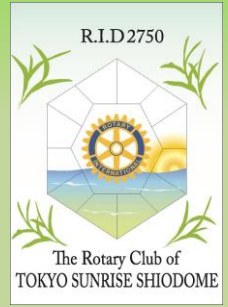


◆ WEEKLY REPORT ◆



インスピレーションになろう
R.I.会長 パリー・ラシン

R.I.D.2750 Chiyoda & Pacific
Basin Group
The Rotary Club of
TOKYO SUNRISE SHIODOME



2018-19年度 会長 立堀佳男
クラブテーマ「親睦・奉仕を通じて友人・仲間・同志を作ろう」

No.180 21. Mar. 2019 発行

第177回 例会

【日時】2019年3月14日(木) 12:30~13:30 【例会場】ザ ロイヤルパークホテル 東京汐留
【例会出席】会員数 19名 名誉会員2名 【出席者】11名 ビジター 3名 ゲスト 5名
【出席率】57.9% 【修正出席率】37.3%
【ニコニコBOX】¥ 6,000— ≪今年度累計≫ ¥ 317,000—

≪プログラム≫

- ◇ 開会点鐘 司 会：友弘裕規会員
立堀佳男会長
- ◇ 斉唱：「それでこそロータリー」 山本教夫ソングリーダー
- ◇ 会長挨拶 立堀佳男会長
会員が忙しく休みがちな時に、沢山のビジター・ゲストの方に来て頂き有難うございます。これからどんどん暖かくなって、観桜会も控えておりますので、皆様楽しんで活動して下さい。
- ◇ 幹事報告 工藤至善幹事
毎年当クラブから東日本大震災の日に『閉上の記憶』という活動に参加させて頂いております。今年は鹿島会員が現地へ行ってプリンターを寄贈してきてくださいました。
- ◇ 出席報告 友弘裕規会員
島根智史会員
- ◇ ニコニコボックス発表(敬称略)
立堀佳男：ビジター、ゲストの皆様、ようこそいらっしゃいました。官庁の入札が最後の山場になり、来週で終わりそうです。4月からは自由人になります。ニコニコです。
工藤至善：本日は皆様楽しんでいかれてください。ご入金もお待ちしております(笑)。
湯川愛里：本日は大勢のお客様をお迎えし、楽しい例会になりそうです。皆様どうぞよろしくお願い致します。
戸張浩幸：卒業シーズンを迎え街が華やかになりました。
アンドリュー・ウオ：本日は、大勢のお客様にいらして頂きました。楽しんでいって下さい。また、本日卓話をお願いしました赤須智美様、ありがとうございます。宜しくお願い致します。
- ◇ ゲスト・ビジター紹介
石橋由人様(藤沢北 RC)：皆様こんにちは。私は RC 会員歴は5年程です。今日は卓話を楽しみに参りました。どうぞよろしくお願い致します。
高橋榮治様(東京武蔵野中央 RC)：私どもは吉祥寺駅近くのホテルで例会を行っております。吉祥寺はコンパクトで何でもある街でとても住みやすい所です。是非機会がございましたらこちらの方にも足をお運び下さい。今日はよろしくお願い致します。
張宇様(東京赤坂 RC)：私は RC 会員歴5年になります。アンドリュー先生とお知り合いになり、本日お邪魔させて頂きました。よろしくお願い致します。

◆ 会長：立堀佳男 ◆ 幹事：工藤至善 ◆ 副会長：愛知とし子【発行責任者】立堀佳男
【創立】2014年10月15日【例会日】毎週木曜日 12:30~13:30【例会場】ザ ロイヤルパークホテル 東京汐留
〒160-0022 東京都新宿区新宿 6-18-3 (南エルーデ内) / TEL:03-6380-5798 / FAX:03-6273-1196
【URL】<http://suns-rc.org/> 【E-mail】office@suns-rc.org

加藤和子様(東京新橋 RC)：毎週お邪魔してしまっていますが、本日は卓話を楽しみにして参りました。どうぞ宜しくお願い致します。

張暁文様：今日はとても楽しみにして参りました。どうぞよろしくお願い致します。

James Hawrylak 様：初めて RC の例会に出席いたします。とても楽しみにしています。よろしくお願い致します。

Eric Peters 様：アンドリュウ先生にご紹介頂き、とても楽しみにしています。宜しくお願い致します。

福島かつえ様：今日は卓話を楽しみにして参りました。宜しくお願い致します。

井川拓士様：4月18日に卓話をさせて頂く予定になっております。どうぞよろしくお願い致します。

◇『人生が明日からときめく不思議な話』

看護師・総合健康カウンセラー 赤須智美様

私は看護師として都内数か所で採血をして細胞の状態を把握し、生活習慣のアドバイスや諸症状の軽減を目的としたアドバイスをさせて頂いています。薬を使わないで治癒をするという医療でオーソモレキュラー療法というものはまだまだメジャーではありませんが、栄養療法として採決の結果から読み取るという資格を得て、それを使って色々な方のお手伝いをさせて頂いております。

普段はアンチエイジングを専門としております。若返りというのは体の中に入れる栄養と考え方・物事の捉え方によると考えています。「ときめき＝幸せ」と捉えて良いと思うのですが、幸せな事に胸が躍る事が増えていくと若返ります。そして口から入れたもので体は作られます。現代では糖質と脂質の多い食事に偏っていて、このままいくと多くの方が成人病まっしぐらという状態です。分子栄養学は、カロリーで考えるのではなく、食べたものが体内でどのように作用するかを考えるものです。時間は掛かりますが原因から治すものです。正しい栄養というものも問題ですし作用するようにバランスをとるのも難しいです。そういったものに関してご相談頂きご提案させて頂いております。自分に合った栄養素と生活習慣を心掛け(もちろん喫煙は細胞を破壊してしまいます)笑顔になる生活を送れるようになると良いと思います。



石橋由人様



高橋榮治様



張 宇様



張 暁文様



加藤和子様



James Wawrylak 様



Eric Peters 様



井川拓士様



赤須智美様



◇ 講評

赤須様有難うございました。なるほどなと思うことが沢山ありました。私は喫煙しますのでビタミンC不足は否めませんが、少しずつでも生活習慣を変えられればと思います。

立堀佳男会長

◇ 閉会の点鐘

立堀佳男会長

《今後の主な行事予定》

◇ 6月20日 納涼例会

《今後の例会スケジュール》

◇ 3月28日 観桜会
 ◇ 4月 4日 12:30~13:30
 ◇ 4月11日 12:30~13:30