

◎ニコニコ・ボツクス

市川会員 谷口時計店盃争奪射撃大会で三位に入賞しました。
岩塚会員 この程、(鶴)南北海道電子計算センターを設立致しました。

◎陸親委員長

本日、例会終了後午後2時より、函館コースにて親陸ゴルフ大会を開催いたします。振ってご参加の程をお願いいたします。また、来月には函館3クラブ対抗ゴルフ大会の開催を予定しております。乞御期待

◎卓話

“U.H.F.放送について” 高杉重雄 会員

当、北クラブには放送局の方がおりますので、受信側の方を説明いたします。今、函館山の頂上に今迄の放送塔の左側に建設中の鉄塔がH.T.B.のU.H.F.放送の鉄塔です。新聞の報道によりますと、11月より本放送を行なうそうですので、我々は、来月中旬より試験電波が出るものと思つて準備しております。

U.H.F.の電波は今までの放送波と異り、変つた性質を持つております。

1. 見通しの出来る距離であつても電波の伝播の減衰が大きい為、到達距離が短かくサービスエリアが小さい。
2. 回折が少ないので、山や建物等の陰は受信しにくい。
3. 建物等に反射し易いため、反射波を利用して受信する事も出来るが、ゴーストも出易い。
4. フィーダー線の損失が大きく、特に雨にぬれた場合は甚だしい。
5. アンテナの位置、高さ、方向によつて画質が相当変化する。
6. 天候に影響され、雨、雪、霧に電波は弱まります。

以上の様なわけで、アンテナの建て方に注意を払わなければなりません。先づ、直視出来る位置を選びます。フィーダー線はめがねフィーダー線、又は小判形フィーダー線を使つて、雨や塩害による減衰を防ぎます。旧V.H.F.アンテナと新U.H.F.アンテナ線は少なくとも50cm以上離して建てます。但し、V.H.F.アンテナの後部はいけません、前部は直ぐくっつけても良いです。フィーダー線はVとUは10cm位離して引かなければいけません。屋内でも少なくとも5cmは離します。しかし、2本引込むのに不便であれば整合器を取付けることにより、1本でUとVを纏めて引く事も出来ます。白黒テレビであれば状況の良い場所であれば、針金を25cm位の円にして付けることにより受けられる筈です。

テレビで前部、又は側部にU.H.F.のコンバーター、又はチューナーを取付ける事が出来る様になつたものは、その部分に取付けた方が良いです。コンバーターとは、U.H.F.を一度V.H.F.に切替える形のもので、2、又は3チャンネルで更替するものが、それで直接受けるものがチューナーです。コンバーターの場合は、高周波増巾付のものが良いでしょう。

将来は、今までのV.H.F.電波が、全部U.H.F.に移行する様です。これは、このV.H.F.電波が新聞のファクシミリや警察無線、その他の通信に使用されている為、混信等の障害をなくする為と、テレビ電波は6メガサイクルの巾広い電波を必要とするので周波数の低い電波帯では不経済なので、一段高いU.H.F.帯に移す事になつたわけです。今度放送のH.T.B.は35チャンネルで、波長が約50cmです。尚、今の4~12チャンネルは約1.5m、F.M.放送は約3.5mです。

次回例会日10月1日です。

次週プログラム

未 定

REVIEW AND RENEW (F・コンウェイR.I.会長)

再検討し 刷新しよう

例会日 毎週水曜日
12:30~13:30
TEL 23-9870



例会場 函館拓銀ビル
函館市若松町拓銀ビル
五島軒駅前支店

1969. 10. 1

1969~1970 第13号

第268回例会

3. 同業他店等のワリワリ情報も注意

地球上の人間に芽ばに
友情、奉仕の花
その結実が我々の行動にある。

2. 深瀬君の同業他店等のワリワリ情報も注意



深瀬 鴻一郎 会員

1. 深瀬君の同業他店等のワリワリ情報も注意

本日のプログラム

卓話 “地区大会報告”

会長、幹事、その他

◎出席報告

9.24 会員数 45名 出席 36名 欠席 9名
前回の出席 会員数 45名 出席 32名 欠席 13名 メーキャップ 10名 93.33%
他のクラブ状況 函館R.C. 94.02% 函館東R.C. 祭日休会

第267回例会記録

- ◎斉 唱 それでこそロータリー
- ◎司 会 木屋守迪 副会長
- ◎ゲ ス ト 原田 幸一氏 市立中央中学校教諭
- ◎ビ ジ タ ー 川尻 洋君 (平戸R.C.長崎県・公認会計士)
高橋 吉男君 (水沢東・事務機械販売)
函館R.C. 勝木鉄雄君 外13名
函館東R.C. 庄司正保君 外11名

◎幹事報告

1. ガバーナ公式訪問も間近になりましたので、打合せのクラブアッセンブリーを開催致します。日時、9月29日午後6時 於 音羽町はいや

2. 例会終了後理事会を行ないます。

◎ニコニコ・ボツクス

1. 先週例会終了後、北クラブゴルフ大会開催(湯の川)優勝、戸栗会員、準優勝、佐々木(推)会員、第三位、岩塚会員、第四位、成沢会員おめでとうございます。
2. 杉本(敏)会員、三菱日の出会ゴルフ大会(大沼)準優勝、9月17日、第1回スタープラムゴルフ大会準優勝、9月20日、ゴルフコンペ大沼に於いて優勝、最近の活躍、そして、腕前の上達、おめでとうございます。
3. 酒井会員、商用で8月メーカーキャップも出来ず、会員にご迷惑をおかけ致しました。お詫び申し上げます。

◎卓話 沖縄について 原田 幸一氏 市立中央中学校教諭

1. 琉球と沖縄、琉球とは中国人のつけた名称、沖縄とは日本のつけた名である。現在、一般的に琉球と云えば、琉球列島全般を指し、沖縄の場合は、沖縄本島を云う事が多い。
2. 範囲と大きさ 鹿児島から南下すること 600 キロのところであり、東西 900 キロ余にわたり、九州と台湾との間、大小140余の島、総面積は2,388^{km}、沖縄島は列島の最大、沖縄本島だけで佐渡の約1.8倍
3. 気候、亜熱帯性気候、1、2月の平均気温は17C°、年間平均気温23C°、昼と夜の温度差がほとんどない。
4. 都市と人口、沖縄で最大の都市は、那覇市、人口29万、県庁(琉球政府)の所在地、政治、文化、経済の中心地、商社の出先機関などは、すべてここにある。アメリカの基地のためにできた新しい町、ゴザ市は人口6万、白人町、黒人町があり、互に出入出来ない。
5. 政治、那覇市にある政治センターは1、2階が琉球政府が使い、3、4階を米国民政府が使っている。ビルの屋上には星条旗がひるがえり、最近、沖縄の祝祭日に日章旗をかかげるようになった。
6. 産業、沖縄は水が不足、これといった大きな工場はない。北部にオリオンビール工場があり、パイナップル、砂糖キビなどが最も大きい産業

1食分の肥満治療食品表

水上 美喜雄 先生

種類	品名	重量	熱量
主食	米 飯	150	210
	パ ン	80	210
	う どん	180	203
	そ ば	180	205
副食	牛肉(脂少)	80	106
	鶏 肉	80	105
	まぐろ(赤)	100	107
	あ わ び	100	100
	貝 柱	100	107
	え い	110	99
	た い	120	96
	い か	120	95
	かまぼこ	120	97
	た こ	140	93
卵 1ヶ	60	91	
牛乳 1本	180	106	

この表は、1日3食として、その一食分の内容を示したものです。実際に献立をする際には、食べたいと思うものをこのうちから、それぞれ1つずつ選んで主食と副食にして下さい。例えば
 昼食 主食パン80g 副食たこ 140g
 夕食 主食御飯150g (約1膳) 副食まぐろ(赤)100g
 又、副食は鶏肉40gとえび60gというように表に示した量の半分づつを2品たべても同じことです。
 卵は1日1ヶ以内許可されます。牛乳はなるべく御飯の代わりにした方が良く、米飯150gと牛乳2本が同じカロリーになります。この食品表は、肥満が中等度で、軽作業ないし、中等度作業に従事している人のものです。1日摂取のカロリーは、約1,000カロリーとなつています。従つて、肥満高度で活動の少ない人はこれよりも少なく、中等度肥満でも重労働をする人は、これよりも多くなければなりません。
 (肥満会員、毎日の食事の献立は如何でしょう。)

REVIEW AND RENEW (F・コンウエイR.I.会長)
 再検討し 刷新しよう

Weekly Report



Hakodate North R.C.

例会日 毎週水曜日
 12:30~13:30
 TEL 23-9870

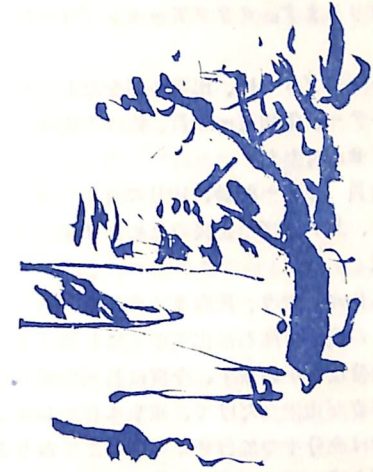
例会場 函館拓銀ビル
 函館市若松町拓銀ビル
 五島軒駅前支店

1969. 10. 8

1969~1970 第14号

第269回例会

ロータリー!!
 地球上の人間に芽ばえた
 友情、奉仕の花
 その結実は我々の行動にある。



深瀬 鴻一郎 会員

本日のプログラム

ガバナー 公式訪問

◎出席報告

10.1 会員数 45名 出席 36名 欠席 9名
 前回の出席 会員数 45名 出席 36名 欠席 9名 メイクアップ 8名 97.78%
 他のクラブ状況 函館R.C. 91.45% 函館東R.C. 96.34

第268回例会記録

- ◎斉 唱 君が代 奉仕の理想
- ◎司 会 外山 定男 会長
- ◎ピジター 柿本 胤二 君 (札幌R.C.自動車小売)
 谷 義一 君 (森R.C.電気工事)
 函館R.C. 長谷川権九郎君 外8名
 函館東R.C. 外山 正君 外15名