



北島

会報

第283号



国際会長テーマ
「われわれは奉仕する(We Serve)」

336-A 地区 9R1Z 北島ライオンズクラブ



北島ライオンズクラブ
会長 小林 史典

スローガン

『伝統を重んじ 新たな未来へ ウィザーブ』

336-A地区 川辺 信郎 ガバナー・スローガン
『新世紀・明日につなごう 奉仕の輪』 キーワード「初 心」



[選考の様子] **最優秀賞** 伊丹千尋さん(北島中学校一年)
『国際平和ポスター』選考会

10月3日(水)「福助」にて国際平和ポスターの選考会を行いました。2017年のテーマは「**平和の未来**」。町内3小学校・1中学校から応募頂いた54作品を、青少年委員会を中心とした7名が審査しました。どれも力作で選考は難航しましたが、鮮やかな色彩とテーマをしっかりと掴んだ構成が光った北島中学校の**伊丹千尋さん**の作品が最優秀賞に選ばれました。**伊丹さん**と優秀賞の3作品は336-A地区(四国)選考へ進みます。(詳細P6)

11月号もくじ

国際平和ポスター選考会	… 1
会合報告	… 2・3
会員コーナー	… 4
今月の動き	… 5
国際平和ポスター選考会	… 6

2017年~2018年 11月号

(1) 10月第二例会 (664回) [出席率48%・メイク後60%]

10月19日 (木) 19:00～ 「クイーンアンヒル」

(1) 依頼事項

- ① 河川清掃 環境保全・保健福祉・

アラート副委員長 石川宗典

11月12日 (日) 7:00～

「三ツ合橋東詰集合」

- ② 8R・9R「献血」担当者合同研修会

11月18日 (土) 13:30～

「ホテルグランドパレス徳島」



会長あいさつ↑

- ③ 8R・9R合同上期新会員オリエンテーション

幹事 渡辺正一

11月25日 (土) 13:30～「ホテルサンシャイン徳島」

登録料2,000円 申込締切11/6 (月)

- ④ 藍住LCゴルフコンペ

幹事 渡辺正一

- ⑤ 薬物乱用防止教育認定講師養成講座の受講について

12月16日 (土) 13:00～

「徳島ワシントンホテルプラザ」

登録料4,500円 申込締切11/16

(2) 報告事項

- ① GLT・GST・LCIF 研修会 幹事

平成29年10月8日 (日)

四国中央市役所福祉会館 RC 南 博

幹事 渡辺正一、会計 多富和哉 出席



※今日の一言 「将棋」 村澤良一

村澤良一さん↑

(2) 11月第一例会 (665回) [出席率 33%・メイク後 43%]

11月2日 (木) 19:00～「焼肉 カルビチャンプ」(イオンモール徳島5F)

(1) 依頼事項

- ① 河川清掃 11月12日 (日) 7:00～「三ツ合橋東詰集合」

環境保全・保健福祉・アラート委員会委員長 後藤拓也

- ② 8R・9R「献血」担当者合同研修会

// 後藤拓也

11月18日 (土) 13:30～「ホテルグランドパレス徳島」

会長、クラブ委員長出席

③ 8R・9R合同上期新会員オリエンテーションについて

幹事 渡辺正一

11月25日(土) 13:30～

「ホテルサンシャイン徳島」

登録料：2,000円 締切：11/6



④ 薬物乱用防止教育認定講師養成講座の受講について

環境保全・保健福祉・アラート委員会委員長 後藤拓也

12月16日(土) 13:00～「徳島ワシントンホテルプラザ」

登録料：4,500円 締切：11/16

(3) 理事会及び各種委員会

(1) 10月理事会 10月19日(木) 18:30～

「クイーンアンヒル」 11名出席

① 合同例会の件について 12月7日(木) ホストC：北島ライオンズクラブ

② 廃品回集の件について

③ 11～12月の行事予定について

④ 河川清掃について

⑤ 9月経費支払いについて **承認** ⑥ その他

(2) 青少年委員会 10月3日(火)「国際平和ポスターコンテスト」作品選考会

19:00～「福助」7名出席

(3) PR委員会 10月18日(水) 9月号・10月号編集会議

13:00～「クイーンアンヒル」5名出席

・・・出張報告・・・

(1) 8R・9R合同上期新会員オリエンテーションに出席して

11月25日(土) 13:30～「ホテルサンシャイン徳島」

水主宗明・多富和哉(記)出席

ライオンズクラブの起源・変遷に始まり、ライオンズ必携や組織構成、役員・会員の役割などについて、1時間余り講義いただきました。

一人ひとりが奉仕の精神と参画意識をもって、ライオンズクラブの活動に取り組むことを、参加者(新会員)に話されていました。



講師の木内千春地区名誉顧問↑ 南RC↑のもと北島LCのホストで司会進行↑

『自分の健康は自分で守る！』

一宮昭夫

私の趣味の一つにマラソンが有りますが昨シーズンは年に4回も痛風発作をおこし、走る事も出来ない期間も増え結果、練習不足と体重の増加に伴いタイムも散々なものでした。

そこで6月に一念発起して今テレビ等で何かと話題のライザップに入会しました。トレーニング内容は1回50分のトレーニングを週2回の3ヶ月コースを選択、あとは専属トレーナーの下でライザップ独自の食事指導を受けてきました。トレーニングは完全個室のマンツーマンでメンタル面も含めてその人に合ったプログラムを組み立ててくれるので無理せずに楽しくクリア出来たと思います。しかしライザップが凄いのは管理栄養士指導のもと専用アプリで記録、報告をする一日4食の食事でした。筋肉を増やして脂肪だけを減らすダイエットは今までに幾度のダイエットとリバウンドを繰り返してきた私には正しく目からウロコで過去の自己流ダイエットが如何に無知で無駄な時間とお金を捨ててきた事が思い知らされました。

下のビフォー・アフターの写真は入会時と3ヶ月後の写真です。体重-21.1キロ減、体脂肪-17.5%減、体年齢はなんと32歳、まさしく細胞レベルで肉体改造に成功することが出来ました。その後の健康診断で尿酸値、コレステロール、血糖値など全てが正常値になっていました。かかり付けの医師もその数値には驚愕し、現在はその医師も含め沢山の友人たちもライザップに入会してトレーニングに励んでいます(笑)

最近はどこへ行っても私の体験談を沢山の方に尋ねられるようになりました。そして皆さんが共通して金額の事を尋ねてこられますが、私は今後の人生、生活習慣病等で病院に通う時間と自己流のダイエットに費やす時間とお金で買ったとすれば決して高いとは思いません。

人間はかつてないほどに長生きとなりましたが、その結果、人生の長い期間を病気と共に過ごすようになりました。病気をしないで健康で楽しく過ごせる期間を意味する『健康寿命』を長くするためには日々の自己管理が最も必要と言えるのではないのでしょうか。大切なのは「痩せること」じゃなく、「健康的に生きること」！私がここ数ヶ月で得た知識と経験は一生の宝になるでしょう。



入会時↑



3ヶ月後↑

(1) 会員情報

- ①天羽 修さん・晴美さん
金婚式おめでとうございます
- ②板東理人さんの長男堯典（あきのり）さん・泉季（みずき）さん
ご結婚おめでとうございます

11月25日（土）「神戸メリケンパークオリエンタルホテル」

(2) 同好会だより

ゴルフ部会

「ZC杯親善ゴルフ大会」が、11月17日（金）「Jクラシックゴルフクラブ」にて開催され、北島LCより7名2組が、参加しました。

天気も良く、他クラブの方とも親睦を深めながら楽しいゴルフを満喫した一日となりました。

スタート前集合→



(3) お礼状報告

「北島町少年柔道教室」の保護者一同・指導者一同さまより『第21回北島LC少年少女柔道大会』開催へのお礼状が届き、例会にてご紹介させていただきました。

児童・保護者・指導者が、試合ができたことを喜んでおり今後の大会を期待しています。

拝啓、初秋の折 北島ライオンズクラブの皆様におかれましては、
 益々、ご清栄のこととお慶び申し上げます。
 八月二十日の北島町少年少女柔道大会では大変お世話になり
 ありがとうございます。
 地元で開催されます本大会は毎年子供達が目標とする大会と
 なっており夏に向けて頑張っています。私達保護者も全員が
 揃って子供達の成長を確認でき、緊張感の中試合を見守る
 ことのできるライオンズ大会を築き上げてあります。
 これからも北島町少年柔道教室が皆様のこの期待に
 お応えできるよう頑張りますので、今後共にご指導
 賜りますようお願い申し上げます。末筆ながら皆様のご健康と
 益々のご清栄をお祈り申し上げます。挨拶と致します。
 敬具

平成二十九年 九月十五号
 北島町少年柔道教室保護者一同

重啓

初秋の候、北島ライオンズクラブ様に於かれましては益々ご清
 幸のこととお喜び申し上げます。

宣誓

僕たち選手一同は、
 毎年この大会を開催して下さる
 北島ライオンズクラブの方々に感謝しています。
 感謝の気持ちをこめて、
 柔道に出会った各チームの仲間と共に
 一戦一戦を全力で戦います。
 指導してくださる先生方、
 支え、はげまし、応援してくれる家族に、
 チームの仲間と力を合わせ
 練習の成果を發揮し
 あきらめない試合と共に、
 一本を取る柔道で感動を与えることを誓います。
 平成二十九年八月二十日
 選手代表 北島町少年柔道教室 主将 富永和宏

上記は当教室六年生三名が相談し合い「第二十一回北島ライオ
 ンズクラブ少年少女柔道大会」の場で宣誓した文章です。少々長
 すぎるかな?とも思いましたが削除できる部分が見当たらず、そ
 りまま採用致しました。
 私共の小学生時代は釣り一つにしても“寒”に竹を切り、火で

あふり、ため直し、得意は木を削る等、全て自分の手で造ったも
 のでした。その為、自然の厳しさ・優しさを直接肌で感じ、物の有
 難みを学習したのですが、現在、スマホを代表する様に精度の
 高い完成品を与えられる子供達は、学校教育では高い水準にある
 一方で、自分で物を作る喜びを知らず、また他に依存する度合い
 が高くなっている様に思われます。
 柔道を通じ、本大会を通じ、奉仕の精神・感謝の念・自立心を育
 んで下さる機会を、私共指導者にとっても大変有難い場でありま
 す。
 終わりになりましたが、長きに渡り暖かいご支援ご理解を賜っ
 ております北島ライオンズクラブ様、会員各位様の今後益々のご
 発展を心より祈念申し上げ、感謝の言葉と致します。
 謹白

平成二十九年九月
 北島町少年柔道教室
 指導者一同

応募総数54点

10月3日(火)「福助」

青少年委員会

最優秀賞 伊丹千尋さん(北島中学校一年) (P1参照)

優秀賞 (3名)



田岡紗季さん(北島中学校一年)



藤江 愛さん (北島中学校一年)



谷崎海翔さん(北島中学校一年)



* 編集後記 *

毎年師走に思い出す大好きなコラム(一部割愛)をお届けします。日ごろは矢のように過ぎ去る時間が大晦日(おおみそか)にはゆっくり流れる。もし一秒一秒の密度に違いがあるなら、午前0時が迫るにつれて一秒は次第に重く、濃くなるのではないか。うれしかったこと。悲しかったこと。日付が変わる瞬間に向かって一年の思いが凝縮する。

日本では除夜の鐘が鳴り始めるころ、人々の気持ちが静かに重なり合う。いつもは満員電車で押し合う相手でも、きょうは赤の他人とは感じない。一年間おつかれさま。お互い頑張りましたね。よいお年を。ありがとう…。人の数が多い都会では実際に言葉にはしないけれど、耳を澄ませば声なき声が街中に響いている。

年が明けてしばらくすれば、そんな暦の魔法は解け、人の一体感は薄まっていく。そしてまた世知辛い日常が始まるだろう。ならばこの大晦日の時間は大切に過ごしたい。人への感謝、いたわり、許す優しさ。たんすにしまって忘れかけていた心を取り出し、きちんとたたみ直して、また元に戻す。(多富和哉)

発行元

北島ライオンズクラブ ライオンズクラブ国際協会336-A地区9R1Z

〒771-0203 徳島県板野郡北島町中村字長池13-2 北島町厚生福祉センター内

TEL 088 (698) 0233 FAX 088 (698) 5113 メールアドレス ktlc@cocoa.ocn.ne.jpURL <http://www.ktlc1990.com>

会長 小林史典 幹事 渡辺正一 会計 多富和哉

編集者 委員長: 高田委利 副委員長: 宮本賢一・大殿 浩 委員: 佐野忠公 校正: 原田明子