

せん。しかし、日本の景気は1990年代にバブルが崩壊し、生産年齢人口（15～65歳）が減っています。800万から1000万人今後減ると言われていますが、労働力が減ると、同じように消費力も減っていきます。輸出関連企業は内部留保し、老人人口が増えています。老後のために消費を抑え、全体の消費が落ち込みます。内需が伸びないので。

政府は相続税の見直しや、大企業さらに中小企業に対してもベースアップを働きかけています。しかし、若い世代はアベノミクスを信用していないように思われます。資産家は常に資産運用し、格差が固定化してきております。富裕層からは税金を貰わなければならぬですし、今後の地方創生に期待したいと思います。

報告事項

幹事報告 井上常宏幹事

・地区より、2014～2015年度前期 新世代育成基金奨励金について奈良地区大会にて発表がありました。改めて審査結果のお知らせがありました。

「事業名」野外ステージこけら落としコンサート
「交付金額」100,000円

・地区より、2015～2016年度の地区委員の委嘱状がきております。

職業奉仕委員会委員 田中 茂会員
青少年奉仕委員会委員 河嶋 一會員
インタークト委員会委員 宇野晃成会員



「吉田さん送別会＆長谷川さん歓迎会」

39年間お世話になりました事務局員の吉田さんが退職され、長谷川さんが代わりに勤めるようになりました。送別会と歓迎会を行いました。

4月21日 午後6時30分～ パニエ



本日(4月28日)の例会
夜間例会 18:30～
地区大会報告
宮前貴司会員

5月5日	休 会	5月12日 第一例会行事 ゲスト卓話 越前警察署 交通課長 警部 田中弘宣氏	5月19日 炉辺会合報告 テーマ： 次年度に向けて(会員拡大)
------	-----	---	--

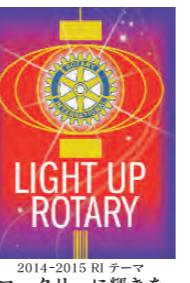


ニコニコ箱 …… 13,000円 累計 1,253,008円

- ・福井新聞社 山下様、卓話よろしくお願いします。
吉田さんの送別会参加よろしく。 【米岡房直】
- ・三田村、石川両君入会おめでとう。
宮本さんトップ当選おめでとう。 【草桶栄治】
- ・山下様、今日はよろしくお願いします。 【谷尾榮一】
- ・新学期もようやく終わりました。 【京藤敏実】
- ・2回ほど休んでおりましたのと、三田村・石川両新入会員歓迎、宮本俊さんトップ当選等々、諸々合わせて！ 【白崎弘康】
- ・山下様、よろしくお願いします。 【田中大成】
- ・TRグリーン会の後半戦がスタートしました。5月と6月に開催予定となっておりますので、ご参加お待ちしています。 【井上常宏】
- ・宮本さんトップ当選おめでとうございます。
石川さん、三田村さん今後ともよろしくお願ひいたします。 【橋本幸恵】
- ・春山のシーズンがやってきました。 【西藤浩一】

例会変更情報／福井県内ビジター受付（4月29日～5月12日）

- 4月30日 武生府中RC 12:00～12:30 JA越前たけふ農協会館1階
 - 4月30日 福井水仙RC 休会 ビジター受付なし
 - 4月30日 敦賀西RC 休会 ビジター受付なし
 - 5月 1日 福井あじさいRC 休会 ビジター受付なし
 - 5月 1日 福井西RC 休会 ビジター受付なし
 - 5月 1日 三国RC 12:00～12:30 三国観光ホテルフロント
 - 5月 7日 福井水仙RC 18:00～18:30 福井パレスホテル
- *変更の無い各クラブの定例例会については、ロータリーの友ホームページ等にてご確認ください。



2014-2015 RIテーマ
ロータリーに輝きを

TAKEFU WEEKLY



Rotary Club of Takefu

創立/1954年(昭和29年)6月30日 例会日/毎週火曜日 例会場/武生商工会館
事務局/〒915-8522 越前市塚町101 武生商工会館内 TEL.0778-23-5210・FAX.0778-22-2333 E-mail:takefurc@es.ttn.ne.jp
会長/米岡房直 幹事/井上常宏 会報委員長/三田村士郎

第2955回 例会記録 平成27年4月21日(火)

本日出席会員39名

会員総数
62名

マークアップ(前々回) 5名

出席率(前々回補正) 74.55%

ロータリーソング「それでこそロータリー」

ゲスト 福井新聞社

参与 特別論説委員 山下裕己氏

会長挨拶 第61代会長 米岡房直

本日の卓話は、福井新聞社参与、特別論説委員の山下裕己様です。よろしくお願いします。また今晚は、事務局員の吉田さんの送別会、長谷川さんの歓迎会ありますので、出席者の方はよろしくお願いします。4月に入り天候が不順、日照不足で野菜が高騰していますが、連休が済むまで続きそうです。



厚生労働省から発表された都道府県別生命表はござりでありますか。平均寿命(女)の推移で、1975年から1位を守り続けていた沖縄県が、2010年に長野に明け渡しました。理由は豚肉料理や海産物を食べることが減り、健康バランスを崩したことがあげられます。

また、一方でファーストフードや製品化された食品に含まれる大量の脂質や糖分を摂るようになりました。栄養を効率的に摂る必要がある中高年にとって、肉食は非常に大切なことなので、肉は骨や筋肉などを健康に保ち、骨折や貧血を予防するために、最も効率がいいとされています。高齢者に多い骨粗鬆症予防には、カルシウムと共に骨の成分であるタンパク質が必要です。筋肉もタンパク質からできていますので、その必要性は言うまでもありません。

最近では、高齢者に肉が必要になるメカニズムとして、エネルギー不足が知られてきました。高齢になると、消化吸収能力が低下するため、食事がしつこくなります。

かり食べられないと、筋力を分解してエネルギーとして使ってしまうのです。また肉はうつ病や認知症などにも効果があります。タンパク質はアミノ酸からできていますが、なかでも必須アミノ酸(人体の中で作ることができない9種類のアミノ酸)が肉には多く含まれているのです。例えばその一つのトリプトファンは、セトロニンという神経伝達物質の素になり、精神を安定させうつ病を防ぐことも知られてきました。肉を食べることは体や精神に好影響を及ぼすばかりでなく、高齢者の心や生活の質の向上にも結び付くと言えます。

「動脈硬化になるから肉を吃るのは控える」とよく聞きますが、あくまで脂を摂り過ぎたり、体内で酸化ストレスが強まると尿酸値が上がり、動脈硬化になりますが、たんぱく質の摂りすぎでなるわけではありません。1日のうちで必要なたんぱく質の量の目安は、体重1kgあたり1gです。実際には白米などからも接種できますので、肉は100g程度でいいですが、特に高齢の方はたんぱく質が吸収されやすいようスープやひき肉を使用するのがお勧めです。肉を食べていまでも心身共に健康であります。

プログラム

ゲスト卓話

「アベノミクス」の誤算

福井新聞社 参与 特別論説委員 山下裕己氏

アベノミクスとは、2012年に第2次安倍内閣で三本の矢と言ったことから始まりました。円高・株高になり、失業率も改善されて求人率も良くなっています。また、100万人雇用が増えたと言われていますが、正社員が増えたではありません。実際景気が良くなっているかどうか判りません。小泉前首相が提唱したトリプルダウン、つまり個人の自由、民間の活力で良くしていこうという新自由主義なのです。



日本の景気を全国津々浦々に広げなければなりま



2014-2015 第2650地区テーマ

ロータリーは

心くばり

hsd

2014-2015 第2650地区テーマ

ロータリーは

心くばり