



CREATE HOPE
in the WORLD

世界に希望を生み出そう

2023～24年度テーマ



中村ロータリークラブ

例会記録 (2023～2024)

会 長/稲 田 玲 子

幹 事/弘 内 英 一 郎

会報委員長/河 邊 浩 之

創 立/昭和38年10月2日

例会日/水曜日 12:30～13:30

例会場/新ロイヤルホテル四万十

事務所/四万十市中村小姓町46番地 中村商工会館2F

TEL 0880-35-4551 FAX 0880-35-4553

●ホームページ <http://www.nakamura-rc.com/>

週報 No.2754

第2885回 令和5年7月11日(晴れ)

本日のプログラム: ゲスト例会(短期交換受入学生) ホスト/青木史仁会員

7月19日(水): 委員会活動計画

7月26日(水): 委員会活動計画

【会長挨拶】稲田玲子会長

- 皆様こんにちは。本日のゲストを紹介します。RI7475地区ニュージャージー州からの短期交換学生のプラビス・エミリー様とピコ・メイリー様、そしてホストファミリーの青木会員のお姉様の青木智砂様です。本日はよろしくお願いします。
- 先日の高知新聞に宿毛市の全市民に対しての認知症予防対策の記事がでていました。認知症リスクの軽減につなげるため、専門医の助言や、科学的根拠に基づいた脳を活性化させる体操などの動画をオンラインで提供するプログラム「健脳カフェ」を導入したそうです。
- 認知症予防の10カ条
1) 塩分控えめの食事 2) 適度の運動 3) 深酒とタバコは止める 4) 生活習慣病の予防 5) 転倒に気をつける 6) 興味と好奇心を持つ 7) 考えをまとめる習慣 8) こまやかな付き合い 9) 若々しくお洒落を忘れない 10) 明るい気分で生活
以上、皆様もお気をつけください。

【幹事報告】弘内英一郎幹事

- ガバナー事務所より
3RC合同の米山奨学生卓話例会は宿毛RC主管
- 田邊創立60周年記念実行委員長田邊より組織表の配布および記念ベスト作成の報告
(本年度の誕生記念品とします)
- 先週の定例理事会承認事項
1) 松田会員退会に伴う口座名を大塚会員に変更
2) ウクライナ支援活動のクラウドファンディングへ国際奉仕委員会より1万円を支援

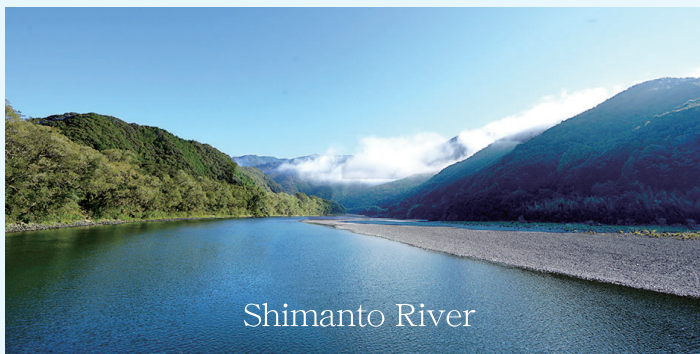
【委員会報告・会員発言】

■田中ゴルフ愛好会副会長

会長・幹事の退任および就任ゴルフコンペのご案内 7/30(日) 9:08スタート
ユートピアCCで行いますので多数ご参加ください。



悠久の流れを未来に継ぎよう



Shimanto River

【本日のプログラム】 ゲスト例会（短期交換受入学生）ホスト / 青木史仁会員



■ プラビス・エミリー様

1) 短期交換のプログラムに参加した動機

物心ついた頃から日本の文化に興味があり、いつか行きたいと思っていました。このような美しい国と伝統、工芸、建築など豊かな文化について学ぶ事は素晴らしい経験になると思います。

2) 日本で特に見たいもの、経験したい事は

大阪城と姫路城に行きたいです。昨年、私は日本のお城の歴史について学び、その建築デザインに魅了されました。

3) 住んでいる地域について

私はニュージャージー州のモリス・プレーンズに住んでいます。人口約5,000人の小さな町ですが必要なものはすべてあります。暑い夏にはアイスクリームショップまで歩いたり、寒い冬の日には、温かいものを求めてドーナツショップやディナーに行きながら友達と話したり、たくさんの思い出があります。すべてが非常に近くにあり、みんなが顔見知りです。

4) 家族について

私は4人家族の長女です。弟は12歳でバスケットボールが大好きで、毎日一生懸命練習しています。私が彼の宿題を手伝っても礼を言いません。母は面白くて優しい人で、2人の子供をととても大切に思っていて、私の話を聞いてくれます。私達はとても仲が良いです。

5) 学校で好きな科目は何ですか？

私はソファで良い本を読むことが大好きです。書くことも好きで、架空の世界、魔法、モンスターについて書くことができます。



■ ピコ・メイリー様

1) 短期交換のプログラムに参加した動機

私はガン治療を専門とする外科医を目指しているため、放射線治療が進んでいる日本に興味がありました。さらに、文化、食べ物、日本のライフスタイルにも興味がありました。

2) 日本で特に見たいもの、経験したい事は

日本人がどのようにコミュニケーションをとっているのかを観察したいです。花火大会を体験したいです。

3) 住んでいる地域について

私はニュージャージー州ドーバーに住んでいます。ドーバーには様々な民族や国籍の人々で溢れており、とてもユニークです。私はこの町の一員である事を誇りに思っています。

4) 家族について

私はエクアドル人です。8年前に米国に移住しました。父は私が9歳の時他界しました。現在、母が私達の法定後見人です。

5) 学校で好きな科目は何ですか？

解剖学と生物学、代数です。

6) あなたの長所と短所は何ですか？

長所は自信、適応力、コミュニケーション能力。短所はせっかち。私は合理的ですが、待たされるのが好きではありません。

7) あなたの趣味は？

料理、歌、読書です。



【ニコニコ箱】

大塚会員：週報台紙が新しくなりました。1年間よろしくお願いします。

【出席報告】 ・会員総数55名（免除会員6名）

・本日の出席/31名 65.91% ・先週の訂正 MU3 70.45%→77.27%