



## 2025～2026年度 山形東ロータリークラブ会報

### 第1690回例会 2026年5月22日(金)

点鐘 / 12:30 S.A.A. / 吉田 安伸

ロータリーソング / 奉仕の理想 会場 / ホテルメトロポリタン山形

Rotary  
第2800地区



RIテーマ RI会長：フランチェスコ・アレツォ  
-UNITE FOR-GOOD-よいことのために手を取りあおう

地区目標 ガバナー：小松 栄一  
良い事をしよう 地域で 世界で 未来のために

クラブテーマ 会長：森本美知子 幹事：太田 貴志  
守 破 離

### 会長挨拶

今日は、アンチエイジングの話をしようかと思います。

糖化を防いで、若返りましょう！糖化は、短命のリスクを負うことになるそうです。糖化とは、体内のタンパク質と血液中の糖が結びつく事を言うそうです。

糖化するとシミ、シワ、血管がもろくなったり、動脈硬化、骨粗しょう症になるリスクが高くなるそうです。又、血圧や悪玉コレステロールより糖化の方が死亡の確率が高くなるそうです。

それでは、糖化を予防するには？食後の運動や、階段の上り下り、こまめに動く事だそうです。ささやかですが私は、駐車場を使う時は一番遠いところに車を止めたり、階段の上り下りのリハビリをしているところです。また、シワになるのが嫌なので毛細血管を強くする為に毎日お浸しに、胡麻をかけて食べています。どうぞ皆さんも、何時までも若々しくられますように。ご清聴ありがとうございました。これで、会長挨拶を終わります。



森本会長挨拶

### 幹事報告

1. 先週の理事会で新入会員奥山竜二の入会が承認され、皆様にお諮りしたところ皆さんの承認を得られましたので、入会が認められ、6月よりの入会となります。

2. 交換留学生のアンディさんのホームステイ先候補として、山寺の「ふもとや」さんの若女将で、以前に当クラブで卓話もしていたただいた後藤麻衣のお宅で内諾が得られました。秋からボルダーからの留学生を受けられるとのことで、それが終わってからの2月ごろからお願いできるようになりました。



太田幹事報告

### ゲスト卓話

『矯正の現在』

山形刑務所 矯正処遇部長・法務事務官 矯正長 草苺 弘氏



### ニコニコBOX

荻野 武好：冷蔵庫がこわれてしまい

太田 貴志：ニコニコ50万達成

中川 善雄：ニコニコが50万に達したので

### 出席情報

	会員総数	出席義務会員数	出席会員数	出席率
本日	26名	—	12名	—