

で以来ずっと医者と仲良くしておりました。

40歳代半ばで高血圧症になり薬と仲良くなり、そしてとうとう50歳代に入り糖尿病と診断されてしまいました。本人は余程ショックだったのでしょう。その日、病院から帰るなり、すぐ兄姉や友人にどうしたら直せるかを聞くために電話をしまっくっていた様です。 本もいろいろと漁って、とにかく何をどうしたらいいのか一生懸命でした。そして本人がその病を克服する為に選んだ方法は → 毎日30分～60分歩く。食事はおなかいっぱい食べない。油っこい料理は食べない。間食はしない。黒豆酢を食べる。以上のことを根気よく守って頑張った結果、4ヶ月で体重を13kg減らすことができ、今もその体重を維持し続けています。薬も朝半錠飲むだけとなり、体調はすこぶる良くなった様です。

人はそれぞれ自分に合った方法で病気を改善してゆくのですが、妻の場合は歩くことと、黒豆酢が非常に効果があったと思います。

特に黒豆酢は、インスリンを分泌する膵臓を守り、コレステロール、中性脂肪の値を下げる効果がある様です。

私も妻を見習って食べにくい黒豆酢を食べ始めました。何事も根気よく健康の為に続けたいと思います。

10月のお祝い：

誕生日			結婚記念日		
会 員	夫 人				
齋藤 正 5	外山真智代	1	山崎 勲・八重子	1	
山口 龍二 1 4	神田トモ子	1	坂爪 茂雄・富子	7	
米山キクエ 1 6	本間 絹枝	3 0	佐藤 啓策・弘子	1 0	
佐藤 啓策 1 9	青木 征子	3 0	大野 新吉・勝子	1 0	
早川 瀧雄 2 5			小林 満・正子	1 6	
神田 敬宏 2 6			坂本 勝司・敏子	1 8	
			阿部 勝子・藤男	1 8	
			高橋 彰雄・淳子	2 2	
			安田 貞夫・夏江	2 2	
			小林 繁男・三千世	2 4	
			佐藤 弘志・奈緒子	2 6	

10月近隣RC特別例会案内（記帳受付）：

RC名	変更事由	記帳場所
14日（火） 分 水	移動例会	新潟大栄信用組合本店
15日（水） 三 条	移動例会	三条信用金庫本店
20日（月） 三条南	夜例会	三条信用金庫本店
22日（水） 三 条	職場例会	三条信用金庫本店

話を予定しています。多数の出席をお願いします。

ニコニコボックス：	30日現在累計	271,000円
-----------	---------	----------

大野 新吉 君 ようやく秋の冷気が私を癒やしてくれていますが、足の疲労骨折の方は、アルコールが入ると痛み出し、目の方は明日手術、声の方を声帯ポリープととんだ年になりました。一日も早く回復して皆様方のお仲間入りに入れて下さい。

今井 克義 君 米山君の幸せそうな顔に。

小林 幹扶 君 ボックスに協力

堀 川 正 幸 B O Xに協力ノ

安 田 貞 夫 B O X協力

佐 藤 弘 志 ボックスに協力

岡 田 健 早退します

山 崎 勲

今 村 泉 君

IM報告会：

山本 賢会長

去る9月21日にIMに参加してまいりました。手作りのIMに感動し、新しい発見も致しました。また田上あじさいロータリークラブは18名の少ないメンバーにも関わらず女性を交えてのまとまりのある非常に素晴らしいIMでした。

今回のIMは第四分区10クラブ合同例会という設定で通常例会のように進められました。各会長が例会運営のパートを受け持つのですが、私は今年度からできた新しい家族委員会を担当し非常に楽しくやらせて頂きました。また、環境がテーマということでもあり植樹を致しました。

IMとは、かつてはIGF（インターシティゼネラルフォーラム）として発足し、豊かな経験を持つ司会者のもとで、分区内各クラブの情報や意見を交換して、ロータリーの活性化を図るための集いでありました。IMに変わりましたのは、より柔軟な形式のもとに、各クラブのロータリアン個人のインフォメーションとして位置付けたいとの考えからであります。

ゼネラルリーダー藤田説量氏の「新しい困難に立ち向かう勇気を持つためにこのIMを生かしたいものです。」という姿勢に共感を覚えました。

ところで本当の情報は人から人へ伝えられます。コマーシャルのコピーで「インターフェース」などと言っていますが、それはとても大事なことで、訳すと「面授」という言葉にもつながってきます。人間対人間の関係で、ひとりの人間からひとりの人間に面授する、その人間がまた誰かに伝える、というふうにして人間の鎖のように伝えられていくものだと考えられると思います。

この人ならついていって自分は後悔しないと思うような人と出会えたら素晴らしいと思います。特にロータリーには必要なことではないかと強く感じました。

これで I M の報告を終わります。

米山 忠俊会員

今年度の I M は、田上あじさい R C のホストで加茂 R C のコホストで第 4 分区藤田昌司 A G のご指導で、佐野一雄 I M 実行委員長のもとでちょうど情緒溢れる秋たけなわの装いの田上町で開催されました。

今年の I M のテーマ「地域に夢を、奉仕に希望を」掲げプログラムは 3 部構成で進められ、最初に第 2560 地区原 G B のテーマ「環境保全に手を貸そう」から植樹の社会奉仕事業が行われ参加してきました。我々参加者全会員も清々しい気持ちでケヤキ、コナラ、クヌギ等の苗を植樹してきました。現場は小高い緑深い自然の美しいところ市営野球場の隣接地で球場の芝生が青々と冴え整備されていて一層の美しさを引き立たせておりました。「澄んだ水と空気と緑を取り戻すために手を貸そう」と指針を定めた地球温暖化防止事業にふさわしい地でした。

植樹が終わると会場を田上町湯田上、ホテル小柳に移動し I M 例会、懇親会で有意義な勉強、楽しいひとときを過ごしてきました。I M は今までは分区の A G の指導で行われ、ガバナーが出席されることが余りないなかで原 G B の出席があり、上村地区幹事、下田地区副幹事等、地区役員の方々の列席は今年度の I M を盛り上げ、原 G B の今年度にかかる熱い熱意を強く感じました。又今年度の重要テーマの一つ、「会員増強、退会防止」についても言及され、会員減少を危惧し、今こそロータリー設立の原点に立ち返って「知り合いを広め、友情を深める場」を再確認致しましょうと改めて「増強に手を貸そう」に深い理解と協力を要請されました。今年度地区の会員増強委員長の私としては心強く今後の増強活動に元氣と勇気を頂いて頑張らねばと改めて責任の重さを感じてきました。

続いて藤田ゼネラルリーダーから講話があり、今回の I M、藤田 G B 在任時テーマのポリオ撲滅の話、からロータリーの国際奉仕のありかたや感想を語られ、今我々ロータリアンはイラク問題、拉致、テロ等の国際問題にロータリーの国際奉仕で解決できない状況があるが、我々の寄付行為が後進国の飢餓、貧困、病気撲滅に貢献し今後も必要だとロータリーの国際奉仕と世界平和へのあり方について説明され理解と今後の活動を期待されいつもながらの含蓄のある講話を頂いた。

I M 例会のあと懇親会に移り、原 G B 夫妻出席の中、ホストクラブ田上あじさい R C、コホストクラブ加茂 R C の暖かい歓迎を受け、又練りに練られた素晴らしい企画と運営で心にしみるもてなしを受け湯田上温泉の叙情を満喫し、充分楽しませて頂きました。宴たけなわの中、我が三条北 R C の中條地区クラブ奉仕大委員長より万歳三唱で立派に締めて頂き余韻を残し三条に帰ってきました。

佐藤 義英会員

今年の I M は田上あじさい R C の主催により原 G B の本年度の目標であります「環境保全に手を貸そう」「澄んだ空気と緑を取り戻すために手を貸そう」の指針のもと、羽生田の野球場の廻りに植樹を行うのがメインであった。各クラブ 1 本のケヤキとコナラ 10 本程度を原 G B 夫妻共々、植樹を行いました。我クラブは専門家の齊藤さんがおられたので、我々も軍手とタオルは支給されましたがほとんど見ているだけで終わりました。

I M を第 4 分区合同例会としてとらえたやり方も今までになくシンプルで大変よかった様に思いました。

記念品として頂きました「ふくちゃん」を女房が大変気に入ってくれました。これは藤づるなどで枡を作ったところにふくろうを取り付けたものでふくろのおなかに田上特産の竹炭が入っていて脱臭性があるそうです。これは田上の障害者の家族会で作っており、ホテルでは 500 円で売っておりました。

いづれにしましても小人数で I M を実行され、成功された田上あじさい R C に敬意を表し、報告を終わります。

山上 茂夫会員

今年の I M では「環境保全に手を貸そう」「澄んだ水と空気と緑を取り戻すために手を貸そう」の指針で地球温暖化防止で各分区に植樹をするイベントが推進されました。先程から I M 報告がされていますが、シェア配分されている奉仕金額 60% のうち、20% を使う大イベントだそうです。又ガバナーは「今年の地区大会では小中学生を招待し、宇宙飛行士の毛利衛さんが宇宙服を着て出席します。この服はピンホールが 1 つあっても駄目と言われている、10 億円もするそうです。ぜひ期待して参加して頂きたい」と話されました。

今年の I M は合同例会方式で、通常のクラブ例会と同じ様に幹事報告があり、誕生祝いもガバナーの誕生月（9 月）に合わせて同じ誕生月の参加ロータリアンにプレゼント。結婚祝いは我が中條地区クラブ奉仕委員長（5 月 5 日）と同じ 5 月の結婚記念日会員に、ニコニコ B O X は参加 10 クラブのそれぞれ特徴を表すゴロ合わせの端数の金額で寄付が行われました。例えば創立 15 年で 150 円、会員 48 名で 480 円、平均年齢 50 歳で 50 円、最年少が 38 歳で 38 円、最高齢が 70 歳で 70 円それらの合計で 780 円と言ったような按配でした。総じて楽しい例会の今後のあり方について考えさせられる、創意溢れる変わった形式のインターミーティングでした。田上あじさい R C は人数が少ないので、逆にみんなが智恵を出し合い汗をかき合ってユニークな協議会ができあがったものと思います。

藤田説量先生の講話は、人と人や地区におけるコミュニケーションが、国際的なものを超えて理解されると言う内容として理解いたしました。

出張先の美味しい蕎麦屋さんで見た事として、お箸を上手に使っている外人さん夫婦が、ビールをお互いにつぎ合わないで勝手に妻は妻で、夫は夫で手酌で飲んでいる。こんな夫婦のあり様も文化の違いから来ているのかなあ？国際理解、国際交流というけれど、先ずお互いの文化を認め合う、知る事が大切だ。それがなければ国際的なものを超えて 1 つに結ばれると言うのは難しい。ロータリーは国際的な組織で結ばれている事が素晴らしいと言う様な趣旨を拝聴させて頂きました。

兎に角有意義な 1 日ではありました。

会 員 の 声： 石川 友意

昨年 9 月のある日、妻より私の携帯電話に連絡が入り、その第一声が「糖が出た。どうしよう」でした。妻は 3 番目の娘を出産して間もなく 30 代半ばで自律神経を病み、何度も救急車に運ばれたり