



三条北ロータリークラブ週報

ロータリー2000: 活動は一堅実、 信望、持続

例会日
1999. 12. 21
累計 No 636
当年 No 23

国際ロータリー会長 カルロ・ラビツァ 第2560地区ガバナー 高木貞一郎

会長/佐藤義英
幹事/長谷川恵慈
SAA/山中 正

例会日/火曜日 12:30~13:30
例会場/三条ロイヤルホテル ☎34-8111 FAX34-8114
事務局/三条市西四日町3-15-34
ヒューマン・ハーバー内 ☎35-7160 FAX33-8972

行事: クリスマスパティー 於銭心亭 おゝ乃
出席: 本日の出席 52名中 46名(内記帳7名)
先々週の出席率 52名中 46名 88.46%(前年同期86.27%)
先週のメイクアップ: 12月15日 三条RCへ 山上茂夫さん
16日 加茂RCへ 山上茂夫さん
16日 燕RCへ 安田貞夫さん、中條耕二さん、阿部誠一郎さん
山口龍二さん
20日 三条南RCへ 石川勝行さん、中條耕二さん、坂本勝司さん
高橋彰雄さん

ビジター: 三木みどりRCより 藤本晏夫さん
加茂RCより 大橋栄雄さん
三条RCより 菊池渉さん、片山真人さん、松谷晃吉さん、渋谷健一さん
渋谷正一さん、橘直樹さん、渡辺勝利さん、山田富義さん
加藤紋次郎さん、五十嵐総一さん
三条南RCより 坪井正康さん

会長挨拶: 佐藤義英



メリーメリスマス!!

8月のアナスタシア号サンセットクルーズ以来の夫人同伴例会となります。今日は1999年北RCの最後の例会です。

私はロータリー活動は「全て楽しく」を会長方針としてかけました。この半年は「全て楽しく」とはいかなかったようではありましたが?あと半年がんばって楽しみたいと思っております。きたるべき2000年は北RC全会員と奥様方にとって良い年でありますよう祈念申し上げまして挨拶を

終りたいと思いますが!!今日は全て忘れて夫婦仲の修復が少しでも出来ますように楽しみましょう!!

又、今日のセッティングをしてくれました親睦委員会の皆様方、大変御苦労様でした。

幹事報告： 長谷川幹事

・1／25新年会の予定でしたが1／18（火）が新年会に変更になります

ニコニコボックス：	21日現在累計	691,470円
-----------	---------	----------

大野新吉君 メリーXマス ようこそ来館下さいました今夜楽しく……

本間はま子君 楽しいクリスマスパーティーをありがとうございます。

斎藤正君 親睦委員のみなさんご苦労様です。大変楽しくなりそうです。夫婦で二口

安田貞夫君 クリスマスパーティーを記念して楽しい一夜にありますように、

西村護君 今日の良き日のクリスマスパーティーに喜びを感じて。

山中正君 親睦委員会の皆様、いつもご苦労様です。

高橋彰雄君 親睦委員会の皆さんありがとうございます。

山本賢君 ひさしぶりに二人で出席させていただきました。忘年会シーズンでダイエットの

山本みちこ君 効果もなくなってしまうますが、おいしいものをたくさんいただいいていこうと思います。ありがとうございました。

今井克義君 本来はニコニコBOXは半年位遠慮する時ですが今夜は特別。メリークリスマス

今井房子君 !!

小鼻茂男君 貧乏人なので以前の寄贈が忘れました。今回も稀か1口のみで恐縮です。

羽賀一夫君 クリスマスパーティーの司会は安外楽しいものです。皆さんもどうぞ。

本間建雄美君 本日のパーティー楽しくすごさせて戴きます。

松永昌一君 来年は年男です。元気の出る年にしよう!!

外山晴一君 Merry X'mas、&Happy New Year

石丸進君 今日は楽しいクリスマスパーティーを企画していただき有りありがとうございます。

石丸咲子君 ゆっくり楽しませていただきます。

馬場直次郎君 メリークリスマス。素敵なパーティーをプランニングしてくださった親睦委員会の人達に感謝々です。一年に一度夫婦がよりを戻せる唯一の時間です。おおいに楽しんでいきたいと思います。

堀川正幸君 楽しいクリスマスになりそうです。結果はまだわかりませんが、期待しています。

堀川美智子君 す。

早川龍雄君 楽しいクリスマスパーティーバンザイ

ボックス委員 他にも無記名で多くの方からご協力いただきました。大変ありがとうございます

た。
会員の声： 食生活を変えて 佐藤啓策会員

私は昨年、人間ドックで大腸ポリープが見つかり摘出をした。何の自覚症状もなかったので私はびっくりした。

梨本清一さんの奥さんが心配して下さって“胃腸は語る”という本を私に紹介してくださった。私はその本を買って読み著者が今から20年も前に内視鏡を使って、世界で最初に胃や腸の手術をした名医の新谷弘実先生であることを知った。この本を読んで何を食べて何を食べない方が良いか、又食べ方の重要性を知った。そしてその本で言われている食事に変えたところ、大変好調である。昨年は半年毎に検査をして、二度もポリープが見つかったし、妻も見つかったのに、今年は二人とも見つからず私は小太りの体型もスリムになり、腹もへっこんで気分が良い。食事については朝水を飲む外、水はなるべく多く飲む、肉は食べない、アルコール、コーヒー、お茶はなるべく飲まない。食後の果物でなく食前の果物、夕食は寝る3～4時間前には食べる。夕食後は水を含めて一切口に入れない。乳製品、卵類もなるべく食べない。私は酒もコーヒーも飲みますが回数を減らし、夜遅く飲むのをやめましたので、体調はすこぶる快調で気力も益々充実しています。新谷先生はニューヨークに居られ、年に2回日本に来られるのですが、9月に先生から内視鏡の検査をしてもらいました。素晴らしい先生でした。日本が生んだ世界的名医だと思います。私の先祖は殆ど全員が癌で死亡していますが、この本のお陰で、癌にはならないで長寿を達成できていると思っています。

1月のお祝い：

誕生日		結婚記念日	
会 員		夫 人	
梨本 清一	7	中條 敦子	2
坂本 勝司	7	本間はま子	5
五十嵐英雄	17	加藤満寿子	9
		小林 正子	18
		梨本トア子	20
		五十嵐笑子	28
		米山 和子	29

1月4日例会： 休会

1月11日例会： ロータリー理解月間

1月18日例会： 新年会

1月25日例会： 卓話 小林 満会員

2月1日例会： 卓話 落合益夫会員

2月8日例会： 世界理解月間 卓話 第2560地区国際奉仕大委員 長岡村本治様