



国際ロータリー第2800地区
鶴岡西ロータリークラブ

地区方針 **「4つのテスト」を実践し ロータリーの価値をたかめよう！**

第2554回例会 2021年2月15日(月) 会場: グランドエルサン

◆会長 佐藤一嘉 ◆幹事 辻博智

会長挨拶 佐藤 一嘉君



今世界がコロナ禍で衰時となっていると思います。我々、事業者にとっても、大変な時代を迎えています。

厚生年金適用範囲の拡大が50人以上の企業でも3年後には義務化となりますし、今言われているのは、休憩時間です。休憩とは、退社から出勤までのインターバルの時間で欧州では9～11時間とすでに実施しているようです。日本も数年後には適用なると思います。例えば、10時間のインターバルですと、22時で退社となれば、翌朝8時の出勤で10時間です。戦後日本は、復興のため国民皆が、懸命に働いて経済大国となった訳です

が、今は技術・情報に特化して、経済大国を取り戻すきっかけなのかもしれません。

人工甘味料について話します。最近、「カロリーゼロ」「糖質ゼロ」という飲料が増えています。そしてその中で注意したいのが、「アスパルテーム」という人工甘味料を使用した飲み物です。アスパルテームは遺伝子組み換え食品で、過剰摂取により・腫瘍・発作などの発生・脳に穴が開く・生殖機能障害などの問題が様々な調査によって明らかになっています。また、ブラジルの大学の研究グループによる「人工甘味料と砂糖はどちらが太りやすいか」という実験したところ、【人工甘味料の方が太る】という結果が出ました。実験では◆アスパルテーム◆砂糖の入ったヨーグルトをそれぞれ異なるマウスに与え続けました。その結果、3ヶ月後に体重を調べてみると、「アスパルテーム入りのヨーグルト」を食べ続けたマウスは、「砂糖入りのヨーグルト」を食べ続けたマウスと比較し、体重の増加が確認されました。

なぜこのような結果になったかと言うと、人工甘味料は「体内で消費されるエネルギー量の減少」「体液貯留」を引き起こす原因になる可能性があるからだそうです。さらにアスパルテームは、余計な食欲引き起こすという作用もあるとも考えられています。

また、その他の人工甘味料では、砂糖から作られた「スクラロース」においては、消化吸収を妨害したり腸管内の環境に悪影響を与えたりすることが分かっています。なお「ステビア」については、他の人工甘味料や遺伝子組み換え、砂糖に比べて安全とされています。今後、人工甘味料を使った飲食物を購入する際は少し気をつけてみてはいかがでしょうか。

盛時には驕らず衰時には悲しまず

せいじにはおごらずすいじにはかなしませず

この格言は、人生の盛時および衰時における心構えを述べたものです。

人生は旅にたとえられます。途中には海もあり、山もあり、また川もあれば、谷もあります。栄枯盛衰は世の常です。家庭生活においても、事業経営においても、すべてが順調に進んでいる良いときもあれば、不幸な出来事や困難の多い悪いときもあります。私たちは良いときには有頂天になり、自分の力を過信して独善的な言動をとったり、自己満足して向上への努力を怠ることが多いのです。また、悪いときには悲観し、責任を他に転嫁して人を責めたり、冷静な判断力を失って自暴自棄に陥ったりすることがあります。

私たちは、進学、就職、結婚、昇進、あるいは事業経営などにおいて、すべて自分の思いどおりに事が運んでいるときには、その成功が自分一人の力でできたかのように思ったり、それがいつまでも続くものと錯覚しがちです。また逆に、病気になったり、事業の経営に行き詰まったり、職場で思うような地位や仕事につけなかったり、あるいは深刻な家庭問題に直面したりすると、動揺し、悲しみ、人生の前途に希望を失ってしまうことが多いのです。

2020-2021 RI テーマ **ロータリは機会の扉を開く**

人生には盛時と衰時があることを自覚し、今日の成功や幸せは多くの人々のおかげであることを感謝し、つねに謙虚な心をもって、日々新たにさらに品性の向上に努めるのです。また、衰時においては、決して悲観し動揺することなく、これを運命改善の転機として感謝の心で受けとめ、いっそう勇気を奮い起こし、将来に希望をもって前向きな姿勢で努力していくのです。

とくに高齢化社会を迎えた今日、多くの人々は長寿に恵まれるようになっていきます。高年期は、身体的能力は衰退してきますが、精神的、道徳的にはますます円熟していく可能性のある時期です。そこで私たちは自己の存在の意味や使命を自覚し、自然との一体感を深め、次の世代の人々の幸せを実現するために、限られた人生をささげていくのです。

このように、盛時には驕り高ぶることなく、また衰時には悲しむことなく、つねに謙虚で建設的な精神をもち、人生の完成に向かって進んでいくのです。

幹事報告 辻 博智君



- ・ロータリーレートのお知らせ 2月1日より 104円
- ・ハイライト米山 Vol.251 回覧します
- ・G事務所より
 - ・新型コロナウイルス関係の社会活動についてご報告のお願い 2月末
 - ・国際奉仕委員会 アンケート調査へのご協力のお願い 2月末
 - ・第2800地区各クラブ年齢構成調査のお願い 2月19日

ゲストスピーチ

東北公益文化大学 学長
神田 直弥 様



ゲスト
東北公益文化大学
総務課 渉外担当
村上 洋 様

誕生祝い



2月 鈴木 孝純 君



ニコニコBOX

- ・鈴木 孝純 君 神田学長 お忙しい中スピーチしていただきありがとうございました。
- ・早坂 剛 君 神田学長 村上様 お越しいただきありがとうございました。
- ・五十嵐 浩 君 旅行新聞社の「プロが選ぶ 旅館・ホテル100選」で総合と料理部門、観光経済新聞「人気温泉旅館・ホテル250選」で五つ星の宿に選出されました。感謝いたします。

本日の出席	会員数	29名	出席数	21名	出席率	75.00%
前々回の出席	出席率	82.14%	修正出席者数	25名	確定出席率	89.29%