

2026年 1月29日発行 会報 第1268号

今週のプログラム

(2026年 1月29日 第1268回例会)

3分間卓話「今年の目標などなど」

全会員

次週のプログラム

(2026年 2月5日 第1269回例会)

「事務局からの改善提案など」

全会員

第1267回 例会 (2026年 1月22日) の記録

《会長の時間》

水本 徹 会長

先週は3月の陽気、そして今週は真冬の寒さ。

寒暖の差が激しいですが皆様体調には十分気を付けて下さい。

先週は、会費削減の協議を行いました。先週欠席の方々が今週お見えですので、後程山本幹事よりご報告頂き、最終決定させて頂きたいと思ひます。

そして、今週は事務局の備品等の最終的な整理を行いますのでご協力願ひます。

これで、千里メイプルロータリークラブは、かなりスリム化され身軽になりましたので皆様と共に身体を使った奉仕活動に進んで参りたいと思ひます。
よろしくお願ひいたします。



どんな症状が出る？

～寒暖差疲労による主な症状～



「寒暖差疲労」5つの対策

(久手堅斎藤による)

① 体を中から温める

② 体を外から温める

③ 体を軽く動かす

④ ゆっくりと
深い呼吸を行う

⑤ 腸内環境を整える
(発酵食品の摂取)

＜お客様＞ なし

＜出席報告＞ 藤田芳浩 S A A補佐

会員数 12 名 （内出席免除会員 2 名）

本日の出席者数 9 名

（内出席免除会員 1 名・名誉会員 0 名）

本日の出席率 81.8%

＜ロータリーソング＞ 全会員

♪それこそロータリー♪
どこで会っても やあと言おうよ
見つけた時にゃ おいと呼ぼうよ
遠い時には 手を振り合おうよ
それこそ ローローロータリー

＜幹事報告＞

山本 友亮 会長

◆会費の件について、必要費用 86,000 円に予備費 10,000 円を加えた年会費 96,000 円（案）を考えております。

◆献血のお願いがきております。

日時：2026 年 2 月 11 日（水・祝）10 時～16 時

場所：京橋駅前／樟葉駅前／梅田 HEP 前／エミル高槻市駅前

内容：400mL 献血の実施、呼びかけ及びローターアクト活動の PR

◆国際ロータリー用品取扱店のオクトンから値上げのお知らせが届いております。

◆水島 洋会員の追悼文 寄稿のお願いです。

追悼号を 2026 年 1 月末までに発行したいと考えております。

◆来週のプログラムは、3 分卓話「今年の目標などなど」を予定しています。

また、高尾会員の「ファインセッション」も予定しています。

＜今後の例会＞

1 月 第 5 週 1 月 29 日（木） 「昼例会」

時間： 12 時開会 場所：江坂ゴルフセンターレストラン

2 月 第 1 週 2 月 5 日（木） 「昼例会」

時間： 12 時開会 場所：江坂ゴルフセンターレストラン

第 2 週 2 月 12 日（木） 「昼例会」

時間： 12 時開会 場所：翠園 ル・ジャルダン 江坂



《SAA報告》
＜委員会報告＞

なし

藤田芳浩 SAA補佐

＜スマイルBOX＞

※ニコニコ奉仕金

相原会員

コメントなし

※米山記念奨学会

山本雅之会員 高田会員

コメントなし

※メイプル基金

水本会員

藤田会員

山本友亮会員

寒すぎます！

1月末まで予定まだ入っています!!

コメントなし

※ラオス基金

高尾会員

藤田会員

寒くなりました。

雪の予報です。



「事務局の備品を一斉整理しましょう！」

本日の例会は、翠園ル・ジャルダンに置いてある事務局備品の確認及び整理を行います。
ル・ジャルダン様には、作業を行うためテーブルをご用意いただきました。

備品等、何がいくつあるのか、必要なか不要なものか確認します。

また、何か欲しいものがありましたらお持ち帰りください。よろしくお願いします。

- ・クラブの歴史資料の保管について、キャスター付き書類収納ケースを購入します。
- ・スマイルボックス使用の封筒について、不足分は白封筒を購入し印刷して補充します。
- ・プロジェクターとスクリーンについて、中古品買取に相談します。

