

<本年度会長テーマ> 『原点回帰』

例会日/毎週木曜日  
会長/八條 範彦

例会場/リーガロイヤルホテル広島  
幹事/西丸 洋平

Vol.557

2018年2月1日(木) 第875回  
32階「ダイヤモンド」

「新入会員卓話」  
野村 裕芳 会員

会長時間



2017年12月14日入会の野村裕芳会員が自己紹介・会社紹介をしました。

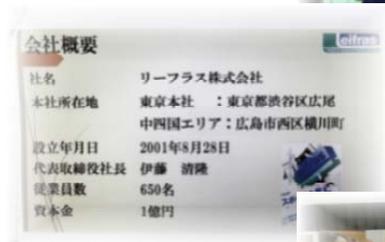
皆さんこんにちは、どうぞごゆっくりお過ごしいただきたいと思います。

先週の3RC合同夜間例会では、皆さんありがとうございました。

お蔭様で無事終えることができました。マジックも各テーブルで盛り上がったように聞いています。反省点もあろうかと思いますが、皆さんのご協力に感謝申し上げます。また皆さんが楽しんでいる中、三宅さん写真撮影に忙しく飛び回って頂きありがとうございました。

そして、北、陵北両クラブの会長さんも、19周年設立記念例会への出席も快くお受けいただいております。こちらの方も皆さんのご協力をお願いいたします。

2月は平和と紛争解決月間ですが、RCとして平和活動には参加出来ていますが、紛争解決にどこまで関わる事が出来るかどうか分かりません。9日から始まるピョンチャンオリンピック終了後、特別な事が起こらないとは思いますが、安心・安全な一年とその後も紛争のない事を望みながら、会長時間を終ります。



2月1日(木) 第 875 回

本日のプログラム

「新入会員卓話」  
野村 裕芳 会員

幹事報告

1. BOX配布物

- ・ガバナー月信とロータリーの友を配布しております。ご一読下さい。
- ・クマヒラ抜粋のつづりその七十七を配布しております。
- ・公益財団法人ロータリー日本財団・公益財団法人ロータリー米山記念奨学会の確定申告寄付金領収証を配布しております。再発行はしていただけませんので、大切に保管ください。
- ・創立19周年記念夜間例会のご案内を配布しております。出欠の回答は回覧にてお願い致します。
- ・休会のご案内を配布しております。(3月22日)

ニコニコ箱

¥31,000 累計¥339,000

☆岡本 忠文会員

本日は会員卓話、野村氏の初talkです。テーマは「私」だそうです。とても楽しみにしております。今後の活躍に期待しております。

会員記念日 (2月)

☆誕生日おめでとうございます。

- ・西丸 洋平会員 (S54. 2. 27)

☆パートナー誕生日おめでとうございます。

- ・八條 範彦会員 (八條 ユカリ様: 9日)

☆結婚記念日おめでとうございます。

- ・石丸 博昭会員 (H11. 2. 14)

いつも有難う。これからも宜しく。

- ・三宅 恭次会員 (S58. 2. 10)

お互い年をとったものです!

- ・大串 修二会員 (H17. 2. 11)

いつも嫁に感謝しております。

- ・浮田 収会員 (S62. 2. 14)

31年目に入りました。ダンナが良かった…かな。若い方は見習いを!

米山功労法人の感謝状が披露されました  
株式会社 兼正冷熱工業  
松岡 與吉会員



2018年2月8日(木) 第876回  
3階「安芸の間」

会長時間



皆さんこんにちは、ごゆっくりお過ごし下さい。

さて、明日からピョンチャンオリンピックが始まりますが、日本チームの健闘と素晴らしい結果を望みたいと思いますが、報道によると主催国である韓国の受け入れ体制にかなり問題があるようです。

二千数百人のボランティアが辞退とか、寒い中冷水シャワーしか使えないとか、競技会場と宿泊施設間の輸送問題であるとか、どこまでが真実かどうか分かりませんが、選手団にとってはかなり厳しい条件下での戦いになりそうです。何れにいたしましても、選手団の頑張りに期待したいと思います。

この度、米山奨学生の受け入れ要請が来ております。ベトナムの学生で、2018年4月から2020年3月までの2年間ですが、どなたかにカウンセラーをお願いしたいと思いますので、後ほどの被選理事会で話して頂きますようお願いいたします。

そして、金子さんが本日の例会が最後と聞いております。何かとバタバタと、させてしまいましたが、広島に来られたら遊びに寄って下さい。幸せな家庭を築いてくれることを願い会長時間を終ります。



「マイハート弦楽四重奏団  
23年を振り返って」  
ヴィオラ奏者  
沖田 孝司 様



沖田さんは25年前ドイツのオーケストラを辞めて広島（出身は三次市三良坂町）へ帰郷、2年後にマイハート弦楽四重奏団を結成、広島県内を中心に演奏活動を行っておられます。一方で作詞・作曲も数多く手がけられ、学校の校歌、サッカーチーム「アンジュヴィオレ広島」の応援歌、また企業の社歌などです。安佐動物公園のテーマソングはつとに有名です。

長年の地域における音楽文化の向上に努めて来られたことから、今年、団名にマイハート弦楽四重奏団広島と「広島」を付けられました。

卓話時間では3曲演奏されました。

「あなたに逢えてよかった」は沖田さんの作詞、作曲で現在様々なイベントなどで演奏されていますが、2017年に開催された「さとやま未来博」開会式ではリオオリンピックやPerfumeの振り付けで有名なMIKIKOさん（広島市出身）が振り付けて会場の皆が躍ったとのことでした。

二曲目はビートルズの「yesterday」、沖田さんは「この曲がリリースされたのが1965年8月6日、恐らくビートルズのメンバーは原爆の日のことを知らなかったのではないかと思います。何か不思議な縁を感じます」と。

三曲目に「ローズ」を演奏。

沖田さんは3月31日に安佐北区民文化センターで「伝えよう笑顔と心」と題して、熊本地震で大きな被害が出た南阿蘇村応援コンサートを開かれます。当日集まった義援金は熊本地震の起きた4月14日頃、届けるという事です。



2月8日(木) 第 876 回

本日のプログラム

「マイハート弦楽四重奏団  
23年を振り返って」  
ヴィオラ奏者  
沖田 孝司 様

幹事報告

1. BOX配布物

- ・2月定例理事役員会議事録を配布しております。ご一読ください。
- ・14RC合同ゴルフ大会のご案内を配布しております。ご出欠は回覧にてお願いします。
- ・2018-19年度版ロータリー手帳のご案内を配布しております。ご注文される方は、回覧にてご注文をお願い致します。

2. 例会変更

- ・広島中央RC 広島中央特別支援学校訪問例会及び交流会  
と き：2018年2月19日(月)12:30～ ※同日変更  
ところ：広島県立広島中央特別支援学校

3. 休会

- ・2月15日(木) 広島北RC

4. お知らせ

- ・次週2月15日の当クラブの例会は休会となっております。
- ・地区事務局より、RI第3690(韓国)地区大会につきまして、地区企画ツアーにまだ空きがあるとのご連絡がございましたので、ご興味のある方は事務局までお問い合わせください。2018年4月20日(金)～21日(土)

ニコニコ箱

¥21,000 累計¥360,000

☆岡本 忠文会員

沖田ご夫妻、本日はありがとうございます。突然のお願いを快く引き受けていただき感謝。思えば30年以上のお付き合いです。これからもよろしく!!

会員記念日(2月)

☆パートナー誕生日おめでとうございます。

- ・山口 洋充会員(山口 ゆり様：8日)

☆創業日おめでとうございます。

- ・谷 勝美会員(株式会社谷組：S21. 2. 1)  
72年を皆様のお陰で迎えることが出来ました。引続きよろしくお願ひ致します。
- ・山口 洋充会員(山口公認会計士・税理士事務所：H23. 2. 1)

☆入会月おめでとうございます。

- ・中村 富子会員(H29. 2. 2)  
早いもので、入会してもう1年です。まだまだわからないことだらけですが、がんばりますのでよろしくお願ひします。



2018年2月22日(木) 第877回  
3階「安芸の間」

会長時間

「暮らしを楽しむ  
テーブルコーディネート術」  
美食おもてなしスタイリスト  
益田 保恵 様



皆さんこんにちは、お客様どうぞごゆっくりお過ごしいただきたいと思います。

まずは改めて、何かと無理をいう事が多いとは思いますが、三戸さん事務局としてよろしくお願ひいたします。3月1日には創立19周年夜間例会がございます。早速バタバタいたしますが、皆さん方のご協力もよろしくお願ひ致します。

さて先日、週刊誌に京大IPS細胞研究所所長の山中伸弥さんと将棋の羽生善治さんの対談が載っていました。その中で、「じゃあ、やってみようか」の精神が大事、そして、「ちょっといい加減なくらいがいい」と書いてあり、色々お互いの思いを述べられていました。それぞれの分野で極められたお二人だから、軽く延べられる言葉だとは思いますが、読んだ後で何か真似る事が出来ればと思ったわけでありませう。

今年度これと言って変わった事や新たな取り組みが出来ていない事を反省していますが、来年度は周年行事を始め何か一つ新しい事にチャレンジして頂き、有意義で楽しい活動にして頂きたいと思ひます。

そして2月～3月は何かと欠席することが多くなりますが、ご理解いただきますようお願ひ致します。特に石丸さんと西丸さんにはご迷惑おかけいたしますが、宜しくお願ひいたします。会長時間を終ります。



益田さんはミスユニバース JAPAN 広島・ミセス広島の初代ファイナリストとなった方で4児の母親です。季節、季節の旬を大切にしながら簡単で美味しい料理とセンスアップしたテーブルコーディネート&フラワーアレンジなどが学べる教室「ボンシクダブル」を主宰しております。

卓話のテーマは「テーブルコーディネートとは…、美味しいものをよりおいしく食べるための食空間の演出」でした。

テーブルコーディネートは食事をする人が五感を刺激され、そのことで満たされ、喜びになり良い思い出になるよう食空間のすべてを整えることで、そのためには料理だけでなく食卓全てのもの、インテリア、窓外の風景、音楽、採り入れる光や風、照明、室温などすべてを考えながら食空間を整えていくのだそうです。言い換えるとテーブルを囲む人たちが居心地の良い、良い時間を過ごしてもらえるような演出。

美味しさを感じる五感のうち味覚は1～5%、それに対して視覚は80%と言われており、如何に第一印象が、ぱっと見た目が大切かという事です。

さらに食の視覚環境についての調査によると目の前の料理が5%、食器・小物30%、周りの景色65%データもありますように空間演出が大切であることが分かります。



益田さんは食空間の望ましい在り方として次の8項目を上げます。

- ・清潔であるかどうか
- ・居心地の良い広さ、空間か
- ・見た目にも美しく、食べやすい料理が出されているか
- ・お客同士のコミュニケーションが取りやすいか
- ・適度な温度、湿度調整がなされているか
- ・光の調節が出来ているか
- ・食欲をそそる音楽が流れているか
- ・調理する場とテーブルの間に合理的な導線があるか

テーブルコーディネートの基本的な組み立てとして「人間・時間・空間＝三間（さんかん）」を念頭に置く、つまりwho（誰が）、with（誰と）、why（なんのために）、when（いつ）、where（どこで）、how（どうやって）、how much（費用は…）を考えて組み立てていくそうです。

最終的には機械的ではない、おもてなしをするゲストへの気配り、ホスピタリティが大事であり、それを如何に具体的に表現し演出することだそうです。



2月22日(木) 第 877 回

## 本日のプログラム

### 「暮らしを楽しむ テーブルコーディネイト術」 おもてなしスタイリスト 益田 保恵 様

#### 幹事報告

##### 1. BOX配布物

- ・2月被選理事役員会議事録を配布しておりますので、ご一読ください。
- ・2018-2019年度所属委員会表を配布しております。ご確認ください。
- ・1月分の個人別出席一覧表を配布しております。ご確認ください。

##### 2. お知らせ

- ・次週の当クラブの例会は「創立19周年記念夜間例会」となっておりますので、お間違えの無いようお越しく下さい。  
(3月1日18:30~ 3階「宮島」)

## ニコニコ箱

¥2,000 累計¥362,000

##### ☆岡本 忠文会員

本日の卓話ゲスト、益田保恵様、願いを聞いていただきありがとうございます。  
「暮らしを楽しむテーブルコーディネイト術」というテーマでお話を頂けるときいております。期待しております。これからもRC活動へのサポートよろしくお願い致します。

##### ☆三宅 恭次会員

昨日、第2710地区の重点目標「がん予防の普及促進」の一環として「ガン講演会」を昨年に続いて崇徳高校1年生400人を対象に行いました。講師の児玉先生が「ガンを知ろう、ガンにならないために」のテーマで分かりやすくガンのメカニズムと早期発見の必要性を話されました。崇徳高校からは来年以降も是非お願いしますとのことでした。

## 「がん予防講話会」

2018年2月21日(水)

崇徳高校

2018年2月21日、広島安佐ロータリークラブは昨年に続いて崇徳高校において1年生400人を対象に「がん予防講話会」を行いました。

安佐RCが所属するRI第2710地区は2016-17年度の田原榮一ガバナーが重点目標「がん予防の普及推進」を掲げられ、3カ年計画でおこなっています。

安佐クラブは崇徳のインターアクトクラブの提唱クラブという関係もあり、昨年度から広島中央RC所属のがん専門医の会員にお願いして講演会を行っています。

今年第2710地区のがん予防推進委員の児玉哲郎医師（栃木県立がんセンター名誉所長）に「がんを知ろう がんにならないために」と題して、話を頂きました。

高校一年生の生徒にもわかりやすいように、まず「がんはどんな病気」ということから話を始められ、死亡率が最も高い病気であり、年間100万人が発症していること…。がんの種類と特徴として男の場合、胃がん、前立腺がん、肺がんの順で多く、がんの中には治りやすいものやそうでないものがあることなどを示されました。

次いでがんの原因としてたばこ、生活習慣（塩分の多い食事、飲酒、運動不足）を上げられ、特にたばこはニコチン、タール、一酸化炭素が発がん物質として、肺がんだけでなく狭心症、心筋梗塞などの原因になっていることや自らは吸わなくても周りの人の喫煙による副流煙の受動喫煙の害が大きいことを強調されました。

そして、望ましい生活習慣としてお酒は適量、野菜を摂取、塩分控えめの食事、熱いものはさけて、適度な運動で体重の変化があまり起きないようにすれば30%~40%がんリスクは減るとし、がんを予防するためには早期発見がまず第一でそのためにはがん検診を受けましょう、ただ現状では日本の受診率は30%と低く、少なくとも50%受診まで持っていきたいと話されました。

最後にがん発症年齢が30代~50代にかけて急激で増えている。つまり、働き盛り世代ががんになると、会社を辞めて治療に専念するとか最悪の場合、働き手を失くす事態になる、そのような状態を少しでも回避するため社会全体の理解とサポートが必要であると述べ講話を締めくくられました。

「がんを知ろう がんにならないために」

広島中央ロータリークラブ

児玉哲郎

2016年現在、がん（悪性新生物）の罹患者数は年間100万人を超えると推測され、2人に1人は一生のなかで1回はがんと診断される時代となりました。男性では、第一位が前立腺がん次いで胃がん、肺がん、大腸がんの順となり、一方女性では、乳がんが最も多く、大腸がん、肺がん、胃がんの順となっており、この数十年の間に食生活の欧米化でがんの発生頻度が大きく変化しました。

一方死亡数では、2016年には37万3千人を数え、全死亡の28.5%を占めています。年齢からみると、40歳以上の働く世代でがん死亡割合が高くなっています。とはいえ、がん患者の5年生存率は60%を越え、もはやがんは治らない疾患ではありませんが、進行がん、難治がん、再発がんが苦しむ人も少なくありません。

がん予防には、一次予防：がんにならないようにする(タバコを吸わない、食生活に注意するなど)と二次予防：がんにならないようにする(早期発見・早期治療)がありますが、がん予防には、がんの原因を避けることが第一であり、生活習慣でがんを防ぐ（“がんを防ぐための新12ヶ条”）ことが肝腎です。

「日本人のためのがん予防法」として、5つの健康習慣（1. 禁煙する、2. 節酒する、3. 食生活を見直す、4. 身体を動かす、5. 適正体重を維持する）を実践することでがんになるリスクが低くなります。5つの健康習慣のすべてを実践すると男性で43%、女性で37%減少するといわれています。日々の生活習慣の見直し、改善が、がんにならないための第一歩です。



## 崇徳学園 I A C 募金

2月分

石丸 博昭・松岡 與吉・奥芝 隆  
岡本 忠文・谷 勝美

合計 5,000円  
総合計 42,000円