第1178回例会挨拶

会長　生 田 弘 之

本日は例会のご出席ありがとうございます。先日行なわれました第4回新人高校駅伝大会はたいへん寒かったのですが、駅伝日和に恵まれ盛会のうちに無事終わりました。メンバーの皆さん方には1週間前の走路の清掃奉仕と当日は選手、関係者の皆さんにたいへん美味しいぜんざいの炊き出し奉仕を行なって頂き、まことにありがとうございました。おかげさまで関係者の皆さんに大変　喜んで頂きました。お世話になり本当にありがとうございました。

話は変わります。読書の秋も過ぎましたのにこんな話はどうかと思いますが、読書家には長寿が多いという説があります。本を読む事は考える事に通じるので読書と長寿の関係は唯の因果関係だけでなく健康法にも関連していると言われています。大いに本を読むべきで、できるなら本屋や古書店へ足を運ぶことは体力づくりにも頭の運動にもなると言えるようです。本日はこの後健康づくりのお話を聞かせてもらえるようですが、ある学者の説によりますと「脳の中ではさまざまなホルモンが作られている。このホルモンは脳のためにだけあるのではなく、脳が支配しているさまざまな器官に関係している。それで脳を働かせることは全身の健康に密接な関係がある」と言われています。しかし最近は読書によらずとも情報入手にはインターネットがあります。また辞書何10冊分が小さな電子辞書に入っていて携帯可能でもあります。その上iPａｄ、キンドルなど新たな電子書籍という媒体も現れました。

しかしそんな環境の中でも脳を鍛える一番よい方法は読書だと思います。読書は脳細胞と同時に精神も鍛えてくれます。年をとれば記憶力が衰えると思われがちですが、私たちの記憶力も判断力も鍛えればまだまだ捨てたものではなく、この脳は弾力性のある臓器で使えば使うほど増殖すると言われています。使わないから錆びるだけで脳細胞はまだまだ大丈夫なようです。60歳であろうが70歳であろうが増える可能性が充分あるということのようです。

私などは読書については眠る前の睡眠薬のようなものでしたが、最近このような事を人から聞いたり、本を読んだりして見方、考え方を少し変えました。これからは眠くなっても大いに本を読むようにして、ない頭を大いに働かせて脳の若返りに努めたいと思います。皆さん方も同調いただける方はぜひお試し願いたいと思います。

西脇・多可高校新人駅伝大会奉仕作業

社会奉仕委員会委員長　岩 本 幸 久

女子スタート

1位 立命館宇治（京都）

2位 鳥取育英（鳥取）

3位 田村（福島）

遠方からの応援隊

1位 豊川工業（愛知）

2位 西脇工業（兵庫）

3位 九州学院（熊本）

大丈夫か！…

いたい、いたい

次をたのむぞ…

ぜんざい炊出し

1000食完売

千客万来

走路の清掃奉仕

みなさんお疲れ様でした

こんな所もきれいにします

第４回西脇多可新人高校駅伝競走大会が２月19日に行われました。

社会奉仕委員会事業として、２月12日の走路清掃奉仕と、当日19日のぜんざいの炊き出しを企画しました。会員の皆様には多数参加協力を頂きまして本当にありがとうございました。

今回、男子78校73チーム、女子47校43チームを迎え、清掃したコースを気持ちよく走ってもらえました。炊き出しでは全国からのお客様に温かいぜんざいを振る舞い、喜んでいただき心も温まってもらえたと思います。役員の方々をはじめ会員の皆様には２日間の奉仕を頂き感謝申し上げます。有り難うございました。

ゲストスピーチ

献血に関するお願い

兵庫県赤十字センター
渉外課渉外-係長　長 濱 義 也 様
渉外課主査　片 山　拓 様

日頃より献血推進にご尽力賜ありがとうございます。

冬から春にかけての時期は、1年で最も血液が不足する時期です。特に春先は、花粉症の影響や年度末年度初めの多忙な時期で献血にご協力いただけない方が多く、例年、血液確保に苦慮しています。

ご承知のように、血液は人体の一部であり、生きた細胞です。献血でいただいた血液は、いつまでも保存することができず、赤血球製剤で21日間、血小板製剤で4日間の保存期間しかありません。1年中、絶えずどなたかに献血にご協力いただき、安定した血液在庫を持ち続ける必要があります。

また、東日本大震災の被災地では、津波の影響や原発問題で従前どおりに献血バスを配車することができず、全国からの血液支援に依存せざるを得ない状況にありました。1年を経過した現在も、他府県へ避難されている方も多く昨年の献血者数が約20％減少しており、安定した血液の確保が難しく、被災地への支援も継続されています。

輸血が必要な患者さんのもとへ、いつでも安心して血液を届けるために、どうか互いの尊い生命を守る献血に今後とも引き続き変わらぬお力添えを頂きますようお願い申し上げます。

日程：3月27日（火曜日）
時間：10:00～16:00
場所：アピカ西脇三井住友銀行西隣
～みなさんの献血が、貴い命を救います～

姫路みゆき通献血ルームが、平成24年3月5日（月）、姫路駅前フェスタビル北館4階に移転オープンしました。
お近くにお越しの際はお立ち寄りください。
■献血受付時間　10:00～12:00
13:00～17:00（成分献血は16:30まで）
■休業日　年末年始

第3回 西脇市緑化祭 ライオンズクラブが樹木贈呈

3月11日（日）緑化祭において（花と緑の豊かなまちをめざして）に賛同し地区から要望のありました苗木を贈呈しました。

上比延町に桜の苗木（ソメイヨシノ）５本
黒田庄町にベニカナメモチ苗木10本

朝10時からの開会式でしたが、天候にも恵まれ大勢の人出でした。中でも重春幼稚園児によるリズム演技と、市花の芝桜を記念植栽する姿が可愛くてひときわ目を引きました。

3月13日（火）桜の苗木を西脇市花と緑の協会課長　今村・中野　両氏と比也野里まちづくり協議会美化部々長　生田忠之氏参加のもと上比延ゆうゆう公園に植樹しました。

ゆうゆう公園には河津桜がたくさん植樹されていました。３月25日には蕾もふくらみ開花もまじかに感じました。

ライオンズクラブ国際協会335−D地区 一斉奉仕活動

バールでよいしょ

3月11日（日）　2月19日のぜんざい炊き出しに引き続き335−D地区一斉奉仕活動としてレントン通りに以前設置したベンチの老朽化に伴い修復作業を行いました。

ベンキの塗り替えなどもしてきたのですがベンチ部分はかなり腐食が進みインパクトドラバーでは解体できずバールやノコギリを使った作業になりました，脚の部分のみを残し復元に取り掛かり8時30分からの作業も11時には完了。

23名の参加者で周辺の清掃をし、2時間30分の気持ちのいい汗をかいて今年の一斉奉仕作業を終了しました。

たたいたらコワレル！