

週報

【2021/12 第4例会】

例会日：毎週金曜日
 例会場：碧海信用金庫本店3F
 安城市御幸本町15-1
 TEL：0566-75-8866
 FAX：0566-74-5678
 Email：anjo-rc19580206@katch.ne.jp
 HP：http://www.anjo-rc.org

第3087回例会

2021年12月24日(金) 12:30～13:30
 司会者：野田 敏男君 ソング：「それでこそロータリー」
 ニコボックス委員会：永井 文人君
 ゲスト及びビジター：
 加藤 弘様 功労会員

2021-22年度：RIテーマ
 「SERVE TO CHANGE LIVES 奉仕しよう みんなの人生を豊かにするために」
 安城ロータリークラブ会長方針：
 「アットホーム ロータリー！～奉仕を通してロータリーを楽しもう～」

- 会長：石川 義典
- 幹事：辻 隆士
- クラブ会報：山口雄史・兵藤幸男・竹内通裕
- 創立日：S33年1月10日
- RI加盟認証日：S33年2月6日



奉仕しよう みんなの人生を豊かにするために

■ 会長挨拶

石川 義典会長



【本日のセレモニー】

* 米山記念奨学会より米山功労者へ感謝状が届いております

■ 出席報告

永井 慎悟君

会員	55名
出席義務者	45名
出席	31名
欠席	12名
出席免除者の出席	
出席率	78.10%

■ 幹事報告

辻 隆士幹事

- 12/29～1/5まで、事務局お休みです。御用の方は辻幹事まで連絡をお願いします。
- 1/7(金)夜間例会は、鯛常分店にて行います。17:30～理事会 18:30～夜間例会です。
- 例会のZOOM配信ですが、12月で一旦終了させていただきます。今後緊急事態宣言などの措置が取られるようなことが置きましたら、再度ZOOM配信を検討していきたいと思っております。
- 4/27(水)名古屋和合RC名古屋東山RC記念事業のコンサートのご案内を配布いたしました。
- ゴルフ部会より 12/21開催の、第3回安城RCゴルフコンペの優勝は、戸谷 央君でした。

◆ 卓話 テーマ「浅く、広く遊ぶ」

担当：岩井 春次君

『シニアライフスタイル(愛犬)』

家族の毎日を支えてくれているのは変わらぬ笑顔の愛犬の存在。
 犬は7歳からシニア、12歳を超えれば長生きといわれています。犬の健康寿命を延ばすためには筋肉を丈夫に保ち、カラダをしっかりと動かして、自分の口で食べて、楽しく遊んで暮らしていけるようにし、その時が来るまで共に生きること。

(食事)

ドッグフード以外与えてはいけない支流の時代から毎日無理せず適量に今日もおいしく、ごはんを食べてくれる喜び。

- 例1. 生の牛肉と丁寧にすり下ろしたサツマイモ。
- 例2. ハーブを取り入れた栄養補給食事、カラダの機能低下を防ぐためアミノ酸が多く含まれる
- 例3. 歯磨き、歯周病予防のため練習。
- 例4. 食器台、20cmほど高く

(住)

足腰が弱り、目が見えにくく、耳が聞こえにくく、嗅覚が鈍る為に不安などストレスを取り除く。

- 例1. すべらない様にフローリングからカーペットへ、腰痛やヘルニア予防
- 例2. 段差のあるソファなどすべらないスロープを設置、飛び跳ねてぎっくり腰予防。

(遊ぶ)

健康寿命は筋力維持、散歩で足の筋肉がポンプの役割を果たして、足腰の血液を心臓へと送り出し、見た目にも若さを保つ。犬は飼い主の事をよく見る動物なので、飼い主もストレスなく一緒に楽しい散歩をたくさんする。

- 例1. 階段や坂道、砂浜、森林など不整地を7歳までに多くの運動をする。
- 例2. お座り、お手、たまには全力で走らせる。
- 例3. 腰、頭が低くなり歩くのを嫌がる時は、休憩しゆっくりと歩く。歩かなくなったら抱っこして、飼い主の筋力アップ。
- 例4. 楽しく遊び続けるには、人間と同様に健康診断をする。飼い主が動かない限り自ら異常を訴えることができない。人間よりも加齢スピードが速い。
- 例5. 常に体中どこでも触れる治療しやすいコにする。

(性格)

温厚になりケンカもしなくなるが、頑固、わがまま、甘えてくる。思うようにならないと吠えるようになる。(飲み屋にいるおじさん)

『共に生きて、共に学び豊かなシニアライフ』