

2022~2023

THE ROTARY CLUB
OF AMAGASAKI EAST
Weekly Report

尼崎東ロータークラブ SINCE 1974
会 長 藤井秀樹
幹 事 西村太志
会 報 佐藤茂樹
会 場 : ホテルヴィスキオ尼崎
例会日 : 水曜日 12:30 ~ 13:30
http://amagasaki-east-rc.com
e-mail amerc@kind.ocn.ne.jp

Rotary



VOL. 49

本日のプログラム	5 月 10日 (2321 回)	次回のプログラム	5 月 17日
「 クラブ創立記念例会 」	藤井秀樹 会長	「 租税教育について 」	山田暁久 会員

2023年 4月26日(水) 第4例会

1. ソング 「 こいのぼり 」

2. ビジター紹介

(スピーカー)

(公益財団)都市活力検収所 志水隆一 様

3. 出席報告

会員数 54名 出席数 45名
出席率 84.90% 前々回補正 90.04%

【本日の欠席】

西川・的場・野村・大谷・大矢・高山・田野島・
山本(伸)・田村 各会員

4. 会 食

本日のメニュー お弁当

鶏肉とポテトの ミモザサラダ	しめ鯖のマリネ
鮎並のフリットと 春キャベツ ～梅タルタルソース～	豚ロース肉のグリル 新玉葱のシチュー ～カチャトラ風～

茶碗蒸し

梅ひじきご飯・香の物・味噌汁
デザート(バイクドチーズケーキ)

5. 会長の時間

4月も月末となりまして、ゴールデンウィーク目前でございます。ゴールデンウィーク中はどのようにお過ごしのご予定でしょうか？私は5/3～5まで、広島の実家に

帰省予定です。少しのんびりしてまいります。

とは言え、仕事がいろいろ立て込んでおり、本当に休めるのか少し不安な今日この頃です。

さて、4月22日の土曜日に、RYLAの同窓会がありました。毎年、セミナーが終わった約1か月後に学友会が音頭を取って、新たに学友となった修了生を中心に同窓会を開催します。本年度は、元町の浜の方にある、おしゃれなカフェで開催をされました。2階部分を貸し切りだったからよいのですが、スーツ姿のおじさんはきっと浮いていたことだろうと思います。同窓会なので、本来同じ班のメンバーが固まって旧交を深める場な訳ですが、残念なことに私の班のメンバーは女の子が一人だけしか来ておらず、気の毒で孤立させないように気を使いました。情けない話ですが、素人の若いお嬢さんとの長時間の会話は非常に気を使いますし、つかれました。ただ、神戸の子供園に勤める保育士さんだったのですが、けっこう物おじしないタイプでたれとでも気さくにしゃべっていく子だったので、救われました。そのあと、昨年担当した班のメンバーとカラオケに行きました。カラオケボックスには、久しぶりに行きまして、おじさんの歌しか歌えないので恥ずかしかったのですが、皆さん大人で気を使って盛り上がってくれました。カラオケ館というカラオケボックスだったのですが、一次会の食事が少ししか出なかったため、カラオケ館でも食事を頼んだのですが、見事に揚げ物とピザなども高カロリー食しか、メニューにありませんでした。久しぶりに揚げ物を食べました。食事の話が出ましたので、話題を変えて、ダイエットというか、ウエイトコントロールと筋トレについて少しお話をしてみたいと思います。

筋トレは趣味で続けていますが、筋トレと食事は連動しますので、よくYouTubeの動画で情報を仕入れます。なので、筋トレ限界の常識ですのでエビデンスがある話かどうかは分かりませんが、その前提でお聞きいただければと思います。

IMAGINE ROTARY

国際ローター会長 ジェニファー・ジョーン



Inclusion「ローターに居場所を作ろう」

会長 藤井秀樹

11. スピーチ



「 創薬とコンピュータ 」
 (公益財団)都市活力検収所 志水隆一 様

2022～23 年度 小田南生涯学習プラザ学習ルーム開放事業

4 月 24 日(月)第 44 回

尼崎つばめ学習会、学習ルーム開放事業のご報告です。高校生 2 名、中学生 2 名、小学生 4 名、ボランティア教師 4 名、ロータリアン 7 名、尼崎つばめ学習会理事 3 名、保護者 3 名の合計 18 名の参加となりました。

本日は、子供たちのために、ロータリーの方、理事の方から、お菓子、パン、たこ焼き、の差し入れを頂き有難うございます、皆さま大変喜んでおられました、ご支援ご協力ありがとうございます、来週はゴールデンウィークのためお休みです、5 月 8 日月曜日から再開します、宜しくお願い致します。

会員研修委員会 第5回 新入会員ファースト・ミーティング

2023. 4. 26



ゲストスピーカー
 藤井輝男 会員



ロータリーレート

2023 年 4 月 1ドル=133 円

国際ロータリー 第 2680 地区
 District 2680 ホームページ
<https://dist2680.org/>



お気に入りに入れてください。

尼崎東ロータリークラブ
 ホームページ
<http://nagasaki-east-rc.com/>



お気に入りに入れてください。

尼崎東ロータリークラブ
 フェイスブックページ
 Q 尼崎東ロータリーで検索



いいね！を押してください。

尼崎東ロータリークラブ
 グループLINE



購に在る方に『招待して』と、お願いしてください。