

週報

国際ロータリー第 2660 地区

令和 7 年 2 月 4 日

第 3035 例会
第 2629 号



豊中ロータリークラブ

広めよう ロータリーの心 地域とともに

創立 1959 年 6 月 16 日

2024~25 年度
国際ロータリー会長
ステファニー・アーチック
(マクマーリー・ロータリークラブ)

Rotary
Toyonaka



2024.7~2025.6
会 長 眞下 節
副 会 長 村司辰朗
幹 事 米田 眞
雑誌・広報・会報委員長
小寺潤一

本日 (2 月 4 日) のプログラム

「豊中つばさ公園」
豊中市都市活力部 部長
上原 忠 様
卓話担当：矢口正登



次回 (2 月 18 日) のプログラム

「宇宙のトップダウンな進化史」
豊中 RC 奨学生 チョウ・ショウ
卓話担当：横田広司

会長の時間

「コーヒーは朝に飲むべし」

2024-25 年度 会長 眞下 節

会員の皆さまの中にはコーヒー好きの方が大勢おられることと思いますが、1 日の中でどの時間帯にコーヒーを飲まれているのでしょうか。人によって異なりますが、たぶん個々人はそれぞれ同じ時間帯にコーヒーを飲む習慣があるのでないでしょうか。

米国 Tulane 大学の Xuan Wang 博士らは、European Heart Journal の 2025 年 1 月号に「朝にコーヒーを飲むことは午後や夜に飲むよりも人の死亡率を有意に低下させる」と報告しました。彼らは、1999 年から 2018 年にかけて実施された 4 万人を超える米国成人対象者の食事と健康に関する全国調査データの解析からこれらの結果を導き出しました。これまでもコーヒーを飲むことは心疾患や早死のリスクを下げる効果があるといわれてきましたが、いつ飲むかによってその効果に差があることをこの研究で明らかにしたわけです。そして、彼らはコーヒーの摂取は朝だけに限定するのが最善であり、摂取量などとは関係がないと述べています。彼らは、午後や夜にコーヒーを飲むと概日リズムやメラトニンなどのホルモン分泌が乱れる可能性があり、メラトニン分泌が減少すると血圧や酸化ストレスが上昇して心血管疾患のリスクが高まる可能性があると考えられています。朝のコーヒーが一番美味しいことを考えると身体がこのことを教えてくれているのかもしれない。

四つのテスト 1. 真実かどうか 2. みんなに公平か 3. 好意と友情を深めるか 4. みんなのためになるかどうか

事務局・例会場：〒560-0021 豊中市本町 3 丁目 1 番 16 号 ホテル アイボリー内
TEL 06-6858-1551 FAX 06-6857-0011

例 会 日 時：毎週火曜日 12 時 30 分より
事 務 局：9 時~15 時(土日祝を除く)

H P ア ド レ ス： <https://toyonaka-rc.jp>

メー ル ア ド レ ス： jtrc2660@sun-inet.or.jp

☆出席報告☆

	第3034回	第3031回
例会日	1月21日	12月17日
① 会員数 A	29	29
(内出席免除者)	6	6
② 出席義務者数	23	23
③ 出席義務者出席数	13	12
④ 出席免除者出席数	2	3
⑤ メイクアップ数		3
⑥ 出席義務者欠席数	10	11
出席率 %	60.00%	69.23%

出席率 (3034回) ③+④/②+④ 出席率 (3031回) ③+④+⑤/②+④

☞幹事報告☞

- ・国際ロータリー第2660地区より
「次年度(2025-26年度)委嘱状発送の連絡」が届きました。
「IM第1組ガバナー補佐エレクト交代のお知らせ」が届きました。
- 「【情報共有のお願い】 危機管理速報」のお願いが届きました。
- 「【2025-26年度】主要行事日程表・合同例会形式ガバナー公式訪問日程表」が届きました。
- ・池田くれはRCより
「創立40周年記念誌」が届きました。

☞掲示板☞

- ・第8回定例理事会・第3回被選理事会
日時：2025年2月4日(火) 本日例会終了後
場所：ホテルアイボリー1F 例会場
 - ・IM第1組第5回会長・幹事会
日時：2025年2月5日(水) 16:00~19:00
場所：ヒルトンホテル大阪
 - ・次年度のためのPETS(会長エレクト研修セミナー)
日時：2025年3月1日(土) 13:00~17:30
場所：シティープラザ大阪2F 「旬」
 - ・次年度のための地区チーム研修セミナー
日時：2025年3月1日(土) 9:00~11:15
場所：シティープラザ大阪2F 「旬」
 - ・大阪中之島RCとの懇親会
日時：2025年3月8日(土) 18:00~20:00
場所：双龍居 大阪市北区浪花町1-24
JR天満駅から徒歩1分 (06-6377-8808)
会費：8,000円
- ※懇親会の場所が変更になっています。ご確認よろしく
お願い致します。

🌸2月のお祝い🌸

皆出席 松山会員 22年
入会記念日 武枝敏之会員 H.17.2.1
都井正剛会員 H.24.2.14
会員誕生日 松山辰男会員 S.15.2.28
ご夫人誕生日 矢口会員 孝子夫人 2.9
宮田会員 興子夫人 2.14

😊1月21日のニコニコ箱報告😊

- ・豊中RCの皆様、エキスポフェスタへのご協力を宜しくお願い致します。
大阪中央RC 会長 永井甫智子様
地区EXPOフェスタ実行委員長 篠原 祥様
- ・家内の誕生日祝いを頂いて
真下、奥村各会員
- ・新年あけましておめでとうございます。
村司、古澤各会員
- ・新年互礼会欠席のお詫び
村司会員
- ・ニコニコクイズ
二位でした。 松尾会員
三位でした。 武枝会員

国際ロータリー第2660地区
ロータリーEXPOフェスタ1組
Host by:大阪中央 RC
開催日：2025年5月30日(金)
時間：14:30~19:30
場所：ホテルグランヴィア大阪 20階
参加費：10000円

本日、出席者を募ります。是非ともご参加ください
ますようお願い致します。

幹事 米田 眞

2月の例会休会日
2月11日、25日(火)です。

「職業奉仕月間に因んで」

地区職業奉仕委員会 副委員長 武枝敏之

卓話担当：田畑榮彦



私たちロータリアンは日ごろから高い倫理観を持って職業に携わることが求められています。「ロータリーの理念に従って自分自身を律し、事業を行うこと」とは、常に「高い倫理観を持って職業に携わる」意識を持つ事を示しています。

「高い倫理観を持って職業に携わる事」は基本的で最も重要な事ではありますが、自身の意識や行動で取り組めるため、特別な準備は要りません。職業奉仕は自身の日常を通じて、奉仕の理念を実践できる最も身近な方法でもあります。

倫理観とは、社会や組織の中で何が正しく、何が間違っているかを判断する基準です。これには法律や規則の遵守だけでなく、道徳的な判断や価値観も含まれます。

高い倫理観を持つことは、信頼を築くための基礎です。信頼は、ビジネスや人間関係において成功するための重要な要素です。

例えば、顧客や取引先との関係において、誠実で透明性のある行動を取ることで、長期的な信頼関係を築くことができます。また、従業員との関係においても、公正な関係や透明なコミュニケーションを通じて、組織内での信頼を強化することができます。ロータリアンとしての倫理観は、『奉仕の理念』と深く結びついています。

私たちは、個人の利益だけでなく、社会全体の利益を考慮し、私たちの行動が社会全体に与える影響についても考える必要があります。また、倫理観は自己成長のためにも“重要”です。高い倫理観を持ち、誠実な行動を取ることで、自分自身の内面的な成長を促進することができます。

ロータリアンが社会的に信頼されてきた歴史は、この倫理観と奉仕の精神に基づいています。ロータリークラブは、1905年にシカゴで創立されて以来、社会に貢献し続けてきました。創立者のポール・ハリスは、様々な職業を持つ信頼できる仲間を結びつけることで、互いの成長を支援し、社会に貢献するという理念を掲げました。この理念は、現在に至るまで多くのロータリアンに引き継がれ、世界中で実践されています。

時代は変わり、『会社の経営理念』と『ロータリーの奉仕の理念』を直接的に結びつける時代ではなくなりました。RIの方針で、職業を持たない人でもロータリアンになれるようになったことも時代の変化です。しかし、世の中から信用されていない人や企業が、どれだけ奉仕や寄付を行ってもただの売名行為です。我々ロータリアンは人間としても職業においても社会の模範にならなければならない事に代わりはありません。

皆さんご存じの「四つのテスト」をあらためて紹介します。これは、ロータリアンが日々の意思決定の指針として用いるものであり、高い倫理観を保つための基本です。この「四つのテスト」に日々私達が取り組まなければならない事のすべてが集約されています。職業への携わり方として解釈してもすっきりと理解ができます。

四つのテスト

1. 真実かどうか

日々の業務や人間関係において行うすべての行動は、真実であるかを問いかけることが重要です。偽りや誤解を招く行動は、信頼を失う原因となります。

2. みんなに公平か

公平さを保つことは、職業倫理の根幹です。どのような状況でも、公平に判断し、公平に扱うことが求められます。

3. 好意と友情を深めるか

自分の行動が、他者との好意と友情を深めるものであるかを考えます。職場だけでなく、社会全体での信頼関係を築くことが大切です。

4. みんなのためになるかどうか

自分の行動が、個人だけでなく、社会全体のためになるかを問います。これにより、職業を通じた社会貢献が実現します。

この四つのテストは、私たちが高い倫理観を保ちながら日々職業に携わるための指針となります。

二つの重要な公式標語

第一標語の「超我の奉仕」

利己的でない ボランティア奉仕の哲学を最もよく言い表している言葉です。

第二標語の「最もよく奉仕するもの、最も多く報いられる」

「報いられる」とは、奉仕活動や社会貢献で得られる、信用や信頼、そして自分自身の成長という無形の財産です。

信用や信頼は、お金で簡単に買えるものではありません。

また、奉仕活動で得られる自分自身の満足感や達成感、そして成長感は何事にも代えがたいものがあります。

皆さん、ロータリーのバッジをつけることの意味するところは日々、クラブや社会のために奉仕活動を行い、まわりから信頼される人間であることを証明しているのではないのでしょうか。ロータリーとは、社会へ奉仕する事で自分が成長できる場所です。そして冒頭にも申し上げましたが、職業奉仕は、『奉仕の理念』を实践できる最も身近な方法です。職業奉仕は自身の職業で社会へ奉仕できるチャンスであり、職業人として自身が成長できるチャンスです

皆様の職業を通じて また日常の理念の实践を通して 世の中をより良いものに変えていきましょう。