



# 徳山ロータリークラブ週報

創立1953年

2024年(令和6年)12月12日 (疾病予防と治療月間)

唱	歌	我等の生業	四つのテスト
---	---	-------	--------

プログラム	上半期反省アッセンブリー		
	①会長	②会員組織	③クラブ管理
	④公共イメージ	⑤奉仕プロジェクト	⑥財団プログラム



撮影者：福谷正道

撮影場所：島根県

コメント：稲佐浜  
神在月に神様が全国から集合する  
出雲大社の入り口です。

## 会長の時間

年次総会

\* 2025-26年度の理事候補に6名の方が選出されました。

\* 12月8日(日)ホテルグランヴィア広島に於いて、2024-25 年度第6回ガバナー補佐会議が開催され、竹村ガバナー補佐、岡崎補佐幹事が出席しました。

## 幹事報告

### 1. 12月度理事会報告

- ① 新年合同例会の件……………承認
- ② IMの件……………承認
- ③ 1月度理事会の件……………承認
- ④ 下半期会費の件……………承認
- ⑤ 事務局員賞与の件……………承認

### 2. 例会変更のお知らせ

クラブ名	日にち		例会場	変更理由
徳山	12月19日	木	→12月18日(水)18:00～ 忘年家族会	
	12月26日		休会(年末の為)	
徳山セントラル	12月16日	月	ホテルサンルート徳山	→22日(日)奉仕プロジェクト事業「餅つき大会」
光	12月16日	月	ホテル松原屋	クリスマス夜間例会 18:30～
周南西	12月17日	火	遠石会館	忘年クリスマス例会 18:30～
山口県央	12月17日	火	山口グランドホテル	幸崎公園清掃
柳井	12月17日	火	柳井クルーズホテル	年末家族会18:30～
徳山東	12月18日	水	国民宿舎大城	忘年夜間例会
柳井西	12月19日	木	アニバーサルステージベルゼ	RCCとの合同クリスマス家族例会18:30～
岩国	12月19日	木	岩国国際観光ホテル	→21・22日(土日)年末親睦家族旅行
岩国西	12月20日	金	岩国国際観光ホテル	職場訪問例会
徳山セントラル	12月23日	月	ホテルサンルート徳山	クリスマス家族例会
光	12月23日	月	ホテル松原屋	休会 (定款第7条第1節適用)
防府	12月23日	月	防府グランドホテル	クリスマス夜間例会
周南西	12月24日	火	遠石会館	休会 (定款第7条第1節適用)

山口県央	12月24日	火	山口グランドホテル	クリスマス家族例会 18:30～
柳井	12月24日	火	柳井クルーズホテル	休会 (定款第7条第1節適用)
徳山東	12月25日	水	国民宿舎大城	休会 (定款第7条第1節適用)
岩国中央	12月26日	木	岩国国際観光ホテル	夜間例会19:00～
柳井西	12月26日	木	アニバーサルステージベルゼ	休会 (定款第7条第1節適用)
岩国西	12月27日	金	岩国国際観光ホテル	休会 (定款第7条第1節適用)
徳山 セントラル	12月30日	月	ホテルサンルート徳山	休会 (定款第7条第1節適用)
光	12月30日	月	ホテル松原屋	休会(年末)
防府	12月30日	月	防府グランドホテル	休会(年末)
周南西	12月31日	火	遠石会館	休会(大晦日)
山口県央	12月31日	火	山口グランドホテル	休会(大晦日)
柳井	12月31日	火	柳井クルーズホテル	休会(大晦日)

### 3. 徳山RC・周南西RC新年合同例会のご案内(担当:徳山 RC)

とき: 2025年1月9日(木) 18:00～ ところ: 遠石会館

### 4. 受領物

地区事務局	・次年度(2025-26年度)クラブアンケート及び主要行事予定表 ・第17回全国RYLA研究会広島会議のご案内
比国育英会バギオ基金	2023年度事業報告書、基金への寄付のお願い

## 委員会報告

### 会員組織

#### 《ロータリー情報》

#### ・「貯筋」する大豆のチカラ(疾病予防と治療月間)

骨格に沿った筋肉(骨格筋)には、身体を動かすための「運動機能」やエネルギーを蓄えて生命を維持する「タンパク質の貯蔵」、免疫機能をつけて疾病予防する「ストレス耐性」といった働きがあります。最近では、「内分泌臓器」の役割も担っていることも分かってきたようで、筋肉自身がタンパク質を分泌し、体内へ様々な指令を出しているとのことでした。

筋量の最大ピークはほぼ 25 歳。加齢に伴って減少するので、筋量を減らさない「貯筋」が大切になります。

「貯筋」に有効な大豆は、肥料や水の量が極端に少ないことから、安定的な生育面で優秀な食品です。また、SDGs の観点からも牛肉や豚肉を食べるよりも、地球の資源消費に影響が少ない大豆の方が、有益な作物と言えます。

健康な男女が 2 週間、大豆 20 グラムを毎日食べると、約 7 割の方の筋力がアップしたとの実験結果も出ていますので、試してみてください。

担当: 森 宏生

## クラブ管理

### 《 出席 》

- ・11月14日(木)の修正出席率 100 %
- ・11月28日(木)の修正出席率 100 %

### 《 親睦活動 》

#### ・忘年家族会のご案内

とき: 12月18日(水) 18:00～ ところ: 遠石会館

## 奉仕プロジェクト

### 《 青少年奉仕: ローターアクト 》

#### ・徳山ローターアクトクラブ例会のご案内

1. 日時: 12月20日(金) 19:00～
2. 内容: 「忘年例会」
3. 場所: 海鮮料理屋 大告丸
4. 会費: 5,000 円

#### ・2024-25 年度ロータリー青少年指導者養成プログラム (RYLA) のご案内

1. 日時: 2025 年 3 月 8 日(土)～9 日(日) 10:30～
2. 場所: 深谷峡温泉 清流の郷 コテージせせら
3. テーマ: 『行動しよう、未来のために。  
～新しい視点で持続可能な地域社会のために何をすべきか!～』
4. 内容: 基調講演、グループディスカッション、全体討論、レクリエーション、交流会等

#### ・第 17 回全国 RYLA 研究会広島会議のご案内

1. 日時: 2025 年 5 月 10 日(土) 13:00～17:00 (受付開始 12:30)  
5 月 11 日(日) 9:00～12:00
2. 場所: 安芸グランドホテル
3. テーマ: 『RYLA に求められるもの』

### 《 次回予告 》 12月18日(水) 18:00～

プログラム: 忘年家族会