



第2730地区

鹿児島サザンウインド

ロータリークラブ

国際ロータリー会長 マーク・ダニエル・マローニー
第2730地区ガバナー 喜島 健一郎
鹿児島市内ガバナー補佐 A右田 省二・B有菌 純一

2019—2020年度
国際ロータリーテーマ

事務局・例会場 鹿児島東急REIビル
〒890-0053 鹿児島市中央町5-1-9F
TEL 090-5295-2736
FAX 099-251-5290
例会日 毎週木曜日 12:30~13:30
Eメール kswrc@po5.synapse.ne.jp

2019-2020年度

会 長 濱田一郎
会長Iレクト 岩下いずみ
幹 事 国師博久
編 集 会報・広報委員会
HP <https://ksw-rc.org>

第1033回例会 2019年(令和元年)8月22日(木)

本日のプログラム「クラブ協議会(ガバナー補佐訪問)」

VOL. 24-7

前回第1032回例会(8/8(木))の報告 於: 東急REI

【会長アドレス】 会長 濱田一郎

朝方、台湾北部ギラン県を震源とする地震が発生、台北でもビルの倒壊など被害が出ているようです。又、最大風速70mを超える大型台風9号が台湾北部に上陸しそうで大変心配な状態です。草山RC、また台湾の皆様のご無事をお祈りしたいと思います。

今週月曜日、睡眠についてお話を聞く機会に恵まれました。講師は、スタンフォード大学医学部精神科教授西野精治先生です。最近、TV番組出演や著書のヒットなどでご存じの方もいらっしゃるのではないかと思います。因みに、私は全く存じ上げておりませんでした。

睡眠については、レム睡眠、ノンレム睡眠とか、歯科診療でもしばしば話題に上がる、無呼吸症候群など興味が無いわけでは無かったのですが、睡眠、眠るという当たり前の事が、これまで思っていたよりずっと重要で貴重なことであるのかを知らされました。

昼間の活動でたまった脳の老廃物は、睡眠をとることでしか排出されないそうです。たまった老廃物を蓄えた脳では、本来の能力はとうてい発揮できず、綺麗な状態に戻すには、数十日の安定した睡眠時間が必要で、週末まとめて眠ったところでどうにもならないのだそうです。皆さんも若い頃、何日も連続で睡眠時間を削って受験勉強したり、仕事したり、事によっては遊びほうけていたことがあったのではないのでしょうか。私も、その頃きっちり睡眠をとっていたらもう少ししっかりした会長になっていたかも知れません。

まれにショートスリーパーと呼ばれる極端に短い睡眠時間で十分という人がいますが、これは遺伝的な特質で

訓練で習得できる物ではないそうですのでまねしない方が良いと思います。逆効果です。

今回のお話で怖いなと思ったことが二つありました。一つは、18時間連続で起きていたときの判断能力は、飲酒状態と同じなのだそうです。朝6時に起きて一日活動して夜12時に運転するのは、酒気帯びでもなく飲酒運転と同じと言うことです。徹夜で運転など自殺行為です。スペースシャトルコロンビアの事故を覚えておられると思いますが、事故調査で、通常では発射許可を出せる条件がそろっていたわけではなかった事、コントロールセンターの中核メンバーの睡眠時間は1~3時間と過酷な状況が続いていたことがわかっているそうです。もう一つは、脳の発達に影響を与えているということです。問題行動を起す子供達や悲惨な事件が続いているのは、もしかしたら影響が顕著になっているのかもしれないかも知れません。

今夜も例会、懇親会の後お忙しい皆さんだとは思いますがくれぐれも良い睡眠を得られることをお祈りします。

【幹事報告】 幹事 国師博久

- ①来週の例会は、休会です。
- ②8/29(木)のガバナー公式訪問は、令和ロータリークラブとの合同例会です。会場が、パレスイン鹿児島に変更になりました。時間は、12:30~13:30、例会、13:30~13:40写真撮影13:50~クラブフォーラムです。
- ③ガバナー月信8月号の訂正の文書が届いていますので、お取り下さい。
- ④事務局のお休みは8/13(火)~8/15(木)までです。休みの間の急用の方は、幹事の方まで宜しくお願い致します。

2019-2020年度 国際ロータリーのテーマ 「ロータリーは世界をつなぐ」

第2730地区目標 「クラブの活性化に努めよう」

クラブスローガン 「知っているからこそ好きになる。もっとロータリーを学ぼう」

【ゲスト】 米山奨学生 ダール アシスさん

【ニコニコBOX】

◆濱田一郎君・国師博久君

本年度、初めての夜間例会です。クイズ大会も企画していただきました。ゆっくりお楽しみ下さい。

◆百崎隆子君

暑い夏にニコニコします。

皆さん、体に気を付けて頑張ってください。

◆児玉里美君

8月1日に事務所を法人化致しました。社名を「社会保険労務士法人サフィール」と変更致しました。今後ともご愛顧の程、宜しくお願い致します。

《ニコニコBOX累計額 ￥37,000-》

【ロータリー財団寄付目標達成者】

百崎隆子君

【8月の誕生日祝い】

松下和裕君 (3日)

西 孝一君 (15日)

有蘭米也君 (18日)



【RLI 修了証書贈呈式】

池田耕夫君

【本日のプログラム】

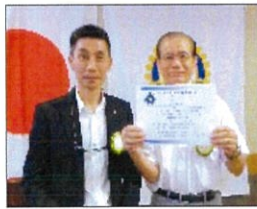
ロータリー大学

『ロータリー雑学クイズ』

司会：田中ロータリー情報・研修委員長

出題は10問

1問正解10点、全問正解100点



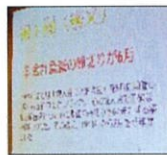
在籍年数に応じてハンデあり

～5年 ×1 6～10年 ×0.9

11～15年 ×0.85 16年～ ×0.8

①なぜロータリー年度は7月から始まるのでしょうか？

1. 世界初のシカゴRCの例会が7月
 2. ポール・ハリスの誕生日が7月
 3. 1年の会計監査の締切りが6月
- (答え) 3. 会計監査の締切りが6月



1912年までは世界大会(全米大会)を8月に開催し、8月からを新年度としていた。その後、大会で正確な監査報告を行うために監査の締切りを6月末のする案が採用された。その結果、1913年から7月を新年度とした。

『結果発表』

1位 70点 児玉里美君

2位 64点 川原篤雄君

3位 50点 有蘭米也君・松田圭治郎君

西孝一君・小川ちえみ君



次回(第1034回)例会のお知らせ

日時：2019年8月29日(木) 12:30～

場所：パレスイン鹿児島

プログラム：喜島ガバナー公式訪問

(令和RCと合同例会)

《その後の例会プログラム》

- ・9/5(木) クラブフォーラム (年会費アンケートの報告)
- ・9/12(木) クラブフォーラム (会報・雑誌、広報・IT委員会)
- ・9/19(木) 会員卓話(新会員又は税理士)
- ・9/26(木) 休会

出席報告

例会日	会員数	出席数	出席率%
第1032回8月8日(木)	54(49)	30	61.22
第1029回7月18日(木)訂正	55(51)	38	74.51

市内他RC例会プログラム

- ★は、記帳受付有り (ホームクラブ例会場)
- 鹿児島RC 8/23(金) 喜島ガバナー公式訪問 (山形屋)
 - 中央RC 8/26(月) 会員卓話=新入会員 自己紹介 (山形屋)
 - 令和RC ★8/26(月) 8/29(木) 12:30～13:30に変更
喜島ガバナー公式訪問 (鹿児島サウンズ RCと合同 (パレスイン鹿児島))
 - 東南RC 8/27(火) ガバナー公式訪問 (サロイ)
 - 城西RC 8/27(火) ゲスト卓話 (東急REI)
 - 南RC 8/28(水) クラブフォーラム(会員増強について) (サロイ)
 - 西RC 8/28(水) 喜島ガバナー公式訪問 (山形屋)
 - 西南RC ★8/28(水) 夜の例会に変更 (ゆうづき)
 - 東RC 8/29(木) クラブフォーラム (サゲイ)
 - 北RC ★8/29(木) 暑気払い例会 夜の例会に変更 (レプラント)

ロータリークラブの目的

(PURPOSE OF A ROTARY CLUB)

本クラブの目的は、「ロータリーの目的」の達成を目指し、五大奉仕部門に基づいて、成果あふれる奉仕プロジェクトを実施し、会員増強を通じてロータリーの発展に寄与し、ロータリー財団を支援し、クラブレベルを超えたリーダーを育成することである。