

2023年~2024年度 国際ロータリー第2720地区

Rotary  **中津中央** Weekly Report
Rotary Club of Nakatsu-chuo

ロータリークラブ週報

例会日/毎週火曜日12:30 例会場/割烹丸清 TEL0979-22-4055
事務局/中津市宮夫284-3 東九州龍谷高等学校寮内
TEL:0979-31-0483 FAX:0979-31-0835
E-mail:nakatsuchuo-rc@ori.bbiq.jp クラブ HP: <https://www.nakatsuchuo.com>



世界に希望を生み出そう
2023~2024年度 RI 会長
ゴードン R. マッキナリー

国際ロータリー第2720地区

2023~2024年度ガバナー **膳所和彦**

【地区スローガン】

「ロータリーは学び舎であり、遊び場である」
「そして今、ロータリーアクションは世界を変える」

2023~2024年度中津中央ロータリークラブスローガン

会長 **慶田祐一**

「復活、そして再び師資相承」

幹事/梅高 賢正 公共イメージ委員長/境 弘行

例会案内

11月21日(火) 休会 11月28日(火) 夜間例会

- 点鐘: 12:30
- 会場: 割烹丸清
- ロータリーソング: 君が代、奉仕の理想
- ゲスト紹介: なし
- ビジター紹介: なし
- オブザーバー紹介: なし
- 会長の時間: 慶田会長



「動脈硬化性疾患予防」

ガイドラインの2022年度版が改訂になりました。

1. 随時(非空腹時)の中性脂肪の基準値を設定した。
今までは空腹時のみの採血でした。画期的なことです。
いつでも採血可能ということです。10時間以上の絶食を「空腹時」とし、空腹時で150mg/dl未満を「非空腹時」で175mg/dlとしました。これは「非空腹時」の方が

むしろ血管イベントの予測能力が高いとする報告に基づいています。また、随時TGが167mg/dl以上の方が虚血性心血管疾患の発症リスクが高いとする別の報告もあります。

2. また、糖尿病予防のLDL-Cの管理目標を層別化し、LDL120mg/dl以下を低リスク、140mg/dlを中リスク、160以上を高リスクとしました。

3. 二次予防では冠動脈疾患に加えて、アテローム血栓性脳梗塞を追加し、二次予防のうち特に高リスク患者の場合、LDL-Cの管理目標を70mg/dl以下としました。

このようにいくつかのより具体的目標が数値化されています。

今までと同じように糖尿病、慢性腎臓病、末梢動脈症がある場合はより注意が必要となっていることには変化はありません。

牛、豚、鶏等で動物性脂肪の摂取を抑える、運動を行うなど十分注意して、コレステロール、とくにLDL(低比重)コレステロールが上昇しないように努力しましょう。

この週報は障がいのある方が編集し、その製作費は障がい者の就労支援に寄与しています。

(編集)ワークセンターシャローム E-Mail:izuminosono.wcshalom@gmail.com

■幹事報告：梅高幹事

■週報受領：なし

■週報の礼状受領：木下光一パストガバナー

■例会変更のお知らせ：なし

■連絡事項：

・ロータリーの友・ガバナー月信11月号を頂いております。

・地区事務所より、下記の書類を頂いております。

①シンガポール国際大会のご案内

②九州4地区合同公共イメージ向上事業の報告とお礼・お知らせ

③ロータリー月間リソースのご案内

④2024～2025年度地区委員推薦のお願い

・大分第1グループガバナー補佐より、インタ・シティ・ミーティング(I.M)のご案内。

日時：2023年11月12日(日)14時～17時

シンポジウム「蘭学の里・中津の未来に向けて」

場所：中津文化会館大ホール

交流懇親会：18時より「朱華」中津市豊後町876。

会費6,000円。

・ロータリーの友事務所より、「ロータリーの友」購読申し込みについてのご案内(下半期分のロータリーの友購読)

・中津平成RCより、11月例会プログラムを頂いております。

・中津商工会議所より、会議所ニュースを頂いております。

■委員会報告：クラブ管理委員会 福田委員長

11月25日に委員会を行います。

50周年準備特別委員会 大賀委員長

11月25日(土)50周年準備特別委員会の委員会をクラブ管理委員会と合同で行います。場所は後日連絡をします。

梅高幹事

本日例会終了後、理事会を行います。

■インフォメーション：誕生日記念品贈呈

慶田祐一会長



河野誠男会員



諫山宏義会員



■ニコニコBOX：岡崎会員

神本会員：阪神タイガースが38年ぶりに優勝しました。阪神ファンとして大変にうれしいことでした。



境会員：退職後、初めてひとりぼっちの一夜を経験しました。誰もいない我が家での生活は、家内が亡くなったから、こんな生活になるのかと思えば、今後、家内を大事にしないと再認識をしました。



久末会員：2泊3日で横浜へ息子の顔を見に行ってきました。箱根で彫刻の森美術館、ピカソ館を訪れ、最終日に東京で上野の森美術館で「モネ展」を観てきました。芸術の秋を満喫しました。



河野会員: 誕生日のプレゼントを頂きました。60代最後の1年です。頑張ります。先日、社員がインフルエンザに罹患し、慶田会長にお世話になりました。



慶田会長:



諫山会員: 誕生日プレゼントありがとうございました。それから「阪神タイガース優勝」最高でした。



岡崎会員:



■卓話:「マイロータリーについて」福田会員



MyRotary の登録手順

1. ウェブサイト(<https://www.rotary.org/ja>)の「MyRotary」をクリック。
2. 「アカウント登録」をクリック。
3. ① 姓名・メールアドレスを入力し、②「はい」を選択し、③「続ける」をクリック。
4. 「アカウントの作成」と画面に表示され、「国際ロータリー」から登録したメールアドレスにメールが届く。
5. メールボックスに届いた「My ROTARY の登録を完了してください。」という件名のメールを開く。
6. 開いたメール本文中の「アカウントを有効にする」をクリック。
7. 「アカウントの有効化」の画面でパスワード、セキュリティの質問など各欄に入力後「続ける」をクリック。
8. 「ログイン画面が表示されるので、登録したメールアドレスとパスワードでログインする。
9. 「会員としての状況」から当てはまるものを選んで、登録完了。

■理事会報告:

開催日:2023年11月7日(火)

出席状況:慶田会長、古田理事、堂本理事、恒藤理事、神本理事、大賀理事、福田理事、境理事、梅高理事(9名)

議案1 12月例会プログラムについて

12月5日(火) 年次総会

12月12日(火) 半期を振替って

12月19日(火) 中津3クラブ合同忘年会

12月26日(火) 休会

議案2 今後の二木会についての意見交換

質問意見が無いかを一同に問い、無いことを一同が確認した。審議の結果、全員異議なく承認し可決した。

例会出席報告:福田会員 第2254回 例会(11月7日)

会員数	免除者数	出席対象者数	出席者数	欠席者数	ホームクラブ出席率
18名	0名	18名	16名	2名	88.88%

前々回の修正 第2252回 例会(10月17日)

会員数	免除者数	出席対象者数	HC出席者数	MU者数	欠席者数	修正出席率
18名	1名	17名	15名	2名	0名	88.23%⇒100%

前々回のメイクアップ者及び欠席者

今期11回連続
(通算41回連続)



- ◆メイクアップ者: 島田真一さん、河野誠男さん
- ◆欠席者:

四つのテスト

言行はこれらに照らしてから

1. 真実かどうか
2. みんなに公平か
3. 好意と友情を深めるか
4. みんなのためになるかどうか

近郊ロータリークラブ 例会日一覧表

<p>月曜日…小倉中央RC (リーガロイヤルホテル小倉) 大分1985RC ((株)トキハ会館・4F) 大分臨海RC (ホテル日航大分オアシスタワー) ※第3月曜日のみ18:30 福岡中央RC (西鉄グランドホテル) 福岡平成RC (ソラリア西鉄ホテル) 福岡西RC (ホテルオークラ福岡)</p> <p>火曜日…豊後高田RC (ひまわり荘) 日田中央RC (かんぼの宿 日田) 別府中央RC (毎月2回以上12:30) (ANAインターコンチネンタル別府リゾート&スパ) 大分RC ((株)トキハ会館・4F) 大分中央RC (ホテル日航大分オアシスタワー) ※日出RC (ホテル&リゾート別府湾) 杵築RC (大分県農業共済東部支所) 小倉南RC (リーガロイヤルホテル小倉) 行橋RC (京都ホテル) 福岡城西RC (ホテルオークラ福岡・4F) 博多RC (ソラリア西鉄ホテル)</p> <p>水曜日…湯布院RC (ゆふいん山水館) 中津RC (ヴィラルーチェ) *宇佐200IRC (宇佐ホテルリバーサイド) ※月3回19時~20時 日田RC (亀山亭ホテル) 別府北RC (ホテル別府パストラル) 大分キャピタルRC (レンブラントホテル大分) ※第3水曜のみ18:30 大分城西RC (ホテル日航大分オアシスタワー) 小倉東RC (JR九州ステーションホテル小倉)</p>	<p>水曜日…行橋みやこRC (京都ホテル) くにさきRC (ホテルベイグランド国東) 福岡RC (西鉄グランドホテル) 福岡城南RC (ホテルニューオータニ博多)</p> <p>木曜日…中津平成RC (ヴィラルーチェ) ※(月2回例会:第2…12:30、第4…18:30) 宇佐RC (トキハインダストリー長洲店 2階ホール) 別府東RC (ホテルサンバリーアネックス) 大分東RC ((株)トキハ会館・4F) 玖珠RC (望山荘) 苅田RC (パンジープラザ) 豊前RC (ニューいずみ) 小倉西RC (JR九州ステーションホテル小倉) 福岡東RC (ホテル日航福岡) 福岡南RC (ホテルオークラ福岡)</p> <p>金曜日…別府RC (両築別邸) 宇佐八幡RC (宇佐神宮参集殿) ・例会は月3回とする 大分南RC ((株)トキハ会館・4F) (例会は月2回とする:第1,3 ZoomでのWEB例会) 豊前西RC (リサイクルプラザ) 小倉RC (リーガロイヤルホテル小倉) 福岡東南RC (グランドハイアット福岡) 福岡北RC (ホテルニューオータニ博多)</p> <p>土曜日…☆福岡城東RC(ホテル日航福岡)</p>
---	---

※18時30分開会 ☆8時30分開会
*19時00分開会

忙しかった人はメイクアップをどうぞ

本文中のRCはロータリークラブ、RIは国際ロータリーの略です。

この週報は障がいのある方が編集し、その製作費は障がい者の就労支援に寄与しています。

(編集) ワークセンターシャローム E-Mail: izuminosono.wcshalom@gmail.com



中津中央RC HP