



# 東京浅草中央ロータリークラブ 週報

〒111-8765 東京都台東区西浅草 3-17-1 浅草ビューホテル 2階  
TEL. 03-3847-1111 FAX. 03-3847-0154 URL : http://www.asachu-rc.jp

## 2010 - 2011 年度テーマ

R.I. テーマ 「地域を育み、大陸をつなぐ」

R.I. 会長 Ray Klingensmith

地区ガバナー 上野 操

クラブテーマ 「楽しいクラブ、ためになるクラブで 25 周年を祝おう」

クラブ会長 古谷 輝彦



## 本日の卓話

「ロータリーについて」

本会員

「我がクラブの国際奉仕」

斎藤会員

紹介者 長島資生君

2011年3月2日

第1211回例会

会長 古谷 輝彦

幹事 原田 毅

## 今後の卓話予定

3/9 「十分スピーチ×三名」

カンボジア留学生

紹介者 長島君

3/16 「選抜高校野球の楽しみ方」 高等学校野球連盟理事 栗山雅史 様

紹介者 海内君



## 3月結婚記念日

2日 (46周年) 松崎ご夫妻 ・ 13日 (53周年) 藤田ご夫妻  
14日 (40周年) 関原ご夫妻 ・ 15日 (45周年) 永井ご夫妻  
16日 (45周年) 片岡ご夫妻 ・ 21日 (40周年) 岩戸ご夫妻  
23日 (15周年) 矢野ご夫妻 ・ 26日 (38周年) 松本ご夫妻



## 3月お誕生日祝

9日 (71才) 大塚 清君 20日 (62才) 長沼一雄君  
28日 (69才) 片岡邦夫君

## 前回 (2/14 1209 回例会) の記録

### 来訪者紹介 (1209 回例会)

◆ゲスト 0名

◆ビジター 0名

### 出席報告 (1209 回例会)

総会員数	休会	出席免除	出席	欠席	出席率	修正出席率
44名	0名	3名	34名	7名	82.93%	1207 回例会修正 欠席4名・出席率 90.24%

## 会員増強は、クラブの若返りと明日への架け橋！

### ニコニコボックス

<中村、折原、吉田 (尊)、潮田、宮村、藤掛、  
上野、原田、長堀、伊石、加藤、小林 (博)、  
斎藤、岩田、天笠、古谷、柘、馬場、海内、  
永井、植木、高木、井田、長沼、大塚、上原、  
小林 (雅) >

・三クラブ合同例会を祝して!!

第1209回ニコニコ金額

27,000円

今年度ニコニコ累計額

1,104,000円



## 「江本孟紀の熱き語らい」



野球評論家

江 本 孟 紀 様

紹介者 尾中哲夫 様

- ・野球評論家と野球解説者は違う。評論は誰にでもできる。しかし、解説はプロにしかできない。お陰さまで自分は解説者として30年仕事を継続できた。
- ・ピッチャー：プロとアマはスピードとコントロールの質がまったく違う。
- ・バッターにとってストライクゾーンは確実にヒットできる。しかし、どういう球が投げられてくるか分からないと打ちづらい。バッターから見て投手の手が見えないと打ちづらい。
- ・うまいピッチャー：桑田選手は投球フォームを出来るだけ大きくしてバッターから手の中が見えないフォームに改造した。
- ・日本ハムの斎藤佑樹選手も今後、投球フォームの改造をしてゆくだらう。
- ・キャンプや練習場でファンや解説者などに対してサービスと心遣いが徹底している球団は伸びる。ファンサービスの大切さ。
- ・今後、プロ野球解説者としてプロ野球業界を少しでもより良くしてゆきたい。

## 《健康知識》

## 「アンチエイジング」

アンチエイジングはシミやシワ対策をするなど、若返りのために行うものという印象があるかもしれませんが。しかし、アンチエイジングは、抗加齢医学、抗老化医学とも言われ、本来は老化による心身の衰えを防ぎ、健康を保って人生を全うする医学なのだそうです。

これまでは、年をとり弱いところが出てくるのは仕方ないとされていたのに対し、アンチエイジング医学は「老化＝病気＝弱点」と考えます。骨、血管、内分泌機能、神経機能、心肺機能などを検査して弱点を早期発見し、対処して健康長寿を目指すものです。

例えば、血管に弱点があると、動脈硬化、血管梗塞を引き起こしやすくなります。百歳を超えてもがん、認知症の他大きな病気がなく自立した生活をしている方も少なくないそうですが、そのような方は、体全体がバランスよく老化していて、弱点がとても少ないのだそうです。

健康長寿を実現させるためのこうした予防医学がますます発達することで、若々しいシニアが、そして百歳でも「健康で元気」が当たり前な世の中になるよう期待したいですね。