

# 堺陵東ライオンズクラブ委員会構成表

2004.7～2005.6

会前	第一副会長	長	岩中	崎塚	和文	弘雄	テールツイスター	楠高	昭利	乗雄												
第一副会長	第二副会長	第三副会長	理事	計	ライオンテーマ	大米	西島	柳堀	堀口	仲田	米村	林澤	義彰	成	335-B地区7R1ZZC	野夏	香川	知井	好治	勇民	哲学	勉雄

# 堺東

## 37号

SAKAI RYOTO LIONS CLUB 335-B 7R 1Z

副会長	委員会名	委員長	副委員長	委員
第一副会長 大仲康暉	出席委員会	久井孝夫	得津正熙	
	会務委員会	高橋利雄	香川哲	川井敏弘
	財務委員会	西谷昌幸	意嶋剛	木村文俊
第二副会長 米田増己	計画委員会	可知学	藤井勉	堀口康成
	PR.情報.IT会報編集者委員会	山中勉	具足武	渡邊祥子
	接待指導力育成委員会	夏有民	金澤正次	
第三副会長 西村英二	会則及び付則委員会	辻野建市	三好治雄	
	大会委員会	吉川智明	神谷順	
	社会福祉環境保全 市民教育奉仕委員会	山脇良庸	徳丸博史	釜中与四一 大山勲
	薬害・糖尿病教育 視力保護・盲人福祉 聴力保護・言語障害者福祉 アイヘルス 献血委員会	船本公明	久我けい子	野里勇 今井保太郎 山下行雄 藤原喜美子 村田和也 小崎照夫
	YE委員会	紙野忠雄		
	レオ委員会	三原宏巳		



《手作り会報》

# 2005.2

堺陵東ライオンズクラブ

発行所 堺陵東ライオンズクラブ 事務局 堺市戎島町4丁45番地の1  
リーガーロイヤルホテル堺 10F  
TEL 072-224-1100 FAX 072-224-1101



## ライオンズの誓い

われわれは知性を磨き  
友愛と相互理解の精神を養い  
平和と自由を守り  
社会奉仕に精進します

## スローガン

自由を守り Liberty  
知性を重んじ Intelligence  
われわれの国の安全をはかる Our Nations Safety

## モットー

われわれは奉仕する WeServe

## ガバナーズスローガン

友情、奉仕、創造、めぎせ情熱ライオン

## クラブ会長テーマ

クオリティの向上と至誠を重んじるクラブ活動

## 第37号 目次

■ ライオンズの誓い・地区ガバナーテーマ	表紙裏
■ 7R1ZZC 挨拶	三好治雄 2
■ 会長 挨拶	岩崎和弘 3
■ 半年を過ぎて	島林幹夫・久井孝夫・可知 学 4
■ ライオンズクラブに入会して	小崎照夫・大山 勲 5
■ アクティビティ	6
■ アクティビティ一覧	8
■ コラム陵東	長寿の秘訣 藤井 勉 9
	三つの提案 神谷 順 10
	クラブのIT化について 根崎英子 11
■ 例会風景	12
■ 編集後記	13
■ メンバー表	裏表紙

堺陵東ライオンズクラブ  
335-B地区 7R1Z

事務局 〒590-0985 堺市 戎島町4丁45番地の1  
(リーガロイヤルホテル堺10階)  
電話 072-224-1100 FAX 072-224-1101

335-B地区 7R1ZZC

三好治雄



堺まつり



新年家族例会

拝 啓

春寒の候、益々ご健勝のととお慶び申し上げます。  
 平素は何かとご高配に賜り有り難う御座います。  
 お陰さまで昨年7月より今日まで会長始め理事会、各メンバーの皆様方の暖かいご支援を頂きまして無事経過して参りましたこと、心より厚く御礼申し上げます。  
 各クラブへの表敬訪問、ガバナー公式訪問（1Z合同例会）キャビネット会議等、その他数多くの委員会、周年式典へと出席を致しまして、ライオンズクラブの各メンバーの皆様方の努力並びに、ご苦勞を拝見し、ライオンズの活動の強さを改めて感じました。  
 今後は残す半期（17年1月～17年6月）迄の間、皆様方のご協力を頂き、元気よく、任期を全うして参りますので宜しくご指導ご鞭撻の程お願い申し上げます。

堺陵東ライオンズクラブ会長

岩崎和弘



クリスマス例会



新年家族例会

会長就任より約半年が過ぎました。当初目標に掲げていた事を  
 だいたいクリアーしてきております。  
 堺市母子寡婦との交流、大和川清掃例会、波佐見LCとの合同例会、  
 いずれも会員皆様の協力により盛大にとり行ない、広島での合同例会  
 は類をみないような親睦をはかりました。  
 又、副地区ガバナーを招いて行ったライオンズスクール、会員の健康を  
 気遣っての健康例会、身障者招待のクリスマスディナーショー、  
 これは身障者家族を含めて100人招待して、新聞社も取材にきた  
 ほどの大盛会でございました。  
 これも会員皆様及び理事の方々の努力の賜物とっております。  
 今後、気を引き締め先人に恥じないように社会奉仕に邁進する所存  
 です。  
 皆様方のご協力を切にお願い申し上げます。

## 半年を過ぎて

幹事  
島林 幹夫



幹事役を仰せつかって、早くも上半期が過ぎました。幹事役とはどういう任務であるかも解からずに、お引き受けしました。

会長を始め、理事会の皆様またメンバーの皆様には、歯がゆい思い、頼りの無さをお掛けしている事と存じます。

残り半期も精一杯頑張りますので、メンバー皆様のご指導、ご鞭撻のほどよろしくお願い申し上げます。

出席委員長  
久井 孝夫



出席委員長になって一番感じたことは、出席率の100%達成の難しさでした。前期には100%出席が一度もなかったのが、後期には是非とも100%出席が実現できるように頑張りたいと思います。皆様方のご協力のほどよろしくお願い致します。

計画委員長  
可知 学



半年を過ぎて一言

「責任があり、大変な委員長をよくお受けしたものだ」

振り返れば、4月から大先輩方のご指導を頂きながら、年間スケジュールを作成し、6月からは8月の納涼例会の準備、引き続き10月の波佐見LCとの合同例会の準備、そして1月の新年家族例会へと続く。その間7R会員交流会の委員会にも出席し、大変忙しい日々を過ごさせて頂いている。

そんな中、企画した例会が成功し会員の方々に喜んで頂いたとき、委員長をお受けしてよかったと思う。

これからも、ご指導とご協力をお願いします。

## ライオンズクラブに入会して

「I Serve」から「We Serve」へ...

新会員 小崎 照夫



自分の職業を通じて社会に貢献する「I Serve」の職業奉仕を重要綱領とするロータリークラブから、みんなで協力しあって社会奉仕に精進する「We Serve」をモットーとするライオンズクラブに移籍して、早くも半年が経過して、今も戸惑いと驚きの連続であります。忘れられないのが、初めてクラブ訪問して入会紹介で名前を呼ばれた時、ロータリアンの時の使い慣れた調子で「ヤア」と答えてしまい、変な雰囲気になった事で、ライオンの返事は「ウオー」なんですね、ビックリしました。入会してから数々のアクティビティに参加させていただき、皆さんの努力と汗と笑顔に感激しました。「静のロータリーから動のライオンズへ」と少々年齢と逆の趣向であります。社会奉仕に精一杯がんばってまいりますので、ご指導のほどよろしく願います。

新会員 大山 勲



堺陵東ライオンズクラブへ入会させていただき、早くも半年余りたちます。

無我夢中で参加致しまして、アツという間に過ぎていったように思います。まだまだ若輩者の自分が沢山の方々にめぐり合い、交流させていただき、本当に勉強させられる事ばかりでした。これからも未熟者ではございますが、出来得る限り会に参加し多々学び、努力していきたいと思います。

## アクティビティ

10月17日 堺まつり  
薬物乱用防止キャンペーンに参加



元気  
に行進!!



みんなで「ハイ、チーズ」



南蛮衣装が似合うでしょう!



熱心に奉仕活動をする  
クラブメンバー

12月16日  
クラブ単独献血



## アクティビティ

メインアクティビティ  
12月8日 クリスマスディナー

全員で楽しいひとときを  
過ごしました



サンタクロースも登場

障害児に楽しい  
Xマスディナー  
堺陵東LCLが招待  
堺陵東ライオンズクラ  
ブ(岩崎和弘会長)はハ  
日、障害児と家族らを迎  
待して、クリスマスディ



ナーショーを堺市内の  
ホテルで開いた。写  
真。  
障害児と家族らにデ  
イナーショーを楽しん  
でもらおうと昨年から  
行っている。堺市内の  
障害児と家族ら計約百  
人が参加した。  
ショーでは、テレビ  
で歌のお兄さんとして  
出演していた新井宗平  
さんがコンサートを行  
った後、食事を楽しん  
だ。  
クリスマスディナーシ  
ョーの運営には専門のボ  
ランティアも協力し、会  
場にはサポートルームも  
設けた。

12月9日 産経新聞より抜粋



皆様お疲れ様でした

月	アクティビティ
8月	1. YEアクティビティ資金 合計 【金銭1件】
9月	1. 堺相撲選手権大会のお手伝い並びに協賛 労力奉仕出勤者 10名 2. 堺まつり協賛金 3. 大和川クリーンキャンペーン作戦参加 労力奉仕出勤者 38名 4. アクティビティ協力金 5. 堺市母子寡婦飯盒炊爨 労力奉仕出勤者 25名 6. 環境保全取り組みにより堺フェニックスに協賛 合計 【金銭5件 労力3件】
10月	1. 10月5日堺化学工業㈱献血 労力奉仕出勤者 6名 2. 10月10日堺東献血ルームにて献血 労力奉仕出勤者 1名 3. 10月24日堺東献血ルームにて献血 労力奉仕出勤者 1名 4. 7 R Y E 活動費 合計 【金銭4件 労力3件 献血3件】
11月	1. 第17回国際平和ポスター分担金 2. 堺まつり分担金 3. 新潟中越地震義援金 4. 堺泉レオクラブ助成金 合計 【金銭4件 労力12件】
12月	1. 物故ライオンズ拠出金 2. 知的障害者家族をクリスマスディナーにご招待 3. 12月11日クラブ単独献血 堺東献血ルーム 4. 12月16日クラブ単独献血 仏-ヨ-ガ-津久野店 労力奉仕出勤者 23名 5. 12月15日クラブ単独献血 堺東献血ルーム 6. MJF 1000\$ 寄付 5人 7. LC1F 20\$ 42名分 合計 【金銭7件 労力3件 献血3件】

長寿の秘訣

1年理事 藤井 勉



新年家族例会

長寿…、生来呑気な方で、あまり物事にくよくよしないで、人生なるようにしかならないと、半分諦めの境地で過ごしてきたのが、多少健康にもつながったのではないかと思う次第です。そもそも、“秘訣”という言葉は広辞苑によると『事を行なうのに最も効果が多くて、しかも滅多に他人に知らせない方法』とある。私にはそんな大それた秘訣がある訳でもなく、平々凡々と今日まできたような状態であります。

しかしながら、私の人生そのものは、必ずしも順風満帆というわけではありませんでした。親爺が中学生時代に亡くなり、お袋一人の手で東京の大学へ行かせて貰ったのですが、当時は大東亜戦争に突入した時で、学業も充分できず毎日が食べるのがやっとの状態、お袋の苦勞を思うといっその事軍隊へでも行った方が…と余り深くも考えず、今から思うと随分無茶な事をしたものと思います。毎日、生活費・学費を稼ぐためのアルバイトで多少自暴自棄になっていたのかもしれない。軍隊での経験は、苦しく辛い事の連続でしたが、反面、上下関係の厳しさ、礼に始まって礼に終わるといふ、人間にとって非常に大切な面と、同時に他人への思いやりの心を培うという精神面での涵養等と、常時厳しい訓練とあいまって、こうした若い時代における体験のお陰で、大した病気もせず今日迄元気でこられたのだと思います。堺陵東ライオンズクラブに「チャーターメンバー」として入会させていただき、以来三十有余年、会長を始めキャビネット関係の要職をも経験させていただき、素晴らしい仲間を支えられ、楽しく奉仕活動に精進できた事も、健康であればこそと感謝している次第でございます。『青春とは、人生の或る期間をいうのではなく、心の様相をいうのだ。年を重ねただけで人は老いない。理想を失う時に初めて老いがくる』という先賢の言を肝に命じて、有意義な余生を送りたいと思うのでメンバーの方々には今後一層の御交誼をお願いする次第であります。

三つの提案

大会委員 神谷 順



第2回7R合同例会にて

長寿のお祝い

50歳以上の男性は、二人に一人が高血圧といわれています。高血圧が続くと動脈硬化が必発し、血管の老化が進みます。動脈硬化は静かに進行し、やがて脳卒中、狭心症、腎臓障碍等の病気を起こす危険があります。どうしたら予防できるのでしょうか……  
食塩1日8g、総カロリーを抑えて肥満度25以下、生活習慣のコントロール。アルコールは休肝日が必要で、タバコは百害あって一利なし。糖尿病は血管を脆くするし、高脂血症は血液をドロドロにする等々。  
ハードルが高くて何から手をつけてよいか足がすくみます。

そこで提案……

- ① 体重はとにかく3Kg減らす。
- ② 食事は薄味にして腹八分目ないし九分。  
満腹感不可。間食・夜食不可。
- ③ ストレス解消の為、軽い運動を毎日……  
散歩でもよい。

以上三つの提案を、だまされたと思って実行して下さい。  
三カ月後の血圧はどうですか。  
体が軽くなって爽快感がありませんか。

クラブのIT化について

事務局 根崎 英子



熱弁をふるうITアドバイザー 中塚文雄 2004.10.26.7R1Z・2Z・IT研修会



クラブにパソコンが導入されて随分年月が経ちました。初めて事務局にパソコンが届いた時には、正直いってとても不安でした。  
こんな高価な機械を壊したらどうしよう。今更又新しい事を勉強するのは大変だなあとか。  
色々考えて1年間は触ることもなく過ぎていきました。  
しかしそういう訳にもいかずに、恐る恐るスイッチを入れ、パソコンとの格闘が始まりました。  
毎日失敗の連続でした。問い合わせの電話をいれて、担当者の方とやりとりをするにも、専門用語が解らず、何時間もそれに費やしたり……。今思い返せば、担当者の方にも随分ご迷惑をお掛けしたものです。  
しかしながら、慣れとは恐ろしいものです。  
今では、毎日の業務になくってはならないものとなりました。  
これからは更に機械に使われるのではなく、機械をいかに便利に活用できるかを考えながら、取り組んでいきたいと思っております。

## 例会風景

### 活躍するメンバー



受付ご苦労様です 若きライオン



名司会ぶり



パイナップル美味しかったですか？



健康例会



クラブを想い熱く語る！



Happy Birthday



話し上手なテールツイスター



血圧はいかがでしたか？

## 例会風景



波佐見ライオンズクラブ合同例会



未来のライオン



おしどり夫婦



挨拶に聞き入るライオン



楽しいギター演奏と歌  
ゲスト：高橋キヨシ



全員揃ってまた逢う日まで

2005年1月12日 新年家族例会

### あ と が き

皆様いろいろとご協力ありがとうございました。  
手作り会報（陵東37号）を発刊いたします。今回より「L字」の  
使い方（印刷物関係）ですが外部向けPR誌の場合「L字」は使用  
しないとの事ですので、ご協力をいただきましたメンバーに対して  
「L字」は使用いたしませんでした。  
次回発刊時にも今回に増してご協力とご指導をいただきますよう  
宜しくお願い致します。

第 二 副 会 長	米 田 増 己
PR情報IT会報編集者委員長	山 中 勉
副 委 員 長	具 足 武
委 員	渡 邊 祥 子