

前週例会（5月19日）レポート

来訪ロータリアン

高松南RC 岡 隆夫 君

1名

ニコニコBOX 創立第2274回例会 27件 計 68,000円 累計 1,401,000円

- 清水さんにお世話になりました。 土屋君
- 長谷川さんにお世話になりました。 松下君
- 合田さんにお世話になりました。 石橋君
- 松村さんにお世話になりました。 三井君
- めっちゃ久しぶりです。 松村君
- 新入会員です。宜しくお願ひ致します。 宮内君
- 入会しました。よろしくお願ひ致します。 井上君
- 井上さんにご入会いただきました。 西山君
- 井上さん、宮内さん、ご入会ありがとうございます。 清水君
- 宮内さん、井上さん、ご入会おめでとうござい ます。 長谷川君、半井君
- 宮内さん、井上さんのご入会を祝します。 東 君
- 宮内さんご入会おめでとうございます。 藤井君
- 卓話をさせていただきました。 篠原君
- ワイナリーには大勢のご参加ありがとうございます。 清水君
- 職業奉仕委員会さんありがとうございます。 清水君
- 職場例会では皆様にお世話になりました。 長谷川君
- 志度ワイナリーたくさん参加して頂きありがとう ございます。 長瀬君、上野君
- 中村さんホストファミリーお引受けありがとう ございました。 藤久君
- 誕生祝い。 井上君、川畑君、吉田君
- 早退お詫び。 赤田君、土屋君、植松君、榎塚君

会長報告

○先日は「さぬきワイナリー」での職場例会に大変大勢のご参加をいただき、ありがとうございます。この場をお借りしてお礼申し上げます。

幹事報告

○例会臨時変更のお知らせ

月 日	曜	クラブ名	例会場	→	月 日	曜	場 所	時間
5/26	火	観音寺東RC	観音寺グランドホテル	→	5/26	火	時間変更	18:30
6/23	火	観音寺東RC	観音寺グランドホテル	→	6/23	火	時間変更	18:30
6/30	火	観音寺東RC	観音寺グランドホテル	→	6/30	火	定款第6条により休会	

新入会員入会式

○宮内吉和君

「ロータリーには卒業はない」と教えていただきましたので、覚悟をもって参加させていただきます。皆様よろしくお願ひいたします。

○井上秀人君

父から仕事を引き継ぎ1年あまり経ちましたが、次々新しいことに取り組みたいと思っております。推薦者の西山さんから「若い会員がたくさんいるから」、とお誘いを受けましたが圧倒的に私が年少で驚いております。早く馴染めるように頑張りますので、皆様どうぞよろしくお願ひいたします。



宮内君

卓話

○「腸の話—人間は汚い腸内細菌（フローラ）と共生するしか生きられない—」

職業分類委員会 委員長 篠原 徹君

腸の働きは、食べ物を消化し吸収するという単純なものに思われがちですが、最近の研究で腸にはたいへん複雑な機能があることがわかってきました。

清濁併せのむという言葉がありますが、南限の長はまさにこの状態であり、そのことによって健康が維持されているのです。

人間の腸内ではフローラという多数の細菌が叢の様に絡み合って生存しており、数百種類、100~500兆以上の細菌が3つの系統のグループに分かれてバランスを取っています。

自然界には数10系統の細菌のグループがありますが、人間にとって有用な3系統だけが共存するようになったと考えられています。

腸内細菌は人間の食べた食物、特に食物繊維を餌として生存し人間は腸内細菌の助けを借りて食物を消化吸収しています。

そして、その代謝産物がほかの臓器に影響を及ぼしたり、腸内の多くの神経が脳と多くの情報を交換し命令合っています。

フローラのバランスが重要で、その乱れが多くの病気に関係します。

最近の研究で、免疫細胞や膵臓の活性化、肥満、動脈硬化、脳の働きに大いに影響することが判明しました。

皆さんも食物繊維をしっかり取り、健康的な生活を送ってください。

その他

○誕生日お祝い…吉田君、川畑君、井上君