

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(敏)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2,388km²、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、パイプ、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 ぼ	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
	た い	110	99
	え び	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ずつを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

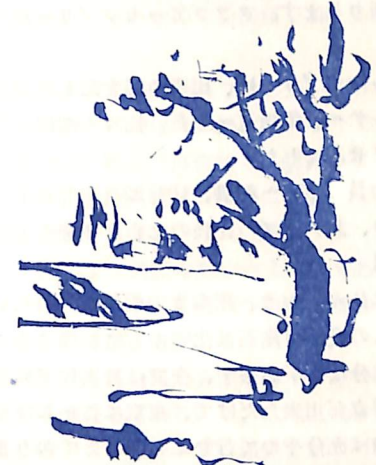
例会場 函館拓銀ビル
 函館市若松町拓銀ビル
 五島軒駅前支店

1969. 10. 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
 その結実が我々の行動にある。



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

◎ 幹事報告

1. 本日例会終了後、大切な審議事項がありますので、理事会を開きます。

◎ ニコニコボックス

1. 誕生祝 水上美喜雄会員、成田勇司会員おめでとうございます。
2. 結婚祝 飯田貢一会員、森 秀樹会員、平野義勝会員、木村隆平会員、山形 清会員、谷口 勇会員、佐々木椎名会員、小村修平会員、川筋乙五郎会員
3. 新 善次会員、灯油地下タンク新設、五稜郭給油所開設、10月6日オープン事業の発展をお祈りします。クラブアッセンブリー所用のため出席出来ず申し訳ありません。
4. クラブアッセンブリーに、出席の届をだしながら、出席出来ませんでした。会員自ら、ペナルティー、飯田貢一会員、佐々木俊郎会員、関本宏会員、山形 清会員申し訳ありませんでした。
5. 飯田神生会員 東京へ転勤、10月22日出発淋しくなる事と思います。同会員より、北クラブの発展のためと多額の寄贈を受けております。

◎ 飯田神生会員

12年間函館に住んでおり、死ぬまで函館にいたいと思っておりましたが、日産系列におるため、この度、日産石油化学の方に転職することになりました。会長の時は怪我をしてしまい充分な事が出来ず、今度は特別代表にえらばれ、R.I.の方からも委嘱状を頂き漸くお膳立が出来ただけで、東京に行かねばならなくなりました。今月の理事会に出席し、引継は充分やっつて行きたいと考えております。皆様に色々教えて頂き、楽しくお付合も頂き感無量でございます。ロータリー精神を忘れず、東京で働きたいと思っております。今後共、宜しくお願い申し上げます。

◎ 地区大会報告

角 谷 隆 一 幹 事

国際ロータリー第350地区年次大会は、R.I.会長代理として前会長の東ヶ崎潔ご夫妻の出席を得まして、9月21日、22日、北見市北見会館に於いて開催されました。参加クラブ地区内53クラブ、仮クラブ1、クラブ地区外11、クラブの会員、家族約1,200名で当北クラブからは、外山会長、下郡山会員、高杉会員、平野会員と私の5名が出席致しました。

・大会の主な事を申し上げますと、第一日の午前R.I.会長メッセージで、東ヶ崎潔R.I.会長代理は次の様に話されました。

「各ロータリー・クラブは、各種の奉仕活動、各委員会及び関連事業があるが、今新しい事業を取上げるより、今迄の事を再検討し、刷新しようと言う事は、ポールハリス以来60数年たつた、今もつとも適切なことである。活動計画を検討して、今迄気付かなかつた事を見つけ出し、実行する事も大切な事である。

・つづいての秋山ガバナーの挨拶は、350地区内の現況について説明して挨拶にかえましたが、現在クラブ数73クラブ3,590名、この外に清里仮クラブと特別代表を任命して

設立中のところが8クラブあります。

・午後には部門別協議会があり、これには、クラブ奉仕A部門に会長と幹事、クラブ奉仕B部門には、下郡山会員、職業奉仕部門には、高杉会員、社会奉仕部門には、平野会員が出席致しました。後程部門別に各会員より報告がございます。

・次に、ガバナーノミニーの紹介がありました。

第一分区より第五分区地区は、深川R.C.の河野通正会員

第六分区より第十分区地区は、北見R.C.の伊藤元一郎会員で、もし二地区に分割にならなかつた時は、来年度を伊藤会員、その次の年を河野会員と云う事に決定致しました。

・第二日午前は、初めに大会決議事項の採決がありました。この中で決議第2号のジェームス・F・コンウェイ会長の1969-1970年度目標に協力の件で、コンウェイ会長は活動目標として、Review and Renew 即ち「再検討し、刷新しよう」を提唱された。

1. 諸プログラムを再検討し、統合、排除乃至拡大すること。

2. クラブ内のロータリー生活を刷新すること。

これは、時宜に適したものとて衷心より共感の意を表すものである。依つて、国際ロータリー350地区のロータリアンは、コンウェイ会長の提案を理解し、個々のロータリアンが同会長の期待に添うことを茲に決議する。

・又、決議第8号のR.I.第350地区を二地区に分割の件で、その理由として、クラブの増加により、地区の運営に困難を来している。又、二地区に分割する事により、更に新クラブの設立が期待される。依つて、全クラブの同意を以つて地区を分割し、第一分区より第五分区迄を一地区、このクラブ数35、会員数1,930名、第六分区より第十分区迄を一地区、このクラブ数38、会員数1,660名にすることにし、R.I.理事会に地区分割の手續を取ることを決議しました。

・つづいて、慶大法学部教授、米山桂三氏の「父、梅吉を想う」と云う記念講演がありました。次に、部門別協議会の報告が各リーダーよりあり、又、東ヶ崎R.I.会長代理より、R.I.の現況報告があり、午前終了致しました。

・午後は、「R.I.会長方針について」活潑なパネルディスカッションがあり、出席優秀クラブ及び20年、15年、10年出席者の表彰を行ないました。出席優秀クラブは10クラブで、1位は北見東クラブで100%で、函館北はおしくも第11位でした。

次期開催地は札幌市で、ホストクラブは札幌東クラブでございます。最後に、アカシヤの街札幌で会いましょうと書いたパネルが舞台中央に降りて、2日間の日程を終了致しました。

◎ 部門別協議会

※ クラブ奉仕A部門 (会長、幹事、出席、親睦、プログラム)

1. ロータリー・クラブの家族又は婦人の会について
2. 地区分割について

3. 出席について
4. 親睦について

※ クラブ奉仕B部門 (R.I.情報、広報、職分、会員選考、推薦)

1. 新会員の推薦があつた場合、同一職業分類で1人は事業所をクラブ地区内に持っているが、他の1人は住居をクラブ地区内に持っている時、現在のR.I.見解では、どちらも会員選考の対象となるが、いずれを選らんだらよいか。
2. 例会プログラムに会員発表を3分~5分くらいにして、そのテーマをいろいろな方向に求めることは、意義あることと考えるのでおすすめしたい。
3. クラブ会員を5名ぐらいつつのチームに分けて、会員推薦競争をして成功したクラブがあります。
4. チャーターメンバーの過大な万能性に悩んでいるクラブだが、アドバイザーに御指導をお願いしたい。

※ 平野会員報告

時間がありませんので、大会を側面から見た報告を致します。

“すみきつた明るい空、静かな公害のない町”と云う地区大会のキャッチフレーズの北見の町に行つて参りました。

函館も明後年頃地区大会の候補地として考えられているとかの話もあり、参考までにお話申し上げたいと思います。伊藤元一郎氏大会挨拶の中で“地区大会はロータリーの祭典であり、より楽しくより有意義にあらねばならない”と云うことですので、北見での模様を簡単にお話申し上げます。

北見の駅には会員全員が出迎え、北見会館の中には全部ハッカの臭く、オンボロもハッカをしみこませ、それで顔をふいて頂く、会食の時は割パンの袋の上に北見の色々な花が押し花にされ、1,200名分ならべられておりました。

朝日新聞社の編集長であつた扇谷正造氏の講演と地元出身の布施隆二氏の独唱がありました。又、三浦布美子の唄と踊りで、友情出演との事ですが、内訳みると相当の経費がかゝっている様子であります。

函館もいよいよ地区大会が開かれると云う事で、もうひとつ参考までにお話します。北見市の街いたる所に“歓迎ロータリー”と、スナックバー、あやしげなバーまで、ロータリアンの奉仕を待つがごとく、いたる所に歓迎のポスターを見うけました。

次回例会日10月15日です。

次週プログラム

卓話 題 未 定

駒井幸一 会員

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

Weekly Report

例会日 毎週水曜日
12:30~13:30
TEL 23-9870



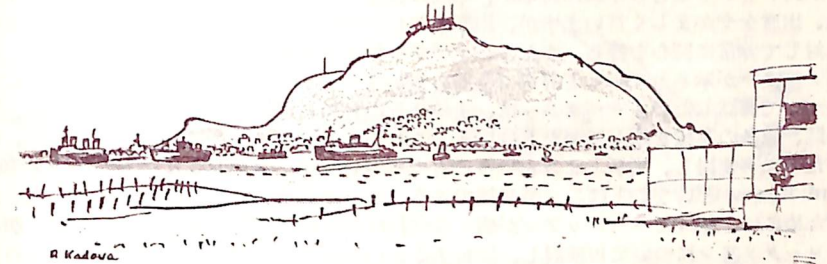
Hakodate North R.C.

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. 15

1969~1970 第15号

第270回例会



洞爺丸慰霊碑より函館山を望む

角谷隆一

本日のプログラム

卓話 “酸素について”

駒井幸一 会員

◎ 出席報告

10.8 会員数 45名 出席 35名 欠席 10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. 94.86% 函館東R.C. 94.12%
9月平均 函館北 97.73% 函館 93.39% 函館東 95.48%

第269回例会記録

- ◎ 斉唱 手に手つないで
- ◎ 司会 外山定男 会長
- ◎ 公式訪問 秋山康之進ガバナー 村田喜一分区代理
- ◎ ビジター 菅谷敬三君 (洞爺湖R.C.喫茶店)
函館R.C. 木島茂君 外12名
函館東R.C. 本間竹松君 外9名