

例会日:木曜日 12:30~13:30 例会場:尼崎市昭和通2丁目7番1号 都ホテル 尼崎
 毎月最終例会 18:30~19:30 事務局:尼崎市昭和通2丁目6番68号 尼崎市中小企業センター5階
 TEL 06(6401)7573 FAX 06(6401)7590
 URL http://amagasaki-southrc.com/ E-mail amasrc@amagasaki-southrc.com
 会長 久木元 悦子 / 幹事 宮崎 健一 / 広報委員長 平川 昌哉



VOL.36 No.7 2023-2024

Today's Program	Next Program
8 月 24 日 (第1650回例会) 「生きる力」 波多 会員	8 月 31 日 「尼崎で卓球を広めよう」 井本 会員

前回(8月10日)の報告

1. ソング

「四季の歌」

2. ビジター紹介

猿丸禎男氏 (尼崎北 RC 創立 60 周年実行委員長)
 岸本敏裕氏 (尼崎北 RC 創立 60 周年副実行委員長)

3. 会長の時間

毛細血管と末梢血管の違い

大きな動脈は 25~30mm の直径で、だんだん細くなっていき、直径 3~4mm の小さい動脈、さらに細い細動脈、さらに細かい毛細血管と分かれていきます。毛細血管となると約 7 ミクロン (1000 分の 7 ミリ) です。この時の細動脈から先の細い血管を末梢血管と呼びます。

なお、細動脈には筋肉があり、ストレスなどを受けると収縮して血流が悪くなります。毛細血管には筋肉がありません。毛細血管は大変細いので肉眼で見える事はできません。

「末梢血管」とは、手や足など末梢にまで血液を届ける動脈の末端部分のこと。この末梢血管が、血圧を左右する重要なカギとなります。実は末梢血管は、人が自らコントロール可能な血管だそうです。ゲルマニウム温浴は末梢血管をあたためます。手足の先に末梢血管が集中しているので、効率よく血液を温めます。

血液を温めると血液中の中性脂肪が解けて血液はサラサラになります。血液が温めると血管もぬくもり、しなやかになって、破れにくくなると思っています。温まった血液は全身を駆け巡ります。そして体幹が温まります。22 年続けた結果、私の平熱は 35.7 度から 36.6 度になりました。



4. 幹事報告

○他クラブ例会、休会のお知らせ

- ・尼崎西ロータリークラブ
2023年8月15日(火) → 休会
- ・尼崎中ロータリークラブ
2023年8月16日(水) → 休会
2023年8月30日(水) → ファイヤーサイドティング(移動例会)
2023年9月27日(水) → ファイヤーサイドティング(移動例会)



○当クラブ、次週 8 月 17 日 (木) は休会ですのでお間違えのないようにお願いします。



5. 委員会報告

青少年委員会 川岸委員長

この間お知らせしました尼崎市立難波小学校での星空観察会は、この日曜日に無事に終わりました。尼崎南 RC から星座版を提供しまして、皆さん喜んでおられました。

6. 同好会報告

なし

7. 出席報告

会 員 数	32名 出席対象者数 29名 出席者数 24名 欠席者数 5名
	出席率 82.76% 前々会補正 85.19%
本日の欠席	東本、平井、堀田、波多、本田、黒田(俊)、西原、越智、各会員
メーキャップ	平井、波多、西原、越智、各会員

8. 8月のロータリーレート 1ドル=141円

9. スピーチ

「 経済人として今までで最高にうれしい出来事 」

福田 会員



\$ ニコニコ BOX \$

- *本日はお世話になります。……………猿丸禎男氏 (尼崎北 RC 創立 60 周年実行委員長)
岸本敏裕氏 (尼崎北 RC 創立 60 周年副実行委員長)
- *尼崎北ロータリークラブ、猿丸様、岸本様ようこそお越し下さいました。
本日はよろしくお願ひ致します。……………久木元会員
- *大寄さん、入会おめでとうございませう。ロータリーライフを楽しんで下さい……………武田会員
- *猿丸さま、岸本さまようこそお越し下さいました。
60周年頑張ってください。楽しみにしています。……………福田会員
- *尼崎北ロータリー、猿丸様、岸本様ようこそお越し下さいました。
大寄さん、入会おめでとうございませう。……………内藤会員
- *尼崎北 RC 猿丸様、岸本様ようこそ、ごゆっくりお越し下さい。……………山本会員
- *大寄さん、御入会おめでとうございませう。これからもよろしくお願ひします。
猿丸さまようこそお越し下さいました。よろしくお願ひ致します……………黒田(佳)会員
- *尼崎北ロータリークラブ猿丸様、岸本様ようこそお越し下さいました。
宜しくお願ひ致します。……………與那嶺会員

\$ フレンドシップ BOX \$

- *毎日暑い日が続きます。ご自愛下さい。……………久木元会員
- *猿丸様、岸本様ようこそお越し下さいました。
大寄さん、入会おめでとうございませう。……………宮崎会員
- *大寄様、御入会おめでとうございませう。よろしくお願ひ致します。……………山本会員
- *先週「土曜日」淀川花火、屋上バーベキュー御参加の皆様ありがとうございました。
私、なんねんぶりのダウンです。皆様に御心配おかけしました。スママセン!!……………池邊会員
- *本日所用にて早めに早退させていただきます。福田会員卓話聞けずごめんなさい……………黒田(佳)会員
- *コロナ流行ってます。外はまだ暑いです。
酒を控えて体調万全にすごしましよ。……………徐会員
- *大寄さん、入会おめでとうございませう。……………小島会員
- *内藤さん先日はお世話になりました。感動しました。……………小島会員
- *所用の為早退します。福田さん申し訳ありません。……………小島会員
- *大寄さん入会おめでとうございませう。末永く仲良くしてくださいネ……………與那嶺会員
- *幹事お疲れ様会にご参加の皆様有難うございませう。
お陰様で「西村屋」さんデビュー出来ました。……………川口会員
- *大寄さん、御入会おめでとうございませう。……………花田会員

