

2020-21
国際ロータリーテーマRotary
ホルガー・クナーク2020～2021年度 標語
「強い、絆で、未来を築こう」
諫早西ロータリークラブ
会長 野中英己

第1680例会 2020年12月2日例会記録 NO.18 天候 晴れ

【本日】会員数 45名 出席 38名 欠席 6名 出席率 86.67%
 【11/25】会員数 45名 出席 44名 欠席 1名 (MU 3名) 免除 0名 出席率 97.78%

会長の時間

りんごの健康効果

一年中出回っているリンゴですが、本来の旬は秋から冬。多くの国の民話や伝説に登場し、マークにも使われているなじみ深い果物です。例えば、人類の始祖アダムとイブが神様から禁じられていたものの、食べて善悪を知ったとされるのは、リンゴです。ウィリアム・テルの伝説で、息子の頭に載せて弓矢を射ることを命じられたのも、リンゴ。ニュートンが万有引力の法則を発見するきっかけとなったのもリンゴの落下でした。ビートルズのレコード会社であるアップルレコードや、世界的な企業のアップル社もリンゴをモチーフにしています。

リンゴは、栄養面で優れ、果実内のタンパク質分解酵素は消化を促進するそうです。リンゴ酸とクエン酸は殺菌効果や疲労物質の乳酸を排泄する働きがあり、体内の余分な塩分を排出するカリウムの含有量も多いそうです。皮にも豊富な栄養が含まれ、ペクチンは整腸作用があり、便秘に効果的とされます。また、プロシアニジンとは近年注目されているポリフェノールの一種で、しわの改善、肥満や動脈硬化の解消、育毛など幅広い分野での研究が進んでいます。



野中英己 会長

幹事報告

【例会変更】

※諫早多良見ロータリークラブより

日 時：令和2年12月15日(火) 12:30～

場 所：新諫早駅交流広場

※創立30周年記念事業報告例会
(100万\$食事例会)のため

※諫早北ロータリークラブより

日 時：令和3年1月7日(木)

18:00～神事、18:30～例会

場 所：L&Lホテルセンリユウ ※新年例会のため

【例会休会】

※諫早多良見ロータリークラブより

日 時：令和2年12月29日(火)

※定款第7条第1節(d)により

※諫早北ロータリークラブより

日 時：令和2年12月31日(木)

※定款第7条第1節により

【お知らせ】

※国際ロータリー日本事務局より

12月ロータリーレート 1ドル=105円

会 長／野中英己 幹 事／宇土 久 創立日／昭和60年2月20日 認証日／昭和60年3月5日
 例会場／平安閣 諫早サンプリエール(毎週水曜日) 〒854-0053 諫早市小川町71-1 TEL(0957)24-3907
 事務局／諫早商工会議所内 〒854-0016 諫早市高城町5番10号 TEL(0957)22-3323
 会報委員／草野 恵介・原田 典範・久保 泰正・清水 淳・吉田 健一郎
 HP/<http://isahaya-west.com> E-mail/info@isahaya-west.com

※ガバナー事務所より

- ①「新型コロナウイルス感染拡大防止に向けた
『日本事務局在宅勤務』のお知らせ」
②「疾病予防と治療月間 リソースのご案内」

◆米山功労者表彰



平 会 員

委員会報告



出席委員会 森 委員長

- ・諫早西 RC の9月の出席率は96.7%でした。
- ・2740地区では、100%出席のクラブが4つありました。
- ・メイキャップを活用して、出席率100%を目指しましょう。

クラブフォーラム 会員卓話



坂本 会員



早田 会員

【12月誕生日祝】



- 平野 義信 君 昭和 26 年 12 月 7 日
千住 良治 君 昭和 47 年 12 月 16 日
早田 和彦 君 昭和 15 年 12 月 30 日

【12月結婚記念日祝】



- 友永 俊介 君 平成 14 年 12 月 4 日
山崎 祥弘 君 昭和 42 年 12 月 5 日

😊 スマイルボックス 😊

親睦活動委員会 佐藤 真太郎 委員

- 野中 英己君：今日も元気で仕事をしております。
平 武君：宇土幹事、駐車場の手配有難うございました。
平野 義信君：祝って頂き、有難うございます。知らぬ間に古希になってしまいました。
山崎 祥弘君：53 回目の結婚記念日です。いろいろありましたが、乗り越えていっています。子供達、孫達も幸せに暮らしています。有難うございます。
千住 良治君：誕生日有難うございます。48歳になります。今後ともご指導宜しくお願いします。
佐藤真太郎君：先週はお休みしてすみませんでした。寒くなりました。皆さん、体調には十分注意して下さい!!
早田 和彦君：お祝い有難うございます。
友永 俊介君：結婚祝い有難うございます。

本日の合計 (12/2)	累 計 額
¥ 2 5 , 0 0 0	¥ 5 8 1 , 0 0 0