

No.22

2025.12.18

会長 薙野修二

幹事 新嶋秀夫

週報

Rotary



FUKUOKA HIGASHI

福岡東ロータリークラブ

本日のプログラム

年末会員家族懇親会

ホテル日航福岡 新館2F ラメール
18:00より

1. 本日の歌
2. 会長・幹事・各委員会報告
3. 懇親会

本日の歌

2700のマーチ

1. 奉仕の心を 高めつつ
世界へ愛の 手をのばそう
楽しく頑張ろう 我が友よ
2700 栄えあれ
2. 未来を築け 夢をもて
新しい世代を 育てよう
楽しく頑張ろう 我が友よ
2700 誇りあれ

本日の料理

九州産カンパチと帆立貝柱のシトロネ
フランス産生ハムを添えて
カラマンシーのレディクション

マッシュルームのクリームスープ
グリュイエールチーズと共に

北海道産鱈のムニエル ポレンタ添え
レモンとオリーブのソース

香ばしく焼き上げた牛フィレ肉
赤ワインとフロマージュ 2色のソースを添えて

九州産クリームチーズと洋梨のデュオ
さつま芋(紅はるか)のアイスクリームと共に

コーヒー／パン

四つのテスト 1. 真実かどうか 2. みんなに公平か 3. 好意と友情を深めるか 4. みんなのためになるかどうか

松田
修会員
撮影



国道3号線
夕暮れの家路

2025-2026年度

国際ロータリー会長

フランチェスコ・アレツツォ

「よいことのために手を取り合おう」

第2700地区ガバナー 濱野良彦

地区のテーマ

「少しの成長から始まります」

クラブのテーマ

「愛」

月信はコチラ



事務局

〒812-0011 福岡市博多区博多駅前2丁目17-23

ホテル日航福岡別館3F

TEL:092-482-1109 FAX:092-482-1105

E-mail:fhrotary@aurora.ocn.ne.jp

<http://fukuoka-east-rc.jp/>

例会日

毎週木曜日 12:30～13:30

例会場

〒812-0011

福岡市博多区博多駅前2丁目18-25

ホテル日航福岡

TEL:092-482-1111

HPはコチラ



本日も会長の時間、まずは手話から始めます。今回は「太宰府」です。
福岡を代表する歴史ある場所ですので、ぜひ一つ覚えていただければと思います。
さて、本日は誕生日のお祝いをありがとうございます。

にこにこ袋も、ありがたくさせていただきます。

ここで一つ、ぜひお願いします。誕生祝いの際には、ぜひ「にこにこ」してあげてください。
にこにこしていただくと、お祝いされる本人だけでなく、実はこの場にいる全会員が、
自然と嬉しい気持ちになります。にこにこ袋は、金額以上に、この場の空気を温かく
してくれるものです。ぜひ、にこにこを循環させていきましょう。

ちなみに私の誕生日は12月22日。小峯さんと同じ日で、さらに東郷平八郎も同じ日です。

そして実は、この12月22日。個人的な誕生日というだけでなく、世界中で大切にされて
きた日でもあります。そう、冬至です。冬至は、一年で最も昼が短く、夜が長い日。

しかし古代の人々は、「ここを境に、また日が長くなる」そう考え、この日を祝いました。農耕社会では、この日を
合図に、次の年に向けた準備を始めました。種を蒔く時期を考えたり、作物や食べ物を保存する目安にしたり。
冬至は、命をつなぐためのスタートの日でもあったわけです。

国や宗教が違って、人類は同じ日を見つめ、同じように暮らしの知恵として大切にしてきました。

さて、ここからロータリー12月のテーマ、疾病予防のお話です。

前回、発酵食品をとることが腸に良いというお話をしました。ただし、ひとつ注意点があります。

腸内に悪玉菌が多い状態の方は、いきなり発酵食品をとっても、効果が出にくいことがあるそうです。

まず大切なのは、悪玉菌を減らすこと。そのために良いとされているのが、ニンニクです。

ニンニクは抗菌作用が強く、腸内環境を整える下準備になる。

そのうえで、味噌・納豆・ぬか漬けなどの発酵食品をとることで、腸が整い、免疫力向上につながります。

まとめです。

冬至は、一番暗いけれど、ここから必ず明るくなる日。そして、次の命の準備を始める日でもあります。

疾病予防も同じで、今日の小さな意識が、これからの健康をつくっていきます。

まずは、食を少し意識することから。

皆さまが元気で、笑顔でロータリー活動を続けられるよう、本日もどうぞよろしくお願いいたします。



～例会で「出会い」「学び」「楽しみ」ましょう～

出席報告 12月11日 出席委員会

会員:55名(うち免除会員2名) ビジター:太宰府2名

合計:57名 (在籍会員:77名 うち免除会員3名)

当日出席率:71%

修正出席率

11月20日 75%



12/11 9件 52,000円 累計 588,760円

田中博光 SAA

(12/4分掲載もれ)橋本道成さん:先週の情報集会に、松本守立さん、久家さん、正岡さんはじめ
15名もの方にご参加頂き、ありがとうございました。

安恒忠男さん:本日は名誉会員に推挙いただき感謝申し上げます。元気な限り東クラブの発展に、
微力ながら尽くしたいと存じます。皆様宜しくお願い致します。

田中博光さん:私は安恒会員のご紹介で福岡東ロータリークラブに入会させていただきました。
いつもダンディーな安恒会員から教えていただいた、ロータリアンとしての立ち居振る舞い、精神を
胸に刻み、これからも精進して参ります。また友愛サロンに勉強に伺わせていただきますので、
今後ともご指導の程よろしくお願い申し上げます。

SAA一同:安恒さん、ありがとうございました。安恒さんがいらっしゃる例会など考えられませんが、今までの
ご指導を胸に規律と愛にあふれるSAAとして頑張っております。

薙野修二さん:誕生祝いありがとうございます。お礼に”にこにこ”します。誕生祝いのお礼に”にこにこ”すると、
クラブメンバーが喜びます。皆様、よろしくお願い申し上げます。

大神朋子さん・青池美和さん:12月10日、中村学園女子高校でインターアクト部クリスマスパーティを開催しました。
アクト生みなさんの笑顔を見ることが出来、とても嬉しかったです。引き続き応援して下さい。

中川 崇さん・廣田育美さん・青池美和さん(ゴルフ部景品班):12月3日、福岡東RCの親睦ゴルフコンペを開催致し
ました。松本レジェンド会員をはじめ、久家さん、大和先生も参加していただき総勢15名で楽しく廻ることが出来ました。
次回は3月か4月を予定しております。また、皆様のご参加をお待ちしております。

野上清隆さん:初春の十日恵比須詣りの冊子をお配りしております。宜しくお願い致します。西川さん、毎年協賛頂き
ましてありがとうございます。

大神組一同:先日、大神会長年度入会者を中心とした”大神組忘年会”を催しました。会費の余剰金が出ましたので
ニコニコ致します。



■脳トレじゃんけん■ 健康増進委員会

■今日の歌■ 「四つのテスト」

ソングリーダー: 藤木慎一親睦活動・ロータリーソング委員
伴奏: 西平涼子さん

■幹事報告■ 新嶋秀夫幹事

- ・本日この後、年次総会を行います
- ・12月25日・1月1日は休会です
- ・会員名簿を配布しています

■委員会報告他■

- ◆太宰府ロータリークラブ 神代憲暁様・寺崎盛行様
- ・IM参加のお願い

2月14日(土)14:00より太宰府天満宮にて

■年次総会■ 以下敬称略

◎2027～2028年度

会長 浦江卓司
幹事 村上晃二
会計 宮本由希
SAA 新嶋秀夫

◎2026～2028年度

理事 松田 修
宮原誠一郎
玉井省吾

■卓話の時間■

「広報・公共イメージの向上に向けて」

地区広報・公共イメージ委員会 矢野亮介委員長



自己紹介

Rotary

福岡県大野城市生まれ
両親は小倉出身(小倉西高校)、現在大塚在住
二人兄弟で、3つ上の兄がいます(名古屋)

泰星高中学・高校(現上智福岡高校)卒業
河合塾福岡校
九州大学法学部卒業(アメリカンフットボール部)

■送別会■

安恒忠男会員

49年間
お疲れさまでした
ありがとうございました
ございました



1. 公共イメージの重要性

ロータリーの良いイメージは、信頼と参加意欲を高め、新会員の関心を引き、会員の誇りを育みます。
アンケートでは、ロータリーに最も求められているのは「地域支援」であるという結果が出ています。

2. 広報活動の二つの柱

イメージ向上のために、以下の二つの広報を推進します。

- ・内向きの広報＝継続：会員向けの情報提供や学び、他クラブの事例共有(広報イメージ塾の継続)
- ・外向きの広報＝進化：地域や一般の方向けの情報発信
(対外イベント・SNS活用)

3. 委員会の目標

現状、各クラブの広報に差が出ているため、地区委員会は「各クラブの取り組みをクラブと共に広報していくこと」を役割とします。

最終的な目的は、SNSを活用して認知度とロータリアンの誇りを高め、クラブの活性化と会員増強に繋げることです。

フォロー、いいね、お願いします



@R12700KOUHOUKOUKYOU

END
POLIO
NOW

～インタラクティブ委員会報告～

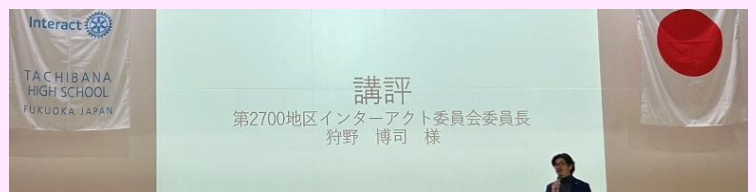
インタラクティブ委員会 青池美和委員長

◇インタラクティブクラブ クリスマスパーティ

12月10日(水) 中村学園女子高等学校にて
(参加: 青池・大神)

◇インタラクティブクラブ10校合同例会

12月13日(土) 立花高等学校にて
(参加: 青池)



●持ち回り理事会議事録●

2025年12月11日(木) ホテル日航福岡

1. インターアクトクラブ交通費支出について

<承認>

●今後の行事● 12月は「疾病予防と治療月間」です

12月25日(木)・1月1日(木) 休会

12月25日・1月1日(木) 休会

1月 8日(木)予定

新春例会

1月17日(土) ローター財団地区補助金セミナー

13:00～17:00 福岡ファッションビル

1月19日(月) 国際奉仕委員会グループ別会議(第4グループ)

18:30 八仙閣本店

1月29日(木) 休会

2月14日(土) 第4グループIM(例会) 13:30～17:10

太宰府天満宮 余香殿



2025～2026年度 国際ロータリー第2700地区 第4グループIM

テーマ:「奉仕のバトン～受け継ぎ、育み、未来へ歩む」

日 時: 2026年 2月14日(土) 13:30～17:10(受付開始 13:00)

会 場: 太宰府天満宮 余香殿

※本会議後、懇親パーティーが17:30～18:30 太宰府館にて開催されます

例会日になりますので

ご出席をお願いします!

●幹事と事務局からのお知らせ●

=プログラム委員会より=

2025～2026年度<薙野年度>「心のごちそう(卓話)」はこちらからチェック!
今年度の卓話予定表です。お楽しみに!



[例会変更]

福岡城東	12月20日(土)	家族懇親会
福岡平成	12月22日(月)	家族クリスマス例会(夜間例会)
福岡城西	12月23日(火)	夜間例会:忘年家族懇親会
博多	1月 6日(火)	年頭祈願例会(持出し例会)
太宰府	1月 6日(火)	初詣例会 太宰府天満宮
博多イブニング	1月 6日(火)	新春例会
宗像	1月 7日(水)	新年例会 宗像大社勅使館
糸島	1月 9日(金)	→ 1月10日(土) 夜間例会(新年会)

[例会休会(メーキャップ不可)]

12月19日(土) 糸島
12月23日(火) 博多・太宰府・博多イブニング
12月24日(水) 福岡・福岡城南・宗像
12月25日(木) 福岡南
12月26日(金) 福岡東南・福岡北
1月 5日(月) 福岡中央・福岡平成
1月10日(土) 福岡城東
1月13日(火) 福岡城西・太宰府

※12月27日～1月4日は
福岡市近郊RCはすべて休会です

福岡東令和あけぼのロータリー衛星クラブ 例会のご案内

日 時: 2025年12月24日(水) 18:45～19:30 (食事なし)
2026年 1月14日(水) 18:45～19:30 (食事なし)

場 所: エス・ケイコーポレーション(株) 会議室
福岡市博多区博多駅前2-10-19 福岡ファッションビル3F

あとがき: 今年の例会も残り1回となりました。今年からロータリークラブに入会させて頂き、多くの出会いと学びに感謝しています。インフルエンザが流行していますので、皆様もお身体をご自愛下さい。 本村 大

クラブ会報委員会 委員長:花田公一 副委員長:先崎 滋 委員:松田 修 林田太郎 本村 大 池田和心