



# 35 創立：1984.7.10/証認：1984.8.6 国際ロータリー第2660地区 大阪鶴見ロータリークラブ会報

事務所：〒534-0026 大阪市都島区網嶋町9番10号 太閤園内  
電話：06-6357-8171 ファックス：06-6357-8011  
例会日：毎週火曜日 12時30分/例会場：太閤園  
会長：山本隆一/幹事：源壽美子/SAA：山崎修一  
電子メール：rcosatrm@cf.mbn.or.jp  
ホームページ：http://rc-osaka-tsurumi.jp/



インスピレーションになろう

## 本日の例会

〈第1603回〉 2018年8月28日(火) 本年度第7回

### 卓話

#### 第2回出席強化イベント例会

「デジタル終活～  
携帯・パソコン残して逝けますか？」

担当：源会員

- ロータリーソング
  - ランチタイムミュージック
- ROTARY

## 次回の例会

9月4日(火)

### 次回卓話

米山奨学委員会主催  
「世界に羽ばたく米山学友」  
講師：元関西米山学友会 会長  
何 玉翠 HO YUTSUI

担当：佐藤会員

## 前回の報告

### PRESIDENT INFORMATION

## 会長インフォメーション 会長：山本隆一

二宮尊徳が実践した、  
報徳を以ってロータリーを理解する⑤ 推譲

本日のテーマは推譲です。推譲とは、押し譲ることです。噛み砕いて言うと、勤勉に働き、分度を守った生活をすれば、やがて資産・資源が蓄積されます。この蓄積された資産・資源を家族や子孫に与えたり、他人や社会のために寄付することを推譲といいます。では、具体的に何を推譲するのか、その対象は、お金だけに留まらず、知恵、地位、技術、体力、精神、物質等、物心両面に広範囲に及びます。推譲は、平和な社会を建設する源泉であり、社会の安定と将来の発展に必要な社会保障を機能させるという報徳の神髄ともいえるものです。尊徳は、推譲の原理をお風呂のお湯に例えてこう解説しています。湯船のお湯を自分のいる手前に引き寄せれば、お湯は自分を乗り越えて後ろへ流れて行ってしまいます。逆に、向こうへ押せば、お湯は跳ね返って自分の方に帰って来る。外へ向かって押せ

ば、自分に帰ってくるということは、つまり、社会へ譲れば、結局、自分に恩恵として戻ってくるということであり、これが推譲というものである。また、家族や子孫に譲ることは教えなくてもできるが、社会に譲ることは教えないとできにくい。欲が働いて難しいのだと説きました。尊徳は、譲るという行為は、人間にのみできることであって、鳥獣にはできないことである。従って、推譲を怠る者は人であって人ではなく、鳥獣と同じだと言いました。そして、協調を忘れれば破壊が起こる、進んで人に譲ることは人道の極地であるとし、譲って損はしない、奪って得をしないと説きました。尊徳は、譲るという道徳心が社会を繁栄させると考えましたが、ロータリーの奉仕の理想もめざすところは同じであり、ロータリーも推譲を立派に実践している団体だと思います。報徳の世界では、私達が、今日、文明的な生活を送れるのは、人類の勤労の積み重ねであり、先人の苦勞の賜物であると考えます。これは、私達が先人から推譲を受けていることを意味します。そう考えると、私達のクラブにおいて

(2ページへ続く)

## 会員増強・新クラブ結成推進月間

大阪鶴見ロータリークラブテーマ「もっとエモーショナルなクラブへ」

(1ページより)

も、今日、このように例会ができるのは過去から脈々と続く推譲のお陰なのだと思います。言い換えれば、私達は、ロータリーの奉仕活動、寄付活動を通じて社会に推譲を行うと共に、私達自身も推譲を享受しているのだと思います。また、尊徳は、「譲って効果がなければ捨てることと同じであり、先方が助からなければ罪である」と推譲の心得を述べています。つまり、相手にとって役に立つ推譲をしなければ、いくら推譲をしてもかえって相手の迷惑になるだけだという意味です。これを私達ロータリーに当てはめると、奉仕活動の主役は相手であり、相手に喜んでもらえる奉仕をしなければ意味がないということなのだと思います。

## 幹事報告

幹事:源 壽美子

8月21日(火)	クラブフォーラム 社会奉仕部門
24日(金)	第2回炉辺会合 善茶坊
25日(土)	青少年交換派遣学生帰国報告会 源幹事、岩崎朝稀さん出席 クラブ職業奉仕委員長会議 水間 委員長出席
28日(火)	第2回出席強化イベント例会

## 東大阪みどりRC創立20周年記念教育後援会の案内

9月1日(土)14時より  
近畿大学 11月ホール 東大阪市小若江3-4-1  
「若者よ!限界を突破せよ!~明るい未来へキックオフ」  
講演者:橋下 徹氏  
申込期限 8/25

## 親睦委員会報告

委員長:吉羽潤司

第2回 炉辺会合が8/24(金)18:30より大見さんのお店「善茶坊」にて開催されます。  
皆さまご参加のほど宜しくお願い致します。

## カイツブリ会報告

部長:吉羽潤司

## 10月22日(月) カイツブリ会ゴルフコンペ開催

10/22(月)に交野CCにて開催されるIM3組合同コンペ内にてカイツブリ会ゴルフコンペを開催させて頂

く件につきまして、ロータリー会員以外のご家族の参加は可能です。

また鶴見RC以外のプレーヤーが同じパーティーに混ざることはありません。

皆さまお誘い合わせのうえ振るってご参加のほどよろしくお願い致します。

😊 NIKONIKO箱 😊

¥14,000.-

累計 ¥160,000.-

菊井会員 「ホテルの夕べ」で当たったお食事券で、  
昨晚おいしいフランス料理を食べました。  
全面に鯉が泳ぐ池をまじかに見ながら。お礼。

笛吹会員 在籍1年賞有難うございました。久しぶりに出席です。盆は7人の孫たちを迎へ、うれしいやら疲れるやらで終わりました。

秀島会員 みなさま!お懐かしゅうございます。

山崎会員 前回欠席のお詫び。シンセン、東莞、香港と回りましたが、トランプ関税の影響がかなり色濃く出ていました。

## 社会奉仕部門クラブフォーラム

委員長:中村浩一

- 1、「若者の未来を守る為に違法薬物撲滅をめざして」のDVD鑑賞
- 2、9月9日(日)開催の鶴見区民祭り参加について  
開催場所 鶴見緑地公園

## 鶴見区民祭り

AM10:00~15:00

- \*お菓子とジュース販売 100円で実施
  - \*西日本豪雨災害支援募金
  - \*ロータリーの活動を広報
- 以上の3項目をメインに鶴見区民祭りに参加

各担当の役割確認・連絡簿配布

- \*担当責任者は必要備品を確認し事務局に準備する事。(事務局をあてにせず各自でチェック用意してください)
- \*搬入以外の車は、各自で駐車をお願い致します。
- \*交換留学生の参加は、国際交流のつどいだけとする。(5名)
- \*大阪日本語教育センターの学生さんは約15名の参加を依頼
- \*横堤中学生の参加は行事が重なる為不参加(フォーラム終了後に確認)

- \*さくやこのはな館で開催
- \*アルコールなしのパーティとする
- \*交換留学生 自己紹介程度
- \*日本語教育センター学生 歌・踊りetc
- \*ビンゴゲームを実施

## 卓話

### 腸×健康(腸活のすすめ)

講師: ロースィーツパティシエ  
平賀 京子氏

担当: 大見会員

今日は皆さまにお話させて頂く機会を頂きましてありがとうございます。

私は腸に良いお食事を通して、健康と美を提案させていただきます。昨年から大見由樹さんの善茶坊のお手伝いや、健康になるスイーツを提供させて頂いています。平賀京子です。よろしくお願い致します。

さて、今回はなぜ腸と健康が直結しているのか、そして食事についても少し提案させていただきます。

私は今ロースィーツパティシエとして活動させていたのですが、ロースィーツとはローフードと言う料理のスイーツの事を言います。

始めたきっかけは、自分自身の体質改善でした。実は13年間日本料理屋の女将をしていたのですが、不規則な生活と、以外かも知れませんが時間がない時はコンビニ弁当やカップ麺、真夜中のラーメンと言う乱れた食生活を送っていたんです。元々子供の頃から体も弱かったこともあり、便秘・アトピー・アレルギー・頭痛・胃薬、栄養ドリンクを毎日服用する薬漬けの体になってしまったんです。

そこで取り組んだのがファスティング、いわゆる酵素を取り入れた断食でした。

断食とは食事を絶って、胃腸を休め、自己回復力を高めることができるんです。その結果全ての薬を手放す事に成功しました。その時に知った事が腸の大切さと食事でした。ただ断食をすれば良いのではなく、断食の前後

の食事次第でより効果的な成果を上げ、さらに長持ちさせる事ができるのですが、そこに不可欠な食事がローフードでした。

ローフードとはカロリーが低いローと思われがちですが、RAW生と言う意味で、生食の事を言います。食物の栄養を壊す事なく丸ごと摂取できる、これが本来の食スタイルなのです。

人間はサル科ですね。サルやゴリラを思い出して下さい、フライパンで炒めて料理をしますか?そうです、人間も本来果物や野菜、木の実などをそのまま食べていたんです。

です。ゴリラ食が理想の食事なのです。ゴリラはローフードだけでお肉もたべずに筋肉隆々で病気知らず。実は自然界の動物で病気になるのは人間だけなのです。

これは加熱食や食べ過ぎが原因だとはっきり証明されているんです。

ここまでで、なぜローフードが必要か感じていただけたいと思いますので、お配りした資料を見ながらご提案させていただきます。

と言うことで、食物酵素を意識して取り入れて頂き、皆様の益々の健康・そして美しさにお役立て頂けましたら幸いです。

本日はご静聴ありがとうございました。



## 出席報告

8月21日【1602回】

会員数	34名	●	ビジター	3名
(内出席規定免除)	9名	●	ゲスト	1名
出席会員	24名中 17名	●	出席総数	28名
出席免除会員	10名中 7名	●	前回回	7/31 M/U 2名
出席率	24/31 77.42%	●	修正出席率	77.42%

担当: 秀島会員

## ロータリーソング

### 四つのテスト

言行はこれに照らしてから

真実かどうか  
みんなに公平か  
好意と友情を深めるか  
みんなのためになるかどうか

### R-O-T-A-R-Y

R-O-T-A-R-Y,  
that spells Rotary  
R-O-T-A-R-Y, is known on land and sea  
From North to South, from East to West  
He profits most who serves the best  
R-O-T-A-R-Y,  
that spells Rotary

### 奉仕の理想

奉仕の理想に集いし友よ  
御国に捧げん我等の業  
望むは世界の久遠の平和  
めぐる歯車いや輝きて  
永遠に榮えよ 我等のロータリー

### 我らの生業

我等の生業さまざまなれど  
集いて図る心は一つ  
求むるところは平和親睦  
力むるところは向上奉仕  
おゝロータリアン 我等の集い

### 限りなき道ロータリー

奉仕の理想 胸に秘め  
友情花と咲かせつつ  
生きよう今日も ニコニコと  
一筋の道 ロータリー  
限りなき道 ロータリー

### それこそロータリー

どこで合っても やあとのおうよ  
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

### 町に灯(ともしび)を

出会いの挨拶してごらん  
並木さらさら葉から葉へ  
人にやさしい町の風  
ロータリー ロータリー  
廻って 守れ 風車になって  
地球がきれいな息をする

### われらがロータリー

「聞こえるかい 熱い心の高鳴りが」  
夢を世代に受け継いで  
今日も明日もその先も  
胸いっぱい友情深め  
肩組んで 謳おう  
われらが ロータリー