

WEEKLY NEWS

Vol.57 第2758回例会

2024.10.3

今年度会長テーマ

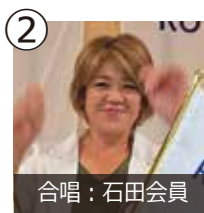
Chemistryを起こそう！



卓話：東京白十字病院病院 院長 安西宣恵様

— プログラム —

- ① 点鐘：鈴木会長
- ② 合唱：ソングリーダー：石田会員
国歌斉唱・奉仕の理想
- ③ お客様紹介：山本会員
- ④ 会長挨拶・会務報告：鈴木会長
- ⑤ 幹事報告：平野幹事
- ⑥ 出席報告：川嶋会員
- ⑦ ニコニコボックス：野村会員
- ⑧ 委員長報告
- ⑨ 卓話
- ⑩ 謝辞・閉会点鐘：鈴木会長



- 会員数：28名
- 欠席：7名
- 免除者：1名
- 出席率：76.92%
- 出席者：19名
- 3週間前出席率
(修正後)：85.19%

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：鈴木龍雄
副会長：平野裕明
幹事：平野裕明
副幹事：土田土朗

③お客様紹介

山本会員

- 卓話者：東京白十字病院病院 院長 安西宣恵様
- 早田利江様 赤木結貴様（赤木会員ご令嬢ご姉妹）



④会長挨拶・会務報告

鈴木会長

[理事会報告]

9月収支報告/多摩湖サイクリングエボリューション/
産業まつり/プログラム/昼食改善/交換留学生に関し
て/米山奨学生要望書に関して

⑤幹事報告

平野幹事

- ・クラブ会長エレクト研修セミナーの案内(事前予告)
2025/3/5/(水)14:00~@損保会館
- ・事前予告GPM 2025/1/31(金)15:30~Zoom開催
- ・2025-26年度ガバナー公式訪問スケジュール
2025/10/23(木) (地区大会2026/2/26/(木))
- ・2025-26年度クラブ調査用紙 提出締切 12/31
- ・9/26クラブ会長エレクトラーニング視聴リンクと
資料データについて
- ・来日学生・派遣予定学生合同オリエンテーション
10/3(木)17:30~@学士会館302号室
対象者 学生のみ
- ・来日学生10月フィールドトリップ 10/27(日)
12:00~16:45@鎌倉
- ・地区インターアクトクラブ「地区合同活動」開催
11/24(日)12:30@城西大学付属中学・高等学校

[回覧]

国際大会参加表/産業まつり参加表/ポリオ募金参
加表/ガバナー月信

⑦ニコニコBOX

野村会員



◆安西先生、不摂生な私達(50代)
の為の卓話、よろしくお願
いいたします。

◆小町会員：安西宣恵委員長、本
日はご多用の中卓話をお引き受
けいただきありがとうございます。
クラブの中心的活動会員の

健康を願っての話を楽しみにしています。

◆山本会員：安西院長、本日は卓話よろしくお願
いいたします。

◆中條会員：10/1に「多摩湖サイクリングエボリュ
ーション」委員会を榎本さんの会社の会議室で行いま
した。参加された方ありがとうございました。その
後食事会で野澤さんにご馳走頂きありがとうございました。東京白十字病院安西院長本日の卓話楽しみ
にしています。

◆北久保会員：東京白十字病院院長安西宣恵様、本
日の卓話よろしくお願いいたします。

■パートナー誕生祝い月：平野会員

■誕生祝い月：野村会員・平野会員



■結婚祝い月：町田会員



⑧委員長報告

■中條多摩湖サイクリングエボリューション実行委員長

11/16(土)に開催する。西武園競輪場を会場にして、
バンク体験、どんこい祭り、交通安全教室、ストラ
イダー、キッチンカー、フラダンスなど盛り沢山の
イベントとなる。2,000人目途の大イベントとなる
ので、人集め、金集めなどについて、皆さんの協力を
強く願います。

■山本多摩湖サイクリングエボリュ
ーション渉外担当

原則全員参加で、士気を高める
ため、揃いのポロシャツを買っ
て頂くことについて、また協賛
金への協力を願いたい。



■小町社会奉仕会委員長

11/9、10に開催される東村山市
民産業まつり。詳細については、
配布資料を参照して頂き、協力を
願いたい。



⑨卓話

■卓話者紹介：小町会員

～五十歳からの健康管理～

■卓話者：東京白十字病院病院 院長 安西宣恵様

実父は64歳で急死した。当時は、残された家族だけで
なく、患者さんや職員にも苦勞をお掛けした。日々の健
康管理は非常に大切であり、また経営者に何かがあると、
周囲への影響も大きい。その点を意識しておく必要が
ある。病気には、コントロールできる病気とコントロー
ルできない病気がある。予防できる病気は自分の意識
次第。・予防できる病気/三大死因 /生活習慣病/心筋梗
塞/心臓病と生活習慣病/脳卒中/脳卒中と血圧/生活習慣
とがんのリスク/がんと糖尿病/認知症発症と生活習慣
病/血圧と認知症/認知症と喫煙/認知症と有酸素運動/認
知症と運動習慣

⑩謝辞・閉会点鐘：鈴木会長