国際ロータリー第2580地区
東京東村山ロータリークラブ

WEEKLY NEWS

Vol.57　第2714回例会　2023.9.28

今年度会長テーマ　よき事をしよう！地域で、世界で、人生で！！

卓話：菅原千稲会員

プログラム

① 点鐘：中條会長
② 合唱：ソングリーダー：土田会員
　それでこそロータリー
③ 会長挨拶・会務報告：北久保直前会長
④ 幹事報告：榎本幹事
⑤ 出席報告：川嶋会員
⑥ ニコニコボックス：美山会員
⑦ 委員長報告
⑧ 卓話
⑨ 謝辞・閉会点鐘：北久保直前会長

司会：益田会員

①
点鐘：北久保直前会長

④
幹事報告：榎本幹事

②
合唱：土田会員

⑤
出席報告：川嶋会員

- 会員数：28名
- 欠席：2名
- 免除者：1名
- 出席率：92.59%
- 出席者：25名
- 3週間前出席率（修正後）：96.30%

例会日：毎週木曜日 12:30～13:30
例会場：八坂神社 社務所
〒189-0013 東京都東村山市栄町3-25-1

週報作成：クラブ管理委員長 平野 裕明
事務所：〒189-0013　東京都東村山市栄町3-5-1 ハイツむさしの101
URL：https://hm-rc.org/　h.murayama@eagle.ocn.ne.jp
facebook：https://www.facebook.com/HigashimurayamaRC/
TEL 042-393-7500　FAX 042-395-1166

会長：中條基成
副会長：鈴木龍雄
幹事：榎本弘容
副幹事：平野裕明

③会長挨拶・会務報告　北久保直前会長

色々な秋がありますが、わたくしは味覚の秋です。シャインマスカットの知的所有権で日本の農家はかなりのダメージを受けています。国内だけでなく、海外でも手続きをしないといけません。品種登録・商標登録の両方が必要です。先週会員増強の炉辺会合をおこないました。

④幹事報告　榎本幹事

・九州4地区合同 公共イメージ向上＋エンドポリオ事業開催 10/28(土)10:00～@福岡懸護国神社
・2023-24年度第12回日本ロータリー学友全国総会 11/25(土)～26(日)@福島県浜通り
・第58回インターアクト年次大会参加料・登録料・協賛金の返金について 必要経費を精算したのち、返金予定。

[回覧]
コーディネーターニュース10月号/学友会

⑥ニコニコBOX　美山会員

◆北久保直前会長・榎本幹事：入会１年目で会員卓話をされる菅原会員、大変すばらしいです!!今日は得意の照明と健康についてのお話楽しみにしています。
◆野澤会員：菅原千稲さん、卓話を快くお引き受けくださり、ありがとうございます。有意義なお話、期待しています。
◆赤木会員：菅原さん、楽しいお話を楽しみにしています。
◆大仁田会員：秋めいて参りました。本日の卓話、菅原さん楽しみにしています。北久保直前会長、本日は会長代理お疲れ様です。
◆山本会員：菅原さん、卓話楽しみにしています。

合計：13,000円　累計：409,000円

■皆出席：野村会員(21回目)

⑦委員長報告

■土田ロータリー財団委員長
財団から寄付のお願い

⑧卓話

■卓話者紹介：野澤秀夫プログラム委員長

～健康と照明～

■卓話者：菅原千稲会員

明るさと人間の健康には密接な関係があります。
　青空：血液、脈拍もあがり活動的になる
　夕日：体の休息モードになる
照明の光でも、人間は影響を受けます。
照明を正しくつかわないと「癌」「欝」「認知症」の確率が上がります。日本人2人に1人は癌になり、そのうち4人にひとりが癌でなくなります。癌細胞は絶えず生成されていますが、免疫細胞にて死滅させられます。「免疫細胞の活性化：メラトニン」。夜勤の看護婦さんに乳がん発生率が高い。メラトニンが夜勤の看護婦さんは1/5しか生成されていない。太陽の光を浴びて夜にメラトニンは分泌される。
寝ている時に癌は転移する←メラトニンが抑制。
明るさがメラトニンの分泌を止めてしまう。夜の照明は間接照明や電球色の照明を利用し、メラトニンの分泌を促進する。

⑨謝辞・閉会点鐘：北久保直前会長