



ロータリー:  
変化をもたらす



クラブテーマ  
温故・知新(クラブ奉仕と会員増強)

国際ロータリー第 2750 地区 多摩中グループ  
東京武蔵国分寺ロータリークラブ

2018, 4, 9

# 週報

## 第1111回 例会報告

司会: 櫻井 健生 SAA 委員



### 【開会点鐘】

廣瀬 可世子 会長

### 【ロータリーソング】

ソングリーダー:

田 竝 清 幸 会員

『我等の生業』



### 【お客様紹介】

廣瀬 可世子 会長

岩田 敏雄 様 (東京小平 RC)

安島 志郎 様 (東京日野 RC)

高木 智匡 様 (国分寺病院)

茨木 亜希子 様 (国分寺病院)

千葉 寿美子 様 (国分寺病院)

三木 昭子 様 (まつさと法律事務所)

### 【会長の時間】

廣瀬 可世子 会長



前回の下根期の若いオリン  
ピックテニスプレイヤーの話

をしましたが、今回はオリンピックに2回連続  
で出場して銀メダル銅メダルに輝くなど、前人  
未踏の成績を残した有森裕さんのお話です。現  
役引退は、走ることを通じて「社会の役に立ち  
たい」という想いを実践し、特に子供達に対し  
ての活動は多くの人の共感呼び、海外でも高  
く評価されています。でも、何年も競技に出場  
出来なかったときに、辞めようと思わなかった  
のは、辞める理由にならなかったからです。

何度も出て成績は振るわなければ、諦めたで  
しょうが、出ていなかったのも、自分には辞め

られるという自信もあったし、途中でやめるの  
はもったいないと思っていたそうです。「やろう  
と決めたことや、やり始めたことはやり通すが  
当たり前で」「思い続ければ夢は叶う」と思っ  
ていたそうです。

一生懸命にやろうと強い想いがあればきっと  
買われると、競技者は目指す目標を明確にしな  
ければいけないと、そして彼女は、現在スポー  
ツを通じて、希望と勇希をわかちあう」ことを  
目標とし、国際貢献活動をしています。その1  
つが対人地雷で多くの子供達が手足を失ったた  
め義足を作る「カンボジアのチャリティラン開  
催」です。自分の為に走ってきたが、今度は人  
のために走ろうと、ところが、1年目に集まっ  
た人が全部で600人程で応援する人もいないの  
で、子供達も走らなかったそうです。

驚くことに、翌年に行くと、子供達が走る練習  
をしていたそうです。大会を楽しみに待ってい  
たことを知って「1つの小さな大会」がこれほ  
ど変化をもたらすのかと、その時スポーツをや  
っていて良かったこと、子供達が元気になり、  
自分も元気をもらえと思ったそうです。人生  
の半分が過ぎ、今までやってきたことを続けな  
がら、一瞬一瞬を精一杯生きていきたいと思っ  
ているそうです。私達にも共通に言えることで  
はないでしょうか？有森さんのように特技があ  
るわけでもないのですが、でも言えることは、  
同じ様に一生懸命に一瞬一瞬を大切に誰かに必  
要とされる生活を送っていききたいです。それと  
決して私はナショナリストではありませんが、  
大阪なおみやゴルフプレイヤーのリーキーファ  
ウラーの様に、日本の血が入った人が世界で活  
躍しているのを見るのが楽しみです。

\*カンボジアから感謝状をいただきました。

【幹事報告】

角 田 桂 司 幹事



4月4日今年度・次年度地区補助金委員会

【委員会報告】

★出席委員会／出席報告

伊 藤 文 昭 委員長



会員数 41名 免除3名

有効会員数 38名

出席者 29名

メイクアップ済 5名

計34名 出席率89%

前々回(3月26日84%から89%に訂正)

【ニコニコボックス】

親睦活動委員会

小 泉 市 郎 委員



○廣 瀬 可世子 会長、角 田 桂 司 幹事

本日は、高木会員の卓話楽しみにしています。  
また、三木昭子様、ようこそいらっしゃいました。  
楽しんで行ってください。

○高 木 智 匡 先生

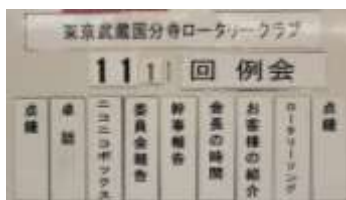
ご無沙汰しております。幽霊部員の高木です。  
今回講演の機会を頂きありがとうございます。

○本 多 幸 雄 会員

高木先生に会えて嬉しいのでニコニコします。

<ニコニコ大賞>

高木 智匡 会員



【卓話】

講師紹介

興水 香 プログラム委員長



「がん予防・老化防止」

社会福祉法人浴光会理事長

高木 智匡 先生

- ・社会福祉法人の紹介
- ・がん予防  
発生原因、環境と食事、内視鏡  
活性酸素によるDNAの損傷を防ぐ  
デトックス
- ・老化防止  
高齢者等の心理、認知症の氷山モデル  
認知症危険因子、脳を元気にする  
動脈硬化・老化を防ぐ食べ方  
認知症予防
- ・健康、長寿を実現させているホルモン  
インスリン、 $\beta$ エンドルフィン  
オキシトシン、アディポネクチン
- ・テロメアの劣化予防



【謝辞】

廣 瀬 可世子 会長

【閉会点鐘】廣 瀬 可世子 会長



東京武蔵国分寺ロータリークラブ

会長:廣瀬可世子 幹事:角田桂司

クラブ広報・会報委員会 委員長:村谷晃司 副委員長:保坂光彦 委員:尾崎幸信

例会場 国分寺市本町3-11-12 多摩信用金庫 国分寺支店3階

事務局 国分寺市南町3-20-3 国分寺ターミナルビル9F