



Rotary Weekly

広島空港ロータリークラブ週報



2021年3月24日発行

ロータリーは機会の扉を開く

2020-21 年度
国際ロータリーテーマ

会長 伊藤 保 / 副会長 河井一朗 / 幹事 兼田昌紀 / SAA 橋濱智美

事務局 三原市本郷南6丁目3-26番地 三原臨空商工会 2階

TEL 0848-86-0986 ・ FAX 0848-86-0992 ・ E-mail h.kukorc@vega.ocn.ne.jp

例会場 広島エアポートホテル TEL 0848-60-8111

3月 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31

例会
例会
休会
例会
休会

本日のプログラム (3月24日)	次回のプログラム (4月7日)
岡田 雄幸 会員 私の人生「ノルウェー編」	12:30~13:00 例会・食事 13:00~三景園へお花見

第1202回 2021年3月10日 例会記録

点 鐘 伊藤 保 会長
 ロータリーソング「奉仕の理想」
 ロータリアンの行動規範唱和

出席報告

	会員数 名義・シニア	出席者	メイク	欠席 (免除)	出席率
本 日 (3/10)	28 2	15 0	4	6 3	76.00
メイク	澤井・兼田・重森・鶴田秀樹				
前々回 (1/20)	28 2	16 0	3	4 5	82.61
メイク	大下・岡田・小畠				

食 事 時 間



会 長 時 間

明日は東日本大震災から10年目の日です。どのようなものだったのか、改めて調べてみました。



発生日時

2011年(平成23年)3月11日(金)14時46分18.1秒。
震源地 宮城県牡鹿半島の東南東沖130キロメートル
地震の規模 マグニチュード 9.0で、発生時点において日本周辺における観測史上最大の地震。
最大震度 宮城県栗原市で観測された震度7。
地震による被害 波高10メートル(m)以上、最大遡上高40.1mにも上る巨大津波。地震の揺れや液状化現象、地盤沈下ダムの決壊などによる各種インフラの寸断。

2020年(令和2年)12月10日時点

震災による死者・行方不明者 1万8426人。
 このうち約9割が津波による溺死。
建築物の全壊・半壊 合わせて40万4893戸。

震災発生直後

避難者 約47万人
停電世帯 800万戸以上。
断水世帯 180万戸以上

復興庁によると、2021年2月28日時点の避難者等の数は未だ4万1241人となっていて、避難が長期化しています。

地震から約1時間後に遡上高14-15mの津波に襲われた東京電力福島第一原子力発電所が、1-5号機で全交流電源を喪失。

その結果、原子炉を冷却できなくなり、1号炉・2号炉・3号炉でメルトダウンが発生。大量の放射性物質の漏洩を伴う重大な原子力事故に発展しました。



地震はいつ発生するかわかりません。最近、地震が多発しているのも気になります。災害が発生したとき、真っ先に心配になるのが家族の安否です。もしもの時のために、伊藤家で採用しているスマホのLINEグループを使った安否確認方法をお教えします。スマホをお持ちの方はどうぞ一緒にしてみましょう。

スマホのLINEグループを使った安否確認方法

LINEの画面を開いてください。

1. GPS機能がONになっているのを確認します。
2. 知らせたいグループをタップします。
3. トーク画面左下の「+」マークをタップします。
4. 「位置情報」をタップします。
5. ピンが正しい位置を指しているかを確認してから送信

ぜひ、家族で共有してください。

※受信できない場合

LINEのホーム画面→設定→プライバシー管理→Letter SealingをON

幹事報告

川本幹事代理

《配布物》週報1201号

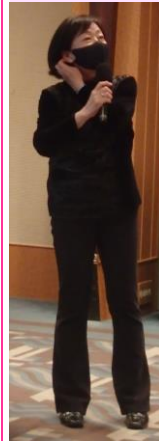
《回覧》今後の例会出欠表

今年度職場体験学習受入確認

《お知らせ》メールでお知らせしておりますが、4月の沼田川クリーンキャンペーンは中止となりました。

例会終了後3月定例理事会を行います

卓話時間



伊藤 佳子 会員

Yoshiko World part3

「忍者のごとく見えない時代の到来」

今日のテーマに合わせて、水戸黄門の由美かおる風に忍者のように黒でまとめてみました。私の趣味の一つ写真を交えてお話しさせていただきます。

オープニング

先ずは、動画を少しご覧ください
(出演は忍者姿の末娘家と私)



最近はこのように加工が簡単に出来ます。すごくないですか！

2021年1月20日週報 会員1分卓話(今年の抱負)より



伊藤 佳子 会員

去年コロナ禍外出の自粛が始まった春から、色々新しい事を始めてみました。今年は約240年間の根強い習慣や歴史が移り変わる始まりの年になりそうです。世界中が今までと違う社会、生活になっていく始まりです。この変化を前向きに捉えて引き続き新しい事業を仲間と楽しく作り上げていく勉強と準備の年です。

今年も自分がやってみたいなあってという思いに挑戦をする。難題は学びと貴重な経験と受けとめアクティブに悔いの無いよう邁進致します。



(240年間続いた地の時代→風の時代とは 占星術)

今日は、今年の抱負の中身を少しご紹介させていただきます。

2019 年(令和元年)12 月末～

まだ新型コロナウイルスを知らない時期です。毎年恒例で年末からお正月は、東京と名古屋にいる子どもたち家族に逢いに行き、楽しい年初めを過ごしました。



1 月 8 日は、広島空港 R C の新年例会がありとても楽しい時間を過ごしましたね。(もちろん三密ありません)

2020 年(令和 2 年)3 月～

しかし、穏やかな日々から新型コロナウイルスが世界中に見えない恐怖が襲い掛かり、大変な生活が始まってしまい、広島空港 R C の例会も、新型コロナウイルスの感染拡大が続いている情勢に鑑み 3 月～5 月末まで休会となりました。

国内発生状況			世界の発生状況		
	2020 年(令和 2 年) 3 月 11 日	2021 年(令和 3 年) 3 月 23 日 (23:59)		2020 年(令和 2 年) 3 月 11 日	2021 年(令和 3 年) 3 月 23 日 (19 時)
累計感染者数	568	459, 183	累計感染者数	112, 492	123, 678, 061
死亡者数	12	8, 923	死亡者数	3, 996	2, 722, 975

それでも、生きる事への楽しみをすることにし、考え行動することにしました。オリンピックの入場観戦チケットもハズレ(この時にオリンピックが延期になるのも知らず)自宅観戦の為にテレビを購入したり、趣味の薬草勉強会にも参加したり、家庭菜園も初めてみました。

薬草勉強会

自宅の庭先や道端に見られる何気ない植物が薬草であり、隠された力があることがわかりました。ただ薬草は毒草にもなりうるため、利用する植物種、使用量、利用方法などを学んでいます。

★免疫力を付ける…睡眠・アルコールと糖質を制限

麻黄湯・葛根湯・桂枝湯・ハーブ茶(シナモン・ミント・ナツメなど)

風反清清膏 感染症対策(インフル、コロナなど) センダン・サイカチ

よもぎ 温中作用・止血作用

松 樹脂…軟膏の材料

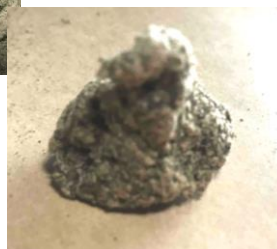
松葉…虫歯、咳、喘息、腹痛、神経痛、乗り物酔い等やマツバ酒にして中風の予防



ヨモギをすって粉
ともぐさにします



←竹酢
化粧水



家庭菜園

広島県も知事から休業依頼があり、臨時休業（4月22日～5月6日）。合計すると約1カ月お店を休む事となり、死活問題。不安が頭をよぎる事もありましたが、私にとっては、バネを縮める時間にもなったと思います。先行きが見えず、食糧難を防ぐためにも家庭菜園を作って簡単な野菜を作ろうと考えました。家の上の草ぼうぼう土地を開拓してみようと思い草刈り機を持って、悪戦苦闘しながら竹の根っこを取ったりしている様子をフェイスブックに載せると、「手伝わせて」と助っ人が増えてきて、皆で自然農業？をしようという事になりました。



これはすごく簡単でお勧め！

オイルにニンニクのスライスしたものとみじん切りにしたものを入れて冷蔵庫に入れます。（2種類造りましたが、みじん切りの方が良かった）
パンの上ののり付けたり、パスタに使ったり、お肉を焼いたりいろんなものに使えます。

フキ、ブロッコリーの花、ニンニクの葉を使って料理を作り、ヨーグルトも豆乳で作りました（ヨモギも入れてみましたが不味かったです）
家にいるといろんな事をしたくなって、ぬか漬けをつけたり、やったことのない事に挑戦してみました。



2021年(令和3年) これから…

テレビ番組も新型コロナウイルス一色で仕事が休みの1カ月は、ユーチューブを見ていろんな事を勉強。世界に目が向く…

- ・各国政府助成金で紙幣増札、国の負担は増え紙幣価値は？
- ・忍者の如く目に見えない 暗号通貨、ブロックチェーンの時代？

新型コロナウイルスによって、社会、生活、オンライン、インターネット、デジタルなど必要に応じて猛スピード変化すると実感。そんな不安な世の中で自分なりに考え、新しい事業を仲間と楽しく作り上げていく勉強と準備の年にしたいと思っています。

最後に

広報委員長として皆さんにコロナ禍1年間の中、唯一仲間が集まり、楽しむ。野外で（交流＋運動）した広島空港ロータリークラブのゴルフ仲間の笑顔を報告を兼ねて届けます。

★最後にゴルフ場でも忍者の如く林の方へとボールを探しに見え隠れする者チラホラ現れました。



早く歩きたいなら、ひとりで歩きなさい。
しかし、遠くまで行きたいのなら、仲間と共に歩みなさい。

人生における6人の最高の医師とは

1. 日光
2. 休養
3. 運動
4. 食事
5. 自信
6. 友人

常にこれらを意識し、健康な人生を楽しみましょう。

健康が、全てではないが、健康を失うと全てを失うのです。
巨万の富をほしいままにし、世界を変えたジョブスだから語れるとても含蓄のある言葉だと思います。