



2023-2024年度
RI会長
ゴードン R. マッキナリー
RIテーマ
CREATE HOPE in the WORLD

国際ロータリー第 2830 地区

〒031-0081 青森県八戸市柏崎一丁目6-6 八戸プラザホテル内
TEL.0178(44)3121 FAX.0178(44)3128

八戸北ロータリークラブ 会報

ガバナー ● 築館 智大 会長 ● 小林 弘文 幹事 ● 平野 薫 SAA ● 久保 隆明

<https://8kitarc.com/>

例会日：毎週火曜日 12:30 開会



3月 水と衛生月間

vol.28

第 2560 回例会 2024.3.5

12:30 ~ 八戸プラザホテル
司会：吉田美登紀副SAA

RIテーマ
点鐘

- ・国歌斉唱
- ・ロータリーソング
- ・四つのテスト

誕生日祝い



山内一晃会員



大沼 衛会員



神山智子会員

記念日



小野晶子会員



千葉哲也会員



大沼 衛会員

(食事)

会長要件

小林弘文会長



先週、八戸東RCさんとの合同夜間例会に参加された方、大変お疲れ様でした。大雪の日の夜ということもあって、足下のすごく悪い中、交通機関、タクシー、運転代行が予約がきかないという、皆どうやって帰るのかなと思いつつながら見てました。多数の参加ありがとうございました。下北ほや子さんのステージ、大変おいしいお料理で、親睦委員の皆さん、プラザホテルさんには感謝申し上げます。

ロータリーの友3月号、地区内の記事として、26頁「視点 ガバナーのロータリー・モメント」に築館ガバナーの「ロータくん」の紹介記事が載ってお

ります。37頁「ロータリーアットワーク」に八戸東RCの「持続可能な社会を構築するには…」という記事が載っております。右開きからは、東日本大震災から13年ということでも震災関連の記事が載っております。じっくり読んでいただければと思います。

先週の大雪、40cm以上積もったのが4年振りという積雪だったそうです。道路状況もかなり悪くて皆さんもご苦労されたことと思います。そこで雪かきの消費カロリーについてお話ししたいと思います。

厚生労働省、健康づくりのための身体活動基準というものがあります。スコップで雪を寄せる・集める作業は、ゆったりした水泳、軽いジャズダンスと同じぐらいのカロリー消費だそうです。集めた雪を放り投げたり高く積む作業は、ジョギング、テニス、スキーと同じぐらいだそうです。きつめの作業を1時間やると、体重70kgぐらいの方で300キロカロリーの消費になるそうです。300kcalはポテトチップス1袋分だそうです。ちなみにゴルフだと18ホール全て歩きで回った場合800kcal、カートに乗車して回った場合500kcalだそうです。雪かきを頑張るかゴルフをするかは皆さんにお任せします。例年、「彼岸じゃらく」がありますので、今年もあと1回雪が降るかもしれません。

幹事報告

平野薫幹事



◎東第1・2グループ合同IMのご案内
4月13日(土) プラザホテルむつ
登録料(懇親会込み) 10,000円

◎八戸RCよりプレゼンテーションのご案内
3月6日(水) 例会 八戸グランドホテル・Zoom
日本赤十字社国際救援課イスラエル・ガザ人道危機及びウクライナ人道危機関連

◎八戸RCより地区大会協賛のお礼状と収支報告

◎3月の例会変更

八戸RC 3月13日(水)
移動例会につき場所変更(グランドサンピア八戸)
メーキャップは八戸グランドホテルで

知床会



今年のスケジュールが決まりました。

- 4月21日(日) 八戸カントリークラブ
- 6月8日(土) 軽米カントリークラブ
- 7月26日(金)・27日(土) 遠征(場所未定)
- 9月4日(水) 十和田国際カントリークラブ
- 10月19日(土) 八戸カントリークラブ

吉田悦子会員

親睦委員会



ニコニコBOX

源新育子会員：遅刻申し訳ありません。

「世界に希望を生みだそう」

- 千葉清彦会員：春ですね。
- 大沼 衛会員：誕生日祝、結婚記念祝ありがとうございます。
- 神山智子会員：誕生日祝ありがとうございます。
- 小向龍悦会員：早退失礼いたします。
- 山内一晃会員：誕生日祝ありがとうございます。
- 小野晶子会員：お祝いありがとうございます！
- 千葉哲也会員：結婚祝ありがとうございます。

米山記念奨学金

- 澤口忠彦会員：
- 山内一晃会員：
- ポリオ・プラス
- 佐々木則夫会員：

吉田美登紀会員

出席報告

- 本日の出席率 68.4%
- 前々回(2/20)の修正出席率 59.4%

クラブ細則最終確認

小林弘文会長

本日は細則の最終確認をしていただいて次年度の活動計画書に載せたいと思います。前回提案したところ特に意見等出なかったもので、今日この場で確認していただきたいと思います。定足数に関してですが、「投票時に出席しなければならない会員の最低人数としては、クラブの決定の場合は、本クラブ会員総数の1/3」。名誉会員抜いて39名ですので、今日は1/3以上出席していますので、確認して次年度変更とさせていただきたいと思います。

第1条から第5条変わらず、第5条と第6条の間に、「第6条 出席とメイクアップ」を入れました。

第6条 出席とメイクアップ

第1節 各会員は本クラブの例会、あるいは衛星クラブの例会に出席し、本クラブの奉仕プロジェクト、行事、およびその他の活動に参加するべきである。会員が、ある例会に出席したものとみなされるには、



- (a) その例会時間の少なくとも60パーセントに直接、電話で、またはオンラインで出席する
- (b) 会合出席中に不意にその場を去らなければならない、その後退席が妥当であると示す十分な理由をクラブ理事会へ提示する
- (c) または、次のような方法で当該年度内(7月~翌6月まで)に欠席をメイクアップする：
 - (1)、(2)、(3)、(4)、(5)、(6)、(7)

(1)~(7)は定款からそのまま引っ張ってきました。メイクアップ期間は1年間で計算する形になります。元第6条以下、順に1つ繰り下がり第7条から第14条に変更です。

第13条第7節名誉会員の明記、休会会員の扱いについて第13条の最後に第8節として付け加えていますが、「第11条 出席義務規定の免除」に入れるか悩んだところです。

第13条 会員選挙の方法

第7節 クラブは、理事会により推薦された名誉会員を選ぶことができる。名誉会員は下記の条件を満たす会員から選任する。

- (1) ロータリーの理想推進のために称賛に値する奉仕をした者。
- (2) 人物、見識ともに優れた人格者。
- (3) クラブ内外に高い評価を受けている者。
- (4) 各種団体の指導的立場にある者、またはあった者。
- (5) 理事会で承認された者。

第8節 休会会員

- (1) 休会期間は6か月単位とし、更新については休会期間内の再申請とする。休会中については総会での議決権、例会への出席等の会員の権利が停止されるものとする。
- (2) 会員本人の病気、怪我、その他の理由により長期に渡り出席が不可能な場合、出席可能な状態になるまで休会扱いとすることができる。
- (3) 休会会員となるためには、会員またはその家族から幹事に対し、医師の診断書を添え休会届を提出し、理事会にて承認される必要がある。
- (4) その他の理由については、休会届に理由を明記し理事会にて承認される必要がある。
- (5) 前項により承認された休会会員は、地区分担金を除く会費を免除する。

以上3点です。ご質問、ご意見等ございませんか。(意見)

では、休会会員の(3)を(4)に含めることにします。名誉会員は理事会で承認された者とだけにします。これで次年度の活動計画書の細則を変更させていただきます。

親睦委員会からのお知らせ

吉田美登紀会員

一部リクエストもありまして、今月は夜間例会がないので親睦会ということで開催したいと思います。親睦を図りたいと思いますので是非皆さんご参加ください。

3月26日(火) 夜7時頃

金剛ビル2階 ショークラブKA-RU-LA (カルラ)

点鐘

(誤字脱字がございましたらご容赦ください)