

平塚西ロータリークラブ 週報

会 長 関口 俊一
幹 事 小網 嘉則
エレクト 近藤陽一郎
週報担当 近藤 直樹

創 立 1976年6月23日
例会日 月3回水曜日 12:30より
例会場 カルチャーボンス平塚
平塚市平塚 5-32-12
TEL 0463-34-9911

事務局
〒254-0045 平塚市見附町 32-7
TEL 0463-33-1475
FAX 0463-33-8676
E-Mail : office@hiratsuka-w-rc.jp

第2112回 2021年6月2日(水) ☁

出席報告	総会員数	計算対象数	出席会員数	今回出席率	メイクアップ	修正出席率
	30名	30名	22名	73.33%	0名	5/19 73.33%

◆ 会長挨拶 ◆

6月になりました。私の年度も今月限りです。本日の例会は次年度近藤幹事が奔走してくれて、リモートをとりにいれて行く記念すべき日です。齋藤宙也会員がリモート参加しています。

さて納会のご案内ですが、納会は会費なしのマスク会食にて開催させていただきます。ご参加よろしくお願いたします。

先週は日本料理の初物・出会い物の話をしました。本日は「陰・陽」の食べ物のお話です。

東洋医学では、体を温める食べ物を「陽」の食べ物。体を冷やす食べ物を「陰」の食べ物と区別しています。陰と陽の考え方。万物を陰と陽と2つに分けたものになります。

上と下、天と地、昼と夜、夏と冬、男と女、暑さと寒さ、静と動

互いに対立関係であるが、互いに補完し合う関係でもあります。季節を例にしますと、冬(陰)と夏(陽)は、交わることはありませんが、寒い冬(陰の時)には、身体を温める食べ物(陽)ができます。冬野菜の大根、人参、蓮根、ごぼうなどの根菜類などが冬の食べ物の代表となります。冬は土の下の野菜を多く取りましょう。寒い冬には、体を温めること、毛穴を引き締めて体内の熱を逃がしにくくする野菜です。

暑い夏(陽)には、身体を冷やす食べ物(陰)が実ります。夏野菜に代表される、トマト、キュウリ、ナスなどの食べ物が夏の食べ物になります。夏にできる食べ物には、夏の暑さをしのぐために、体を冷やすこと、そして毛穴を緩(ゆる)めて体内の熱を逃がしていく野菜です。

食事において、陰陽のバランスをうまく取り入れ、気に向け、皆さん体の健康を保ちましょう。野菜の「陰・陽」についてお話いたしました。

◆ 幹事報告 ◆

●第2780地区より●

*6月の「ロータリー親睦活動月間」のリソースのお知らせ

●国際RCより●

*日本事務局の6月の勤務体制について
6月30日まで在宅勤務を延長いたします

*6月のレートは109円/ドル

◆ 受 理 ◆

*無し

◆ 結 婚 祝 ◆



村尾会員・小林会員・小網会員・成田会員
大畑会員 おめでとうございます

◆ 誕生祝 ◆



山田会員・縄島会員おめでとうございます

◆平野会員・小玉会員・久保田会員・荒井会員・近藤(陽)会員・瀬尾会員・小泉会員・石塚会員・伊藤会員・長谷川会員◆

平塚湘南 RC 菌信雄様、本日はようこそお越しくださいました。

結婚祝、誕生祝の皆様おめでとうございます。

◆ 次回例会 ◆

6月23日(水)
年度収め関口会長挨拶

◆ スマイル ◆

◆ 菌信雄様(平塚湘南 RC) ◆

メーキャップに参りました。これからも宜しくお願い申し上げます。

◆ 関口会長 ◆

本日は記念すべき初リモート開催日です。やっとここまで来ました。次年度近藤幹事・清田さん、ありがとうございます。

結婚祝、片倉会員・大畑会員・成田会員・小網会員・小林会員・村尾会員おめでとうございます。

誕生祝、片倉会員・縄島会員・山田会員おめでとうございます。コロナ禍で財団・米山の寄付が少ないようです。金額は問いませんからクラブ皆様からの全員寄付をお願いいたします。まだの会員様宜しくお願い致します。

◆ 大畑会員 ◆

結婚祝ありがとうございます。

◆ 縄島会員 ◆

誕生祝ありがとうございます。

先日、後期高齢者の保険証が届きました。これからは夜間の外出を避けて穏やかな隠居生活を送る予定です。

◆ 山田会員 ◆

誕生祝、結婚祝をお迎いの皆様、おめでとうございます。

誕生祝、ありがとうございます。先日、最後と思われる運転免許更新をして来ました。

近藤さん、Zoom 例会の準備ありがとうございます。

◆ 成田会員 ◆

先日妻の誕生日にきれいなアジサイを送っていただきありがとうございました。

結婚祝ありがとうございます。

片倉さん、縄島さん、山田さん誕生祝おめでとうございます。片倉さん、大畑さん、小網さん、小林さん、村尾さん、結婚祝おめでとうございます。

◆ 近藤(直)会員 ◆

本日よりリモート例会、同時開催です。不手際あると思いますが宜しくお願い致します。