



Lions News

2017-2018 年度 第 6 号

花壇の花 植え替えアクティビティと海岸清掃活動
(社会福祉・環境保全委員会：委員長 L. 高田博式)



11月19日花壇の土造り 11月26日新たな花植え



11月26日 カブトガニ繁殖地・夏目海岸付近の清掃



L. 山部貴徳 11月15日(第二例会)
「笠岡諸島の日本遺産認定に向けてのシンポジウムへの参加要請スピーチ」
日本遺産認定に由り、多くの観光客が笠岡に足を運び、地域が活性する事への期待を語る。



11月お誕生日おめでとうございます

- L. 藤井 和男 (S.19.11.24)
- L. 伊藤 輝明 (S.20.11.27)
- L. 奥家 宏明 (S.35.11.4)
- L. 塚本 経重 (S.37.11.19)
- L. 奥野 英知 (S.45.11.8)

発行者 笠岡東ライオンズクラブ
会長 東川三郎 幹事 岡崎頼巳 編集 PR・情報・IT委員会 事務局
<http://www/kcv.ne.jp/~khlc> E-mail: khcv@kcv.ne.jp



2016~2017 年度会員増強目標達成アワードパッチ、会員一人当たり \$ 100 寄付達成バナーパッチ

笠岡東ライオンズクラブ スローガン 『郷土の礎に成る奉仕』

地区ガバナー スローガン 『成せばなる We Serve!』

国際会長テーマ 『次なる山を目指して、そしてその向こうへ』
国際会長 ナレシュ・アガワル (インド)

336-B 地区アクティビティ・スローガン 『未来に繋ぐ 美しき心と地域』



336-B 地区キャビネットによる
国際平和ポスター審査結果

笠岡東ライオンズクラブで選出した「ライオンズクラブ賞」の中から坂本伶菜さん（笠岡東中学校一年生）の作品がキャビネット優秀賞に選ばれました。



岡山県更生保護頭彰式典参加
10月25日：ビューリティ真備
L. 岡崎頼巳幹事出席

冬季 YCE 受入オリエンテーション参加報告
(11月3日：岡山シティホテル)

①L. 藤井和男自身が Lions クラブからの方針により YCE として受入れた交換学生が「健康状態が良好」と記されていても来日して実状と異なっていて戸惑った経験を踏まえて、資料の正確な作成を求める提案をしました。



②受入期間中の万が一の事故疾病に備えて各クラブ毎に保険に加入する事を要請をしました。

L 藤井和男
336-B 地区 副幹事
YCE 国際関係委員会担当

「オレンジリング認知症サポーター養成講座」参加報告
(11月14日：井原市地場産業振興センター)

①研修を受けて認知症サポーター取得者にはオレンジ色のリングを授与され、腕に着けている人は認知症サポーターである事が判明するようにされた事を紹介しました。

②「認知症」と単なる物忘れの違いを説明。

単なる物忘れは誰にでも起き得ることであるが、「認知症」は状況を把握できない病状。その対応は①驚かせない②焦らせない③自尊心を傷つけない事です。



私の健康法 L. 浅野光甫

私は毎日4時か遅くても4時半には起きます。それからゆっくりと足首を上下させる運動に始まり自分で編み出した独自の体操をゆっくりと行います。このゆっくりには苦い経験がありました。かつて無理やりに両足の開脚を力ずくで行い足の血管を痛めた事がありました。自分自身の身体と相談しながら行うのが肝要です。体操が終了すると犬をお供に散歩に出ます。もちろん犬に合わせてやることも大事ですが、時に大腿に又ある時は足早にと幾通りか変えながら行きます。

それが済むと、神棚と仏壇にご挨拶します。昨日までの感謝とその日の無事を祈りながら、これもゆっくりと行います。

そして、ガソリンスタンドをオープンします。その時刻が午前6時です。

自分に合ったペースで朝のスケジュールを熟す(こなす)には2時間は必要です。夕方も散歩は欠かしません。世間で健康法の第一は「運動習慣」と云っていますが運動は私の場合は生活の一部に成っています。

これには理由があります。私の家系は低体温の筋でした。私もかつては平熱が35度から35.5度でした。なにかの書物かテレビのコメントで「低体温の人は癌になる危険性がある。」と聞きました。それから基礎体温を上げるべく運動を習慣に取り入れました。おかげさまで現在は人並みに平温が36.5度に成っています。たばこ酒はやりません。酒はやめました。かつて酒は飲んでいましたが今では一切やめました。妻に迷惑をかけたので約束しました。その内容は内緒です。



11月3日 岡山シティホテルに於ける冬季 YCE 受入オリエンテーションの様子(L. 三谷撮影)