1. 例会変更

鹿島臨海RC 5月16日(金) → 5月25日(木)

3クラブ合同例会の為18:30より「ホテル梅原」

銚子東RC 5月27日(火) 18:30より

創立記念例会の為「銚子プラザホテル」

## ◇ 委員会報告

### ○ 次年度青少年奉仕委員会 ……………稲垣委員長

ロータリー杯少年フットサル大会開催のお知らせ

日 時：6月21日(土) 4, 6年生

6月22日(日) 3, 5年生

場 所：神栖総合グラウンド(神栖市東和田)

会員皆様の出席をお願いいたします。



- 国際奉仕委員会……………金子カンボジア担当委員  
カンボジアへの古着・靴等の梱包作業をします。お時間のある方は、よろしく願い致します。  
日 時 5月17日（土）16：00より  
場 所 金安商事



#### ◇ 卓話

- 食品講話……………潮来保健所石井課長様  
・食中毒の概要、発生状況 ・ノロウイルス ・カンピロバクター  
・寄生虫による食中毒 ・その他の食中毒についてお話しいただきました。



#### ◇ まめ知識

- うつ病と五月病

うつ病とは

眠れない、食欲がない、一日中気分が落ち込んでいる、何をしても楽しめない・・・この「気分が落ち込む」「ゆううつ」な気分が長期にわたって続いている場合、うつ病の可能性あります。うつ病は、精神的ストレスや身体的ストレスが重なることなど、様々な理由から脳の機能障害が起きている状態。これにより、ものの見方が否定的・悲観的になり、自分がダメな人間だと感じてします。普段なら乗り越えられるストレスも、よりつらく感じられるという、悪循環に。

五月病とは

仕事や学校、転居などで環境が変わり、最初のうちは張り切っていたのに、5月の連休明け頃から、なんとなく気分が落ち込む、疲れやすい、仕事や勉強、家事などに集中できない、眠れないといったスランプ状態に陥ること、これがいわゆる「五月病」。精神的な症状だけでなく、食欲不振や胃の痛み、めまい、動悸などの症状を訴える人も多く、新しい環境の変化についていけないあせりやストレスが、知らず知らずのうちに体の症状となって出てくるのです。

五月病といっても、新入生や5月に限って起きる病気ではなく、完璧主義で物事にこだわりがちな人や、内向的で孤立しやすい人、過保護に育てられた人などが五月病になりやすいといわれています。たいていの場合は一過性の心身の不調で、1～2ヶ月で自然と環境に慣れ、症状が良くなると言われています。

◇ 出席報告

林出席委員長

例会	項目	会員総数 (名誉会員を除く)	出席計算に 用いた会員数	出席または メイクアップ会員数		出席率(%)
				出席	メイク	
第1例会		21会員	21会員	出席: 11	メイク: 0	52.38%
第2例会		21会員	21会員	出席: 14	メイク: 0	66.67%
第3例会		21会員	21会員	出席:	メイク:	
第4例会		21会員	21会員	出席: 休会	メイク: 休会	休会
第5例会		21会員	21会員	出席:	メイク:	
5月度平均						

5月度出席表 出席:○ 欠席: / M+数字:メイクアップ回数 出席免除:免

会員名	1日	8日	15日	22日	29日	出席数	M数	会員名	1日	8日	15日	22日	29日	出席数	M数
赤出川 清	○	○						菅谷 昭夫	○	○					
安藤 信一	/	/						野口 玲吉	○	○					
安藤 寿博	/	/						長谷川和夫	○	○					
泉 純一郎	○	○						林 久夫	○	○					
伊藤 恭弘	/	○						三好 忠	/	/					
稲垣 和夫	○	○						茂木 勉	/	/					
金子 大作	○	○						森 輝義	/	○					
川島 弘行	/	○						山本 英雅	○	○					
小出 泰久	/	/													
後藤美紀代	○	○													
西條 昌良	/	/													
篠塚 茂男	○	○													
菅宮 浩行	/	/													

メイクアップ

◇ ニコニコBOX報告.....伊藤親睦委員長

伊藤 恭弘 欠席を詫びて ¥2,000円

ニコニコBOX	2,000円
コインBOX	1,100円
ビジター(0件)	0円
<b>合計</b>	<b>3,100円</b>

ニコニコBOX	
1週	4,000円
2週	2,000円
3週	円
4週	円
5週	円
月計	6,000円
累計	369,400円

コインBOX	
1週	1,000円
2週	1,100円
3週	円
4週	円
5週	円
月計	2,100円
累計	71,712円

5月の予定 15日 3クラブ合同例会 22日 休会  
29日 クラブフォーラム