



インスピレーションに
なるう



Weekly Bulletin



2018~2019年度
RI会長
バリー・ラシン



RI 第2620地区
ガバナー
星野 善忠



2018~2019年度
静岡日本平RC会長
吉岡 章

静岡日本平ロータリークラブ週報 第2,264回例会 平成30.9.21

会長挨拶

吉岡 章 会長

癌は生活習慣病の一つです。癌の予防をすれば他の生活習慣病全て予防しているわけです。癌は身体の免疫力が低下すると発生すると言われています。免疫力を上げるように生活することが大事です。

生活習慣ですが、先ず煙草はやめる。ウィルスやピロリ菌等癌の原因となるものは治療した上でのことですが、

- 1、楽しく生きよう。大きなストレスは避けたい。
- 2、気持ちの良い運動は続けよう。必死になる激しい運動は避けたい。

ここからは家庭での食事ですが、ロータリアンは忙しく、又外へ出ることが多いので、家での食事が非常に重要な意味を持ちます。

3、精白糖は使わない。白米はなるべく玄米に、白いパンは茶色のパンに。

4、野菜は少し熱を入れて料理。生野菜は量多く食べられない。最近食中毒の原因に生野菜原因時々見かけられる。キャベツ、ニンニク、ブロッコリー、カリフラワー、タマネギ、等々おすすめ。果物もおすすめ。

5、魚、イワシ、サケ、サバ、ニシン等おすすめ。

6、牛肉、豚肉、赤い色した肉少な目、加工肉なるべく少な目

7、緑茶沢山、紅茶、ウーロン茶その他少な目

8、全ての食事塩分控え目

宴会、地中海料理大歓迎。和食嬉しいな。焼肉、ステーキ、西洋料理、たまにだと良いのだが、アルコール控え目、忘れていました。

幹事報告

池上 直子 幹事

次週28日【奉仕プロジェクト職場見学】

トヨタ自動車東富士工場

8時20分 静岡南口スルガ銀行前に集合です。

東京山の手RCより

【2018年ボッチャ体験会】

【2018年第38回世田谷ふれあいフェスタ】

のご案内がありました。

詳細は後日お知らせ致します。

ロータリーソング

小島 万記 会員

我等の生業

お客様紹介

望月 由美 会員

高森 雄登 様 スタジオプレアデス理事長

伊藤 洋一郎 様 (静岡東RC)

吐前 敏孝 様 (静岡北RC)

中村 光太 様 公認会計士

関根 淳子 様 俳優

以上5名のお客様です。

出席報告

坪内 志のぶ 会員

回	月・日	会員数	出席計算 会員数	出席 会員数	出席率	メイク アップ	出席+ メイクアップ	確定 出席率	完 欠
前々回	9/7	41名	41名	36名	87.8%	1	37	90.24%	4
本日	9/21	41名	40名	34名	85%	—	—	—	—

2018年9月25日までのホームページ閲覧総回数:32244回

スマイル

北川 浩孝 会員

- 吉岡 章 会長
①高森様、本日はありがとうございます。②やっと涼しくなりました。
- 芦澤 政広 会員
吉岡年度もいよいよエンジンが掛かってきました。皆様会員増強のお声かけをお願いします。
- 村松 克己 会員
この頃欠席が多くてすみません、秋冬野菜の植え付け真最中です。明日はブロッコリーとカリフラワーです。
- 星野 敏夫 会員
高森理事長、関根様ようこそ
- 野村 泰俊 会員
職業奉仕の為早退させていただきます。お詫びスマイル!

- 向井 正太郎 会員
職業奉仕の為早退させていただきます。
- 市野 桂子 会員
知人の中村光太さんをお招きしました。いろんな意味で楽しく素晴らしい方です。ぜひ仲間に入って頂ける様みんなで勧誘お願いいたします。
- 松本 博 会員
先週村松会員が会社の研修でさわやかツアーを利用してくださいました。お陰さまで今月の給料を支払うことが出来そうです。ありがとうございます。皆様毎月どなたかご利用ください。
- 坪内 志のぶ 会員
焼津市の下小田にグループプリビングCOCO(ココ)下小田(高齢者向けシェアハウス)をオープンし、本日1名入居となりました。介護保険を使わずに、支え合いながら生活するコンセプトです。今後このスタイルが浸透してくれると嬉しいです。

招聘卓話

障害がある方の自立とプレアデスとの出会い



スタジオプレアデス理事長
高森 雄登 様

- ・自己紹介 石川県金沢市出身 8歳の時両親から自給自足を宣告される。
- ・障害者福祉との出会い、静岡大学卒業後先輩に誘われ特別支援学校に勤める。
- ・父親が陶芸家の影響で障害のある方に伝統工芸を教える。
- ・大きな転機、こども病院に入院している生徒に竹細工を指導したところ、わずか1年で静岡県工芸部門で準優勝その翌年日本一に輝く。その子供から「学校だけでなく病院に帰っても作業がしたい。」この一言で考え方変わった。

- ・宮内庁より電話にて「世界に挑む授業を参観させて欲しい」と連絡があり後に皇太子様が見学に来られる。
- ・現在多くの障害の方が1ヶ月働いても数千円、この現状を変える為物作り作業所にて2年目には3万円弱にまでになった。
- ・星野会員との出会い、「障害のある方が自立できるように力を貸して欲しい」の言葉にプレアデスを立ち上げる。
- ・現在作業所に通う方達から自分に自信が持てるようになったとの声。
- ・未来、この先障害がある方の大学を作りたい。
最後に障害がある方は決して“かわいそう”では無い他の人よりゆっくり成長の時間を過ごしているだけです。