



三次中央会報

ロータリークラブ

2018-2019 ROTARY INTERNATIONAL DISTRICT 2710

事務所/広島県三次市十日市東 1-16-19
TEL (0824) 64-1245
FAX (0824) 64-1245
E-mail m-c-rc@vega.ocn.ne.jp
http://mrcr.server-shared.com

例会場/広島県三次市十日市南 1-5-5
グランラッセ三次2F

例会日/月曜日 12:30~13:30

会長/角谷俊典

幹事/栗本清秀

●2018~19年度 国際ロータリーのテーマ



インスピレーションになる

●2018~2019年度 三次中央RCスローガン

広げよう ロータリーの心
増やそう ロータリーの友

■本日のプログラム ゲスト講演/青少年奉仕委員会

将棋講師 松田竹次郎様

■次回例会日時 2018年12月3日(月) 12:30~

■次回プログラム 年次総会、次年度役員選出/上半期報告

石田君、杉谷君、上田君、中重君、沈君、小田君、
大井君、沖土居君

■第1243回例会記録

●日時.....2018年11月19日(月)12:30~

●点鐘.....会長

●国歌「君が代」斉唱.....全員

●ロータリーソング「奉仕の理想」.....全員

■開会挨拶.....角谷会長

認知症のリスクを減らすには

皆さん、こんにちは。本日は、職業奉仕委員会の担当例会です。上田委員長お世話になります。先日、上田委員長と一足お先に森のポッケに見学に行ってきました。

もし、私の子どもが小さい当時、この三次にいて、このような施設があったなら、ちよくちよく行っていたと思います。皆さん、期待して下さい。お孫さんのお世話を頼まれたときには役に立ちますよ。

脳科学者の中野延子さんの著書の「生きるのが楽しくなる脳に効く言葉」を少し紹介します。「五感」を総動員させて、記憶することで、忘れっぽい自分を変えることができる、ということです。

記憶には「記録」:覚えること、「保持」:記憶を貯蔵しておくこと、「想起」:貯蔵してある記憶を必要な時に取り出すこと、この三つのプロセスがあるそうです。

人間は、視覚、聴覚、触覚、味覚、嗅覚という五感を介して、脳に情報を送り、記憶や学習、判断などの処理をしています。長期間しっかり覚えるには、五感をきちんと働かせるのも一つの手段で、働かせる感覚器官が多ければ多いほど、記憶は強化

されやすく、長期間にわたって残りやすいとされているそうです。

忘れっぽくて困る、記憶力に自信のないという人は、実は「想起」:記憶を取り出すところがうまくいっていないだけだそうです。

普段口にする食事や、何気なく見える景色、何気なく耳に入ってくる音や音楽、少し、気にかけてはいかがでしょうか。ちなみに、認知症のリスクは3つの生活習慣で減らせるということです。

一つ目がコミュニケーションを取る、人とのふれあいや会話、友達が多いほど認知症のリスクが低いということです。二つ目は、適度な運動です。三つ目は、血中コレステロール濃度が低いことで、食物繊維の多い食事を心がけましょう。

例会に出席することは、認知症予防に役立っていると思います。



■幹事報告.....栗本幹事

- 本日はミリオンダラーです。
- 沈委員長、村竹ロータリー財団担当が本日お休みですので、代わってご案内します。財団寄付の受付は、本日と来週までです。
- 庄原RCから会報が届いていますので回覧します。
- 本日の会場は飲食禁止のところ、特別に許可を頂いていますので、汚さないように気をつけて下さい。

その後、徒歩で13時に森のポッケに行きます。到着後、記念写真を撮り、A班B班に分かれて、A班は1階からB班は2階から視察します。それでは、よろしくお願ひ致します。

■SAA.....大井SAA

- 会員ニコニコBOXご出宝

■出席報告.....水野委員長

●第1241回 11月5日

会員数	41名	Make-up	1名
欠席	4名	出席合計	38名
欠席者からの建設費戻	1名	出席率	95.00%

- Make-up...箕田君
- 第1243回 本日の出席は41名中32名です。

■職業奉仕委員会.....上田委員長

本日は職場例会にお集まり頂きありがとうございます。本日の予定ですが、食事を12時50分までです。ゴミは分別して会場を汚さないようにしましょう。

ニコニコBOX本日出宝額 21,000円

■点鐘.....角谷会長



世界糖尿病デーに因み、11月9日(金)～11月17日(日)日没から22時までの間広島三次ワイナリーのカリヨン塔において、ブルーライトアップが行われました。これは全国糖尿病週間の啓蒙活動として、三次市医師会と三次市の連携により毎年十日市コミュニティーで行われていたものを、今年は当クラブ会員の元廣社長のご尽力で広島三次ワイナリーのカリヨン塔にて実現したものです。当クラブ佐々木会員のユニオン企画の皆さんが工夫を凝らし、カリヨン塔を見事なブルーで照らして下さいました。

文、写真:小根森会員



「みよし 森のポッケ」は、季節や天候に左右されず親子が安心して遊べる場所です。大きな遊具でしっかりと体を動かす。やさしい木のおもちゃに触れて遊ぶ。子どもも大人も夢中になれるおもちゃがたくさんそろっています。様々な遊びをとおして、子どもの成長や親子のふれあいを育み、たくさんの遊びと笑顔があふれる遊び場をめざします。



Carp三連覇 観戦始末記

Carp三連覇観戦始末記

寄稿：栗本清秀会員

私はカープ観戦の試合結果を記録しておりますのでその一端を纏めてみました。

2016年のレギュラーシーズンの観戦成績は9勝1敗で、CS初観戦も1勝しました。この年の特筆は、4月14日中日戦10対1の大勝、5月19日ヤクルト戦で今年引退した天谷のサヨナラタイムリー、6月28日三次きんさいスタジアムヤクルト戦は22年ぶりの10連勝、翌29日同じくヤクルト戦は黒田199勝で32年ぶりの11連勝、9月11日横浜戦、丸のサヨナラタイムリーです。

2017年は10勝3敗1分けで、4月27日巨人戦で大瀬良シーズン初勝利でヒーローとの写真撮影に選ばれました。5月4日中日戦はルーズヴェルトを制し、6月23日阪神戦は10点差の白星、7月6日巨人戦は丸の15号16号で15号は通算100号、8月3日阪神戦は初回4点先制されての9回裏に追いつき12回引分が記憶に残ります。

さて今季2018年は良くも悪くも劇的な試合を観て参りました。4月19日ヤクルト戦延長12回裏の下水流サヨナラタイムリー、5月31日西武戦は2回裏に10点の猛攻を受け敗戦、6月28日巨人戦は期待の左腕、高橋昂也プロ初勝利、8月9日中日戦延長11回裏菊池サヨナラタイムリー、8月23日ヤクルト戦は9回裏丸の同点スリーランに続く誠也のサヨナラ弾、9月5日新井引退表明した日の阪神戦敗戦、同じく9月20日の阪神戦は雨天で試合開始が1時間遅れ2回あたりで降雨中断1時間、再開後5回裏の誠也30号ツーランを観て退散、0時に帰宅してラジオをつけたら9回裏でした。

シーズン前はこの日に優勝と想定してましたが実際はマジック4のまま敗戦足踏み。

はるか昔、32年前の神宮で阿南監督の胴上げ試合



2016年9月1日 真赤激ユニ着用試合
球団カメラマンやまべさん撮影

は観戦しましたが、この3連覇では惜しいんですが胴上げは見られませんでした。

2016年9月8日観戦中に2位巨人が阪神に勝ち、中日戦には勝ちましたが、一気に胴上げとはならず、マジック1どまりで勝ち試合なのにスタジアムからは観客一同消沈の帰途。

2017年9月14日横浜戦に勝利しマジック1とし、そのままスコアボードのオーロラビジョンで巨人阪神戦を中継し2位阪神が巨人と引き分け、溜息とともに翌日以降に持ち越し。

3度目の正直と2018年は9月に6試合確保し大詰めマジック1の25日横浜戦は引分でも優勝でしたが8回にロベスのツーランを被弾、敗戦しました。

ちなみに今季最後の観戦は優勝翌日の27日敗戦というオマケつきでした。

また今年も長いカープロスの時期になりましたが、来年の開幕に向けてチケット争奪戦に参加できるように資金備蓄します。

最後になりましたが、新井選手大変お疲れ様でした。一生懸命な走塁、球に飛びつく一塁守備、空を打ち抜く大アーチ、少年のようなガッツポーズ、高校球児のようなひたむきさ、絶対に忘れません。夢を与えて頂きありがとうございました。緒方監督のもと4連覇し、貴方の弟達が悲願の日本一を達成できるように微力な1ファンですが来期も熱烈に応援していきます。

長々と駄文を記しましたが、これを持ちまして依頼を受けたCarp三連覇観戦始末記の結びとさせていただきます。最後までお付き合いいただきありがとうございました。



2017年4月27日 大瀬良投手との写真撮影



▲ 2017年10月19日
CS第2戦
試合途中での
オーロラビジョン

▲ 2018年5月29日
三次きんさいスタジアム
球団カメラマン
やまべさん撮影