

Rotary



2021-2022 年度 国際ロータリー第 2670 地区
高松グリーンロータリークラブ

発行日
2022 年 4 月 21 日

2021-2022 年度
国際ロータリーのテーマ

NO.
1331



奉仕しよう みんなの人生を豊かにするために

WEEKLY REPORT

- 例会場:ホテルマリンパレスさぬき
- 例会日:毎週木曜日 PM6:30 より
- 事務所:高松ホテル旅館料理協同組合
高松市西の丸町 10-15 TEL851-2661
- URL:http://tgrc.jp
- 会長:佐藤 義則 幹事:難波 ひとみ

- 今週プログラム ● 4 月 21 日 (1331 回)
客話 香川大学 玉川晋二郎先生
- 次週プログラム ● 4 月 28 日
休会
- 先週プログラム ● 4 月 14 日 (1330 回)
『夢を育むグリーン花壇造り』

第 1331 回 例会報告 4 月 21 日 奉仕活動の推進とクラブ組織の強化

プログラム委員会より

◀ 5 月度例会 スケジュール ▶

- * 5/05 休会
- * 5/12 1332 回 委員会事業 青年奉仕活動委員会 友翠会
- * 5/19 1333 回 委員会事業 30 周年準備委員会 理事会
- * 5/26 1334 回 卓話 高嶋浩司会員

4/14 出席報告

- 会員数 : 38 名 ●出席基準数 : 35 名
 - 出席者数 : 28 名 ●欠席者数 : 6 名
 - 出席率 : 80.00% ●ビジター : 0 名
- 03 月 31 日 最終出席率 81.82% → 82.86%
最終欠席者名 : 早川・石井・清水・山田

幹事報告

・ハイライトよねやまを回覧しました。

メイクアップ

・なし

ニコニコ

- ・誕生日ありがとうございます。/早川
- ・誕生日ありがとうございます。造田
- ・誕生日ありがとうございます。/岩村

会長挨拶

例会には多くの出席を頂きありがとうございます。

本日で短縮例会も終わりとなります。

大変ご不便をお掛けしましたが、皆様のご協力により何とか乗り切る事ができました。

厚く感謝申し上げます。

香川県の新型コロナウイルス対策の「感染拡大防止対策期」は 4 月 24 日までとなっていますが、

今後は未だ予測できません。

皆さんも、引き続き必要な感染防止策の徹底をお願いします。



30周年準備委員会 事業説明

□ 休会

○4月26日(火) 高松東 RC
○5月2日(月) 高松北
○5月3日(火) 高松東 RC

○4月29日(金) 小豆島 RC
○5月3日(火) 丸亀東 RC
○5月4日(水) 善通寺 RC

○5月3日(火) 坂出 RC
○5月6日(金) 小豆島 RC

□ 例会臨時変更

○高松南 RC は、4月27日(水) 12:30 創立65周年記念例会 場所：栗林公園 商工奨励館
○坂出東 RC は、4月27日(水) は、通常例会。
○善通寺 RC は、4月27日(水)、職場訪問例会 善通寺市新庁舎 12:30~例会場にて
例会セレモニー。終了後、移動し善通寺新市庁舎見学
(定例会場での例会スケジュール)

食事(弁当) 12:00~12:20

例会 12:30~13:15

※会員および連絡済みのビジターのみお弁当を12時より開会10分前まで食事(弁当)タイムとし、原則、お持ち帰りして頂きます。

○坂出 RC は、※4月26日(火)→4月28日(木) 高松カントリー倶楽部 12:00~
○高松北 RC は、2022年5月9日(月) 18:30~(通常例会場 JRホテルクレメント高松)
○丸亀東 RC は、5月10日(火)→5月3日(火) 丸亀お城まつりに参加

◀ 一言コラム ▶

先週、1日に必要な水分量を書きましたが、そんなに多く水が必要か調べてみました。
水分補給は「水を飲む」と考えますが、食事からも1L近い水分を摂ることができ、
体内で作られる水も約0.3Lあるため、水での補給はこれらを除いた量になります。
ただ、身体が一度に吸収できる水分量は200~250mlのコップ1杯程度で、
未吸収分は尿として排出されてしまうため、1日の補給量を小分けして飲む必要があるようです。
水分補給のタイミングは、寝起き、運動時、入浴前後、寝る前が推奨されていて、
主に汗をかく前と後で水分の補給が必要のようです。