

会長の時間

幹事報告

1. 例会変更のお知らせ

クラブ名	日にち		例会場	変更理由
徳山	8月17日	木	休会(定款第5条第1節適用)	
	8月31日		18:30～ 夜間例会	
山口県央	8月8日	火	ホテルみやげ	夏季家族会の為 18:30～
柳井	8月8日	火	柳井クルーズホテル	夜間例会へ変更 18:30～
徳山東	8月9日	水	笠戸島ハイツ	夜間例会の為
柳井西	8月10日	木	柳井グランドホテル	休会 (定款第5条第1節適用)
岩国西	8月11日	金	ホテルかんこう	休会 (定款第5条第1節適用)
光	8月14日	月	ホテル松原屋	休会 (定款第5条第1節適用)
徳山 セントラル	8月14日	月	ホテルサンルート徳山	休会 (定款第5条第1節適用)
周南西	8月15日	火	遠石会館	休会 (定款第5条第1節適用)
山口県央	8月15日	火	ホテルみやげ	休会 (定款第5条第1節適用)
柳井	8月15日	火	柳井クルーズホテル	休会 (定款第5条第1節適用)
岩国西	8月16日	水	ホテルかんこう	休会 (定款第5条第1節適用)
山口	8月16日	水	ホテルかめ福	休会 (定款第5条第1節適用)
徳山東	8月16日	水	笠戸島ハイツ	休会 (定款第5条第1節適用)
岩国	8月17日	木	ホテルかんこう	休会 (定款第5条第1節適用)

2. 受領物

岩森ガバナー事務所	・ロータリー韓日親善会議のご参加へのお願い ・国連支援募金箱、ニュースレター第72号
金子ガバナーエレクト事務所	事務所開設のご案内
周南健康福祉センター	「ダメ。ゼッタイ。」国連支援募金協力へのお願い

3. 配布物

・ガバナー月信 No.2

・ロータリーの友 8月号

4. 理事会のご案内

本日例会終了後、例会場にて開催致しますのでご関係の方々はお参集下さい。

委員会報告

《 ローターリー情報 》

・2710地区05～6年度職業奉仕事例集から：①講話・講演会

2006～7年度の職業奉仕委員長を、おおせつかりました。年度当初のクラブ・アセンブリーでもお話しましたように、「仕事を通じて人のために尽くす」という職業奉仕の根本理念が浸透するよう、微力を傾けたいと思います。簡潔な理念ではありますが、実施内容は大変、多岐にわたります。地区ガバナーより熟読を求められた前年度事例集から抜粋して、皆様に紹介し、参考にさせていただくのも意味があると思います。まずは、多くのクラブが実行例を記している講話、講演会から。

【広島安佐】「職業人による講話会一見つめよう未来」と題して00～01年度から中・高生を対象に講話会を実施している。会員が講師となり、希望の職業に就くために、どのような進路計画を立て、設計を考えれば有効か、職業人としてアドバイス。会員各自の職業選択の動機や理由、必要な努力など、生き方を中心に伝えることを目的としている。総合学習の一環として45分授業は講義と、あらかじめ提出された質問による質疑応答で組み立ててきた。クラブ側の評価概略によると、生徒と会員講師の双方に有意義、としている。

【徳山東】学校へ出張卓話する「出前講座」を03年から開催している。下松市教委の賛同を得て、下松市内の小・中学校を対象にスタート。総合学習の時間に「身近な地域から学ぼう・職業と進路～人生の大先輩から私たちへのメッセージ～」と題して実施してきた。基調講演や分科会など、講座の手法はさまざまだが、「職業の意義」「職業選択のあり方」といった基本姿勢を中心に展開している。3年間の実績により山口県教委のキャリアインストラクター派遣事業へと発展している。

【福山東】小学生に関心の強い職業をアンケートで10種ほどピックアップ。サッカー選手、野球選手、美容師、洋菓子製造、保育士などの分野から講師を招いて講演会「夢へのワークわくワンステップ」を開催した。1人10分ずつの話を聞き、児童たちへの刺激を与えた。

【長門】中学2年生に対して、01年に職業案内講座を企画。ロータリー会員が現在の職業をいかに選択したか、どんな努力で資格を得たか、そのための方法などについて語りかける事業を実施した。その後「職業について考える講話会」の名称で対象を拡大、充実させている。生徒の希望職種に沿う講師選定、質疑応答、カリキュラム組み入れなどに展開。事後レポートで生徒から感想も受け取り、職業選択へのさらなるサポートを目指している。 担当：河野一郎

《 親睦活動 》

・近隣5クラブ合同ゴルフ大会ご案内(担当：光RC)

とき：9月10日(日)

ところ：周南C. C.

内容：18ホールズストロークプレイ ダブルペリア方式(30打ち切り)

会費：6,000円

〆切：8月18日

《 出席 》

・前回(7/27)未メイクアップ者報告

竹村君、堀(信)君 ※出席率100%にご協力をお願いします。(8月9日まで)

《 近隣クラブ8月度プログラムのご案内 》

徳山東	9日 (水)	キックオフ夜間例会 新入会員歓迎会 鬼武国臣さん
	16日 (水)	休会(定款第5条第1節適用により)
	23日 (水)	中・高生短期海外派遣研修生帰国報告 末武中学校 齋藤道子先生 「短期海外派遣研修生を引率して」
	30日 (水)	会員スピーチ 岩滝雅人さん

セントラル	7日 (月)	独立行政法人国際協力機構(JICA) 専門家 伊藤幸範 氏 「アンコール幼稚園 トイレ建設のお願いと海外への支援」
	14日 (月)	休会(定款第5条第1節適用により)
	21日 (月)	徳山中央病院 歯科口腔外科部長 村木祐孝 氏 「口腔インプラント治療の実際」
	28日 (月)	→27日(日) 家族例会(野球観戦:福岡ドーム)

《 ローターアクト 》

・例会のご案内

1. 日時:8月9日(水) 19:00～

2. 場所:中央地区公民館

3. 内容:「いざという時の救命方法」

(中央消防署から講師の方を招いて約一時間ほどの実技講習をしてもらいます)

※本日出欠表を回覧致しますのでご記入下さい。

【 参 考 】

先週から食事のカロリー数をお知らせしています。しかし一日に必要なエネルギーは身長から求められる標準体重と労働の程度により異なるようです。インターネットで調べると下記のような資料がありました。ご参考までに

幹事 織田文晃

1日に必要なエネルギー量

一般的な方法としては標準体重と生活活動量によって計算することもできます。

<標準体重の求め方>

標準体重 = 身長(m) × 身長(m) × 22

例えば身長 170cmの場合 $1.7 \times 1.7 \times 22 = 63.6$ (kg) となります。

1日に必要なエネルギーの計算

体重 1kg の必要な × 標準体重 = 1日必要エネルギー量
エネルギー消費量 (kg) (kcal)
(kcal)

生活活動量による必要エネルギー

労働の程度	体重 1kg あたりの 必要エネ ルギー量	160Cm	165Cm	170Cm	175Cm
		56.3Kg	59.9Kg	63.6Kg	67.4Kg
ほとんど寝たきりの老人や、安静を指示されている入院患者	20kcal	kcal 1,126	kcal 1,198	kcal 1,272	kcal 1,348
重い糖尿病の場合や、無職の高齢者、主に部屋の中で生活している人	25kcal	kcal 1,408	kcal 1,498	kcal 1,590	kcal 1,685
サラリーマンや主婦、教師、医師、看護婦、運転手など	30kcal	kcal 1,689	kcal 1,797	kcal 1,908	kcal 2,022
農繁期の農夫、操業中の漁夫、山林業、建設作業員など	35kcal	kcal 1,970	kcal 2,097	kcal 2,226	kcal 2,359
左官、大工、とび職、炭坑夫など	40kcal	kcal 2,252	kcal 2,396	kcal 2,544	kcal 2,696