



2025-2026
国際ロータリーテーマ

よいことの
ために
手を取りあおう



フランチェスコ・アレツツォ



諫早西RC
ホームページ



Facebook



諫早西RC
掲示板



2025-2026年度 諫早西ロータリークラブテーマ

『ロータリアンとしての品格と誇りを持つ』

諫早西ロータリークラブ会長 吉田 健一郎

第1877例会 2025年 9 月 10 日例会記録 NO.9 天候 曇り後晴れ

【本 日】	会員数 44名	出席 34名	欠席 7名	出席扱い (急引) 0名	免除 3名	出席率	82.93%
【8/27】	会員数 46名	出席 39名	欠席 6名	(MU 4名)	免除 1名	出席率	86.67%

来 訪 者



【ビジター】

諫早北ロータリークラブ

栗林 英雄 バストガバナー

会 長 の 時 間



吉田 健一郎 会長

先週のガバナー公式訪問お疲れ様でした。ガバナーを始めガバナー補佐・地区幹事・随行者の方々には、喜んで帰っていただきました。会員皆さまの、品格あるご協力の賜物だと感謝申し上げます。

只、例会前の地区出席者との懇談会においては、クラブ活動計画書の前年度事業報告の反省・次年度への申し送り事項が今年度事業計画に反映されていないとの指摘を受けました。新旧年度の引継ぎが十分に取れなかったことを反省し、御厨年度では支障がないように努めようと思います。全体的な事業においては、規模が大きい沢山の事業をされている素晴らしいクラブだとありがたい評価を頂きました。

ご報告しておきます。

さて、今週末は国際奉仕、及び職業奉仕委員会の事業が執り行われます。どちらも新しい取り組みの事業です。この事業に関しては賛否両論ありましたが、理事会で承認されました。後程事業説明が有りますが、委員会で知恵を出し万機公論で決議されたと思います。準備段階においても趣旨に沿って関係団体への折衝を始め、事細かに計画を進め

会 長／吉田 健一郎 幹 事／友永 俊介 創 立 日／昭和60年2月20日 認 証 日／昭和60年3月5日
 例会場／平安閣 諫早サンプリエール(毎週水曜日) 〒854-0053 諫早市小川町71-1 TEL (0957) 24-3907
 事務局／諫早商工会議所内 〒854-0016 諫早市高城町5番10号 TEL (0957) 22-3323
 会報委員／辻 保行・久保 泰正・古賀 秀次・大町 誠
 HP/<https://isahaya-west.com> E-mail/info@isahaya-west.com

てくれています。国際奉仕においてはネパールの学生によるカレーの試食会に呼ばれ、職業奉仕においては諫早農高の校長への挨拶で快くお引き受けいただきました。新事業は何かと高いハードルもあったかと思いますが、高かったらぐれば大丈夫です。Bigger (より大きく), Better (より良く), Bolder (より大胆に) 成功させましょう。そして、今後のクラブ事業に繋げましょう。売り上げ目標も大きく掲げてあります。どちらの委員会も食品を提供する事業ですので衛生面に気を付けて頂きたいと思います。野口英世の座右の銘「just do it」(やればできる)

結びとして、私から皆さんへのお願いがあります。時間が取れる方はこの事業に参加して下さい。見に来るだけでも、ご飲食でも、少しの時間のお手伝いでも結構です。ロータリーの仲間なんです。日時は、9月13日(土)・14日(日) 市役所前広場です。駐車場は周りに有ります。諫早公園前の河川敷は無料だそうです。ご協力をお願いします。

幹事報告

例会変更及び休会なし

【お知らせ】

※国際ロータリー日本事務局より

「基本的教育と識学率向上月間 リソースのご案内」

※ガバナー事務所より

「ロータリーファミリーのつどいのご案内とアンケートのお願い」

※雲仙 諫早南ロータリークラブより

「鎮西学院大学ジャズアンサンブルローターアクトクラブ 例会のお知らせ」

日時：令和7年9月19日(金)

12:00～受付開始 12:30～例会

場所：鎮西学院大学ウィルキンス館4階 西山ホール

【9月結婚記念日祝】



吉次 良治 君
辻本 善樹 君

昭和60年9月16日
昭和57年9月26日



栗林 英雄 パストガバナー
『100周年記念碑の寄付のお願い』

委員会報告



クラブ戦略計画委員会
小野 秀喜 委員長



国際奉仕委員会
毎熊 正太郎 委員長
『のんのこ諫早まつり出店について』



職業奉仕委員会
浦江 芳征 委員長
『諫早農業高校とののんのこ諫早まつり出店について』

😊 スマイルボックス 😊

栗林 英雄バスター様

：久しぶりの訪問です。本日は諫早西ロータリークラブの皆様方にお願いに参りました。宜しくお願い致します。

吉田健一郎君：栗林バスター様、御来訪を歓迎します。久々の感じがします。

友永 俊介君：栗林バスター様、御来訪ありがとうございます。野中 SAA 委員長がいつもに増して力が入っておられます。野中さん、山崎さんいつもありがとうございます。

吉次 良治君：栗林バスター様、ようこそ諫早西ロータリークラブへ。結婚して 40 年、世界一幸せな私、一方家内は我慢の一言かもです。

荒木 公義君：栗林英雄バスター様、久方ぶりの御来訪ありがとうございます。元気で良かった！

辻本 善樹君：結婚 43 年になります。祝って頂きありがとうございます。

木村 隆二君：日曜日に弊社主催の剣道大会を開催しました。今回は福岡、佐賀、山口、また韓国からも子供達が参加し、とても賑わいました。諫早西ロータリークラブの皆様にも多数協賛いただきありがとうございます!!

毎熊正太郎君：国際奉仕委員会です。9 月 13 日(土)、14 日(日)ののこの諫早まつりに外国人と市民の交流で出店致します。御来店下さいませ！

小島 礼文君：9 月 14 日(日)、大阪にて全国都道府県対抗少年剣道大会が開催され、木村会員のご子息が県代表として参加します。皆様、御声援を宜しくお願いします。

本日の合計 (9/10)	累 計 額
¥34,000	¥360,000

国際奉仕委員会 ののこの諫早まつり～在住外国人と市民との交流会

国際奉仕委員会は、9 月 13 日(土)・14 日(日)に開催されたののこの諫早まつりにて、食文化を通じ外国人在住者と市民との交流を図る為、出店を行いました。

ネパールカレーの販売や射的を行い、売上金を人道支援金とし、市民との交流を図りました。

ご協力頂きました会員の皆様ありがとうございました。



職業奉仕委員会 諫早農業高等学校支援事業

職業奉仕委員会は、諫早農業高等学校支援事業として9月13日(土)・14日(日)に開催されたのんこ諫早まつり出店支援を行いました。

当日は、多くのお客様や大久保潔重諫早市長もいらっしゃって大いに賑わいました。参加された会員の皆様、ありがとうございました。



『ロータリーの友』8月号 卓話の泉より

オメガ3 脂肪酸

上枝循環器内科クリニック 院長 上枝 正幸

三大栄養素の一つ、脂質を構成する脂肪酸に含まれるオメガ3脂肪酸は、EPA（エイコサペンタエン酸）やDHA（ドコサヘキサエン酸）などが代表です。オメガ3脂肪酸は、サバやイワシなど青魚の油に多く含まれ、体にとって重要な役割を果たします。

EPA、DHAが注目を集めるようになったのは1980年ごろ。野菜をほとんど食べず、魚やアザラシなど高脂肪食中心の食生活を送るグリーンランドに住む先住民・イヌイットの心筋梗塞の発症率が、近隣のデンマークと比較して極めて低いことが、疫学調査で明らかになりました。その原因を詳しく調査した結果、EPAなどのオメガ3脂肪酸を豊富に摂取していることが要因と判明しました。

日本に住む日本人の虚血性心疾患の発症率は、欧米諸国の人々に比較してかなり低く、これも魚食、つまり豊富なオメガ3脂肪酸の摂取が関係していると考えられています。

牛肉や豚肉といった動物性脂肪や植物性の油などに多く含まれ、免疫力増強になる一方で炎症を強めるオメガ6脂肪酸のARA（アラキドン酸）に対し、魚油由来のEPAは、炎症の程度を弱め、血栓形成を抑制する方向に働きます。EPAやDHAは、いったん起こった炎症を収束させるのにも重要な役割を果たしていることが分かってきています。虚血性心疾患の再発予防には高純度EPAの投与が有効、という大規模臨床試験の結果もあります。現在までに報告されているオメガ3脂肪酸の効果は、心血管疾患・動脈硬化の予防、小児の発達と健康への効果、一部のがんの発症予防、脳神経細胞機能の維持とアルツハイマー病・認知症の予防、加齢黄斑変性症の予防、関節リウマチの症状改善、うつ病の予防と改善などです。

健康な血管と良好な脳機能の維持は、健康寿命を延ばす上で非常に重要です。オメガ3脂肪酸を積極的に摂取し、健康で長生きを目指しましょう。

(第2670地区・香川県・観音寺RCにて・同RC会員)