



1958年12月1日創立 国際ロータリー 第2730地区

# 鹿児島南ロータリークラブ

2022-2023年度 国際ロータリーテーマ 「イマジン ロータリー」 2022-2023年度 RI第2730地区スローガン 「知力を高め 未来に繋げ 多様なあるロータリークラブの実現に」

## 週報

Vol.65 No.4

令和4年(2022年)

8月17日

2022-2023年度 クラブのスローガン 「多様性を活かし、ロータリーで楽しもう」

姉妹クラブ: 台湾 高雄東 RC 友好クラブ: フィンランド ロヴァニエミ・サンタクローズ RC ドイツ カールシュタット・アルンシュタイン RC 宮城県多賀市 多賀城 RC

会長: 池田 京子 会長エレクト: 柳元 尚喜 会長ノミネー: 盛澤 篤司 幹事: 澤野 正幸

2022-2023年度 RI会長 ジェニファー・ジョーンズ  
2022-2023年度 RI第2730地区ガバナー 山ノ内 文治(鹿児島RC)  
市内グループガバナー補佐 A: 上野 欣一(鹿児島東RC) B: 宮内 秀人(鹿児島北RC)

会員 増強 ・ 新クラブ 結成 推進 月間

【事務所】  
〒890-0062 鹿児島市与次郎1丁目8-10  
TEL:099(254)1117 FAX:099(254)1119  
E-mail: south-rc@po.minc.ne.jp  
【例会日】 毎週水曜日 12:30~13:30  
【例会場】 サンロイヤルホテル

### Rotary 【第3033回例会】 会員卓話 「イマジン(想像)」 杉原浩会員

### 令和4年7月27日 第3032回例会

[点鐘] [ロータリーソング] それでこそロータリー  
[お食事] 米山ランチ (1回目)

### 会長の時間

#### 【新型コロナ対策の栄養を考える】

昨日、本県のコロナ感染者数が3,149人と最多となりました。未だ警戒レベル2発令中のままであることから、医療関連会員の助言を参考にさせていただきつつ、食事に配慮の上で、本日は例会開催といたしました。今後については、本日のクラブ協議会後の理事会に協議事項として挙げております。

私は教育公務員として、県教育委員会や県立学校に勤務し、土曜日は大学も兼務しておりました。現在は大学や短大で教職科目を担当しており、主な専門分野は栄養管理・食教育、特別支援教育です。そこで、本日は新型コロナ対策の栄養に関連づけた話を、女子栄養大学香川副学長の資料(「食と医療」講談社刊)を参考に少し話したいと思っております。

皆様ご承知のとおり、新型コロナ感染者は世界的に広がり、多くの重症者や死者も出ています。高齢化率世界一、高人口密度の日本が、百万人あたりに換算の感染者数や死者数で米国より遥かに少ないわけです。その一因として糖尿病や心血管疾患のリスクが高くなる高度肥満(BMI35%以上)者頻度差にあるといわれています。アメリカと日本の食文化、食習慣は異なるわけですが、日本食は肥満を防ぐだけでなく、米国食にはあまり取り入れられない魚、大豆、米、海藻、緑茶の中には新型コロナウイルスの感染を防御する様々な生理活性物質があり、それぞれの効果はわずかでも全体では大きな効果があるといわれています。一方、日本食の消費を100%として米国食は動物性食品の牛肉396%、牛乳353%、鶏肉257%、炭水化物源の芋類247%、砂糖と菓子類235%と大差があり、これに対して魚介類は44.3%、大豆0.5%などです。これらの食生活が肥満を促進し、免疫機能を低下させているといわれています。

実際に摂取される食事は多くの食品の組合せであり、個々の食品やその栄養素の持つ効果だけではなく、その相互作用も含むので、偏らず様々な食品を取り入れて食事パターン全体で考える必要があります。

ワクチンだけに頼るのではなく、『適正な栄養(望ましい食事パターン)で感染防御能を高めること』が重視されています。

### チーム委員会報告

#### 職業奉仕委員会(杉原委員長)

①今までにない業界への職場訪問を提案②会員から所属する仕事関連の卓話のお願い③業界専門家による卓話④

佐々木賞推薦のお願い、以上4つについて話し合った。

### 地区会議報告

#### 萩原研修広報部門長

地区のフォトコンテストの締切が9月末。ロータリーの友電子版のパスワードについて。

#### 武井財団資金管理委員会副委員長

ポリオプラスのお願い。ロータリー平和フェローシップ奨学生について。

### 会務報告

- ①7/31、第56回インターアクト年次大会に武井委員長、盛澤委員が参加されます。鹿児島商業高校からは、顧問の青木先生、二人の生徒さんが参加です。
- ②7/28のプロバスの例会は中止になりました。
- ③7/20 池田会長、武井委員長、盛澤委員が鹿児島商業高校へ行き、インターアクトクラブへ2022年度活動助成金を渡されました。



堀之内校長先生と顧問の青木先生

### スマイル報告

- 池田京子君 コロナ感染者急増の中、例会及びクラブ協議会です。本日も、よろしくお願ひいたします。
- 澤野正幸君 新型コロナウイルスの陽性者の方が日に日に増え、鹿児島県でも誰が感染してもおかしくない状態になり、心配しています。感染者を特定したり、感染者に差別的な対応をしないよう、その人の立場になり行動したいものです。例会後の理事会では、オンライン例会や例会を休会する基準などを協議します。ご心配をおかけしていますが、確定事項があり次第ご報告させていただきます。本日もよろしくお願ひいたします。
- 杉原浩君 新年度、職業奉仕委員長のご指名を頂きました。ありがとうございます。「頼られごとは試されごと」しっかりと職責を果たしたいと思います。よろしくお願ひいたします。
- 原田律君 先日、妻の誕生日に池田会長から素敵なお花を贈っていただきました。実は妻がステージ2の乳がんであることがわかり、入院し手術を行うこととなり、一昨日、無事に退院しました。入院中にお花を贈っていただいたので、写メを撮り、メールで送ることとなったのですが、きれいなお花の写メを妻も大変喜んでいました。心より感謝申し上げます。

小計 4,000円 累計 64,000円