



平和構築と紛争予防月間

2024年2月21日第1883回例会

名鉄グランドホテル

司会 会場委員会 委員長 市原 信二

点 鐘

会長 魚住 尚三

唱 和

ソングリーダー 鈴木 雅貴

我らの生業

来訪者紹介

副会長 鈴木 雅貴

愛知県西枇杷島警察署

生活安全課 課長 圓福 康弘 警部

会長挨拶

会長 魚住 尚三



みなさん、こんにちは。

ここ最近の気象の異常ですが、寒暖差が激しく一日で10℃以上の気温差があります。たいへん体調に影響を与えるものです。

後ほど、これについて話をさせていただきます。

さて、日々 ニュースなどマスコミで報道されています事案ですが、たいへん悲惨なもので東京で起こった会社役員とその妻が実の娘四歳に対し、車の不凍液に含まれる有毒な化学物質を飲ませ続けて殺害させたり、青森県では五歳の娘に自宅で水を浴びせて放置し死亡させる虐待がありました。

どれも胸を締め付けられる悲しい事件です。

また、たくみな「特殊詐欺」も横行し、その手口も直接的なものもあれば、インターネットを利用し海外より仕掛ける場合もありま

1884 回本日のお知らせ(3月2日)
西尾張分区 IM(2/28の例会変更)
会場 ANA クラウンプラザホテル
グランコート名古屋
ホスト/一宮ロータリークラブ

1885 回次回のお知らせ(3月6日)
第9回理事会 11:30~
例会/クラブアッセンブリー12:30~
会場/CBC自動車学校
担当/会長・幹事

す。

「明日は我が身」と十分に注意し被害に遭わないようにしたいものです。

今日の卓話ですが、ご多忙のなか、愛知県 西枇杷島警察署 生活安全課 課長の圓福警部をお招きし、現状の地域を生の声で頂きたいと思えます。宜しくお願いします。

さて、冒頭に話しました寒暖差についてですが「寒暖差疲労」という気象病があります。気温差が7℃以上になるとおこりやすくなるもので、体調を調節する自律神経が過敏に働いてしまい倦怠感・冷感性・頭痛・肩こり・胃腸障害・アレルギーなどの症状が出るそうです。昨今、運動不足などで自律神経を調整する力も低下している恐れがあり、例年以上に身体が寒暖差に弱まっている可能性があります。

そこで、5つの対策をご紹介します。

- ① 体を中から温める。冷たい飲み物を避け、食事の時はよく噛んで、ゆっくり食べてください。
- ② 体を外から温める。入浴時には手首、足首、首、肩甲骨を温めます。外出時はマフラー、カイロを使用してください。
- ③ 体を軽く動かす。全身のストレッチ、階段の利用、軽いウォーキングがおすすめです。
- ④ ゆっくりと深い呼吸を行う。3秒吸って3秒止める、6秒で吐いて3秒止める。*4セットが目安です。
- ⑤ 腸内環境を整える。腸は「第2の脳」とも言われています。

ヨーグルトや納豆などの発酵食品を一日一回食べましょう。

どうぞ、ご自愛ください。

以上、ご挨拶と致します。ありがとうございました。

幹事報告

幹事 田島 雄

1. 名芸大 RAC チャリティーオークションの件

2024年2月24日(土)14時開会～

西キャンパス B 棟大会議室

2. 次回例会案内

28日(水)例会変更のため休会

西尾張分区 IM

日時:令和6年3月2日(土)

受付:15時30分～ 開会16:00～

場所:ANA クラウンプラザグランコート名古屋

出席報告

副委員長 松浦 正義

第 1878 回

会員数 28 名 出席数 20 名 出席率 80.0%

前々回 第 1881 回 修正出席率 96.4%

メーキャップ:0 名

ニコボックス

委員 六浦 基晴

魚住会長 天候不順です。体調管理には気をつけて下さい。

西枇杷島警察署、生活安全課課長、圓福警部、卓話宜しくお願い致します。

田島幹事 愛知県西枇杷島警察署、生活安全課課長、圓福様、本日の卓話宜しくお願い致します。

市原君 昨日から突然花粉症が出てきてとても苦しいです。

大野君 西枇杷島警察署、生活安全課課長、圓福警部をお迎えして

沖野君 業務多忙。

片山君 新年おめでとう。今年もよろしく。

熊澤君 明けましておめでとうございます。本年もよろしくお願い致します。

富田君 鬼頭さん、先日息子がお世話になりました。感謝！！

檜吉君 雑務多忙

松尾君 業務多忙。圓福様、卓話楽しみです。

松浦君 寒暖の差が激しいので皆様、ご自愛ください。

松岡君 誕生日のお祝いありがとうございました。

六浦君 暖かくなってきて、花粉も飛び始めてきました。記念誌委員会も5月納品に向けて本格始動です。皆さま、ご協力よろしく願いいたします

《第 1883 回ニコボックス》

寄付会員数	11名
本日の合計額	32,000円
本日までの累計額	982,000円

委員会報告

創立 40 周年 記念誌委員会 六浦委員長

<①会員の皆さまへ>

記念誌の末尾に掲載予定の「クラブ会員情報一覧」について、ご確認いただいた顔写真やお名前などの情報に加え、「手書きのひと言メッセージ」を掲載する計画としています。

次回 3/6 例会時に、専用の記入用紙をお配りしまして、ご説明予定です。

<②記念誌掲載予定の“各年度パスト会長”の皆さまへ>

過日行われました記念誌委員会におきまして、変更点が発生しましたのでお知らせ致します。

以前ご説明しておりました掲載内容「会長挨拶+活動写真」を『年度の活動をわかりやすく記載(=月表のみ+活動写真)』へ変更することとなりました。

こちらも次回 3/6 例会時にご説明できるよう資料をお渡しいたしますので、よろしくお願い致します。

旧:顔写真+会長挨拶+活動写真1~2枚

新:顔写真+その年度の月表+活動写真4枚程度を想定

委嘱状 伝達

国際ロータリー第 2760 地区 2024-2025 年度の委嘱状が堀尾君と小古君に授与されました。

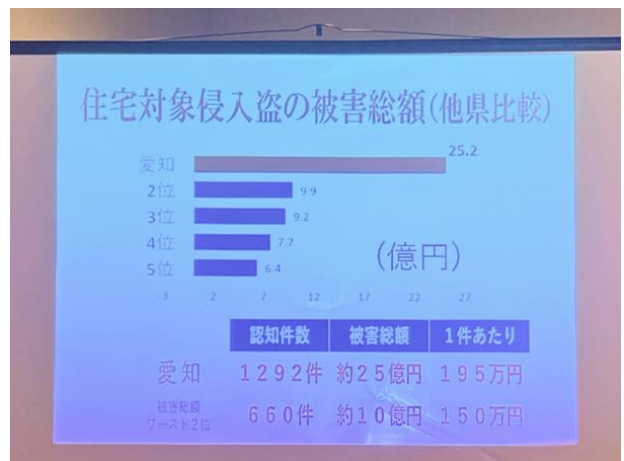


国際ロータリー第 2760 地区

2024-2025 年度 ファシリテーター



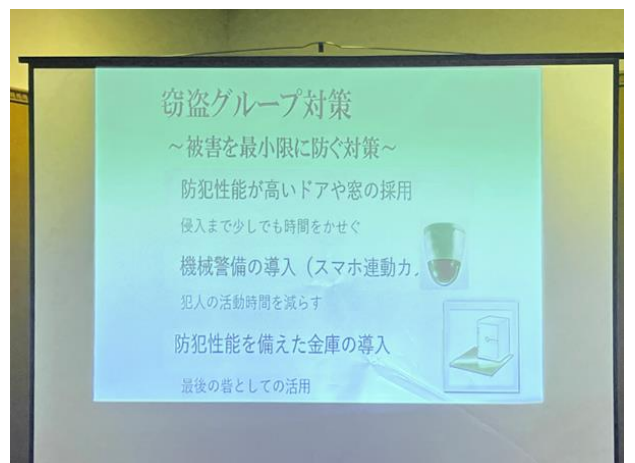
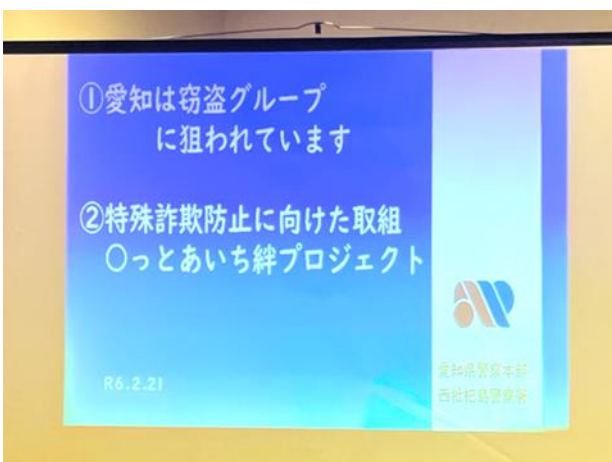
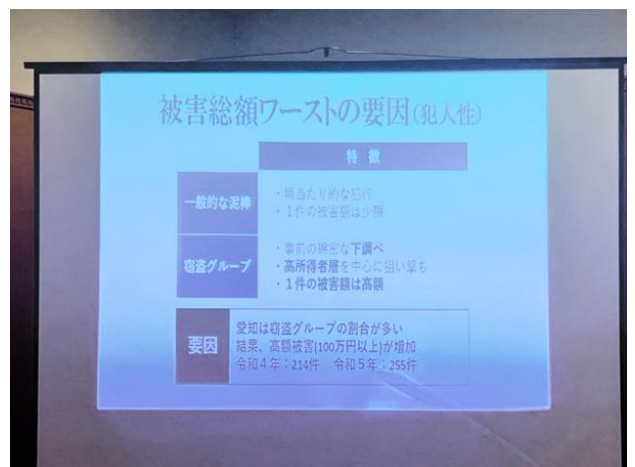
国際ロータリー第2760地区
2024-2025年度 ローターアクト委員会委員

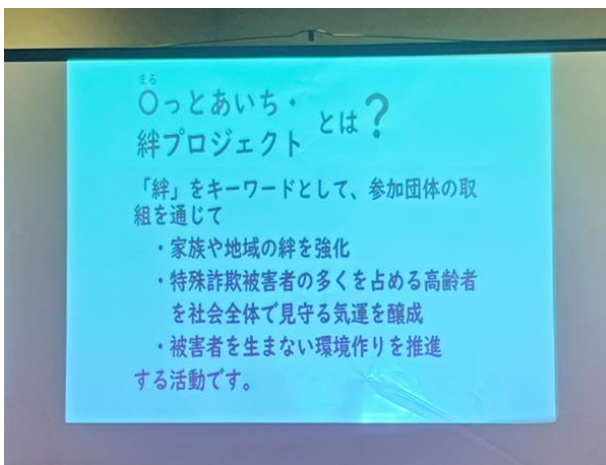
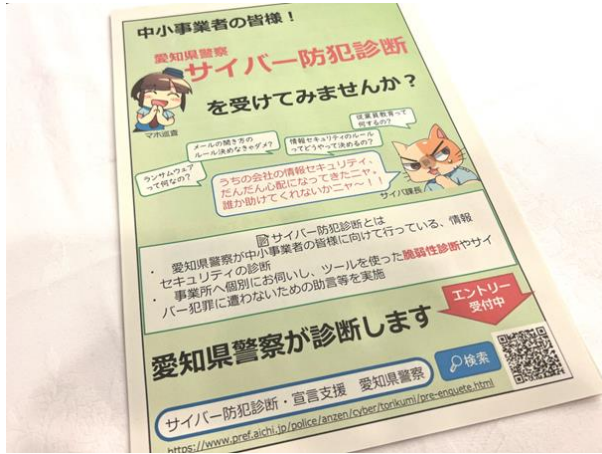
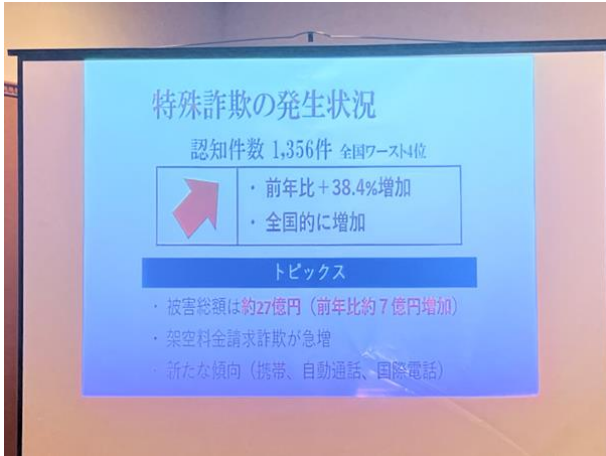
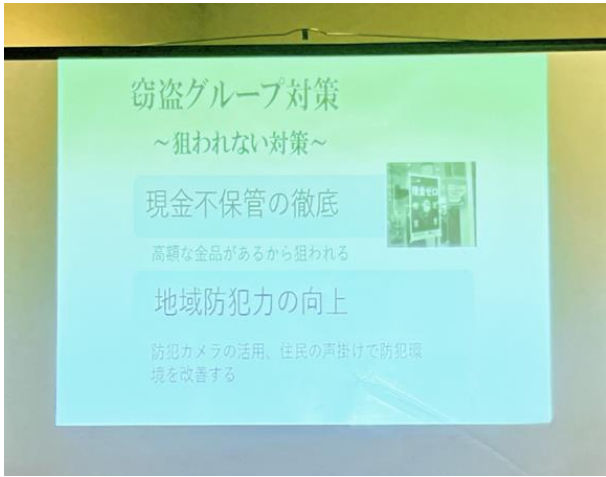


卓話



社会奉仕委員会の卓話として、愛知県西枇杷島警察署生活安全課課長圓福康弘 警部をお迎えして、「県内の窃盗被害」や「防犯対策」などについて、愛知県下の被害状況と経営者としての危機管理についてご講義いただきました。





尾張中央ロータリークラブインスタグラム

