

TSURUOKA ROTARY CLUB

国際ロータリー第2800地区

鶴岡ロータリークラブ

平成 19 年 11 月 27 日 (火) 第 2387 回 (本年度第 19 回) 例会

●創立 昭和34年6月9日 ●例会日 毎週火曜日(12:30~13:30) ●例会場 東京第一ホテル鶴岡 鶴岡市錦町2-10



ROTARY SHARES
ロータリーは分かちあいの心



例会に出席し
友情を深めよう

本日の卓話 (11/27)

歴代会長スピーチ

嶺岸 禮三 君

11 月 13 日 (第 2386 回) 例会報告

そば打ち例会

会長報告

先週の行事

- 11/10 パワーアップフォーラムが山形市で開かれました。詳細については後ほど御報告があると思いますが、私たちのクラブの会員増強にいつその弾みがつく事を期待します。
- 11/12 鶴岡市の姉妹都市であるニューブランズウィック市より使節団として大勢の皆さんがおいでになり、第一ホテルで歓迎会が催され盛会でした。昭和 35 年に始まったこの交流の立ち上げに際しては鶴岡ロータリークラブの初代会長だった故小花盛雄先生が市の委託を受けて活躍されたと言う経緯があります。

◆会長ショートスピーチ

本日はそば打ち例会でありますので、そばの栄養学的な価値について米と小麦と比較してデータを示します。

米・小麦・そば (100g)

	エネルギー	蛋白質	蛋白質価 (卵の蛋白を 100)
米	356kcal	6.8g	72-81
小麦	366kcal	13.6g	36
そば	348kcal	11.7g	72-76
(大豆)		(35-40g)	(70)

そばはこの3つの食品の中では同じ重量あたりのタンパク質が多く、米よりも蛋白量の多い(約2倍)優秀な主食と云う事になります。本日用意したそば粉は 40kg だそうです。一人当たり 130g で、御一

次回の卓話 (12/1)

第2ブロック IM

(12/11 の分)

人当たり 452kcal と御飯を茶碗で軽く 2 杯分弱に相当します。

アメリカ・オレゴンに留学中の荒木さんより
メールが届きました。



Hello, Mr. Maruyama. This is Haruka Araki.
How's going? I'm doing great!!!

Our 2nd Rotary orientation was October 6th & 7th in Corvallis. Corvallis is a city which Kazumi Otaki stayed last year. We went to OSU (Oregon State University) to watch AMERICAN FOOTBALL game. It was so amazing for me. It was better than my school football team..... Our OSU team won the game. Anyway I had a great time.

My school has HOME COMING this Friday. So it is sooooo hot now. Today was Nerd Day. Everyone wore funny clothes or glasses. So everyone looked like STUPID. But it was interesting..... Tomorrow is Jersey Day. We have to wear a jersey from own favorite college or pro team. I am so excited the HOME COMING.

My classes are good. I like Fall Band the best. My teachers and friends always help me. I can understand almost everything. I have homework everyday. It is hard and troublesome. And my volleyball season is done. I miss volleyball so much... I'm gonna play softball in spring.

Now I really miss Japanese food..... I wanna eat sushi, natto, rice.....

So anyway I like school, host family,
Madras.....whatever.

会長 真島 吉也
副会長 富樫 松夫
幹事 本間 昭吉

会報委員会
事務局

青柳孝治 佐々木喆彦 白幡憲一郎
鶴岡市馬場町11-63 産業会館3階
TEL:0235-28-3375 FAX:0235-28-3776

Did you meet a girl from Oregon? If you know the e-mail address please tell me.

SeeYa:)

Sincerely,
Haruka Araki

P.S. About photo : It's my volleyball team.



.....

丸山さん、こんにちは。荒木春香です。お元気ですか。私はとても元気です。

10月6日・7日2回目の青少年交換オリエンテーションがコーバリスでありました。コーバリスは去年大滝和美先輩がいたところです。私たちはアメリカンフットボールの試合を見にオレゴン州立大学に行きました。試合はオレゴン州立大学が勝ち、とにかく面白かったです。



金曜日には同窓会（在校生が卒業生を歓迎し、美人コンテストなどを行う）があり、そのためみんな準備などに熱中しています。今日はナードデイです。（Nerdは俗語でダサイ、オタクの意味）みんな面白いへんてこな服やメガネを掛けています。バカみたいにみえます。でもとても面白かったです。明日はジャージデイ。私たちはお気に入りの大学のジャージやプロスポーツチームのジャージを着ます。

授業は大丈夫です。特に“Fall Band”が好きです。先生方や友達がいつも私を助けてくれます。ほとんど全部私は授業の内容を理解できています。毎日宿題があり、

とてもそれは大変です。私はバレーボールを羽黒高校でしていましたが、ここでも部活はバレーボールをしていました。今はシーズンオフで寂しいです。春になったらソフトボールをしようかなと思っています。

今私は日本食が恋しくてたまりません。寿司、納豆、御飯…食べたい！

コラム ～絆～

’05年度から社会奉仕委員会活動でアイドリッグストップ運動を実施してきましたが、現在はどのような状況になっているのでしょうか？検証してみませんか？地球温暖化については、東南アジアの諸国で樹木が伐採され、砂漠化が進んでいるようです。私たちの日常使用している箸の大部分は輸入品です。アイドリッグストップ運動に続く第2弾として、「マイ箸」運動はいかがでしょうか？まず最初に週例会時はマイ箸を持って食事をすることを実践してみませんか？

忘れた会員は1回100円を募金する等はいかがでしょう？

出席委員会

● 出席報告 (11/13) ●

会 員 数	出 席	出 席 率	前々回 確定出席率
46名	26名	59.09%	72.73%

● メイクアップされた方

樋渡美智子君	本間喜美子君	丸山 隆志君
真島 吉也君	嶺岸 禮三君	越智 茂昭君
佐藤 孝子君	佐藤 友行君	白幡憲一郎君
富樫 松夫君	富田喜美子君	

● 年間皆出席

29年 藤川享胤君
7年 佐藤孝子君

● 10月100%以上出席者

250%以上 藤川享胤君
225% 真島吉也君 嶺岸禮三君
200% 佐藤孝子君
175% 丸山隆志君
150% 樋渡美智子君 本間昭吉君 越智茂昭君
佐藤友行君 富樫松夫君 富田喜美子君
125% 樫野隆博君 斎藤 昭君 塚原初男君
100% 青柳孝治君 阿蘇司朗君 秦 幸助君
本間喜美子君 石田 雄君 御橋義諦君
加藤 功君 加藤恒介君 白幡憲一郎君
佐々木喆彦君 桜井 隆君 上野欣一君
若生恒吉君