池田ロータリークラブ週報

2026年11月4日〈3368回例会〉 No.3369

（国際ロータリーのテーマ）
「持続可能なインパクトを生み出そう」

CREATE LASTING IMPACT

（池田ロータリークラブのテーマ）
「仲間を増やそう。
そして喜びの輪を広げよう」

例会日　第1・3水曜日 13:00～14:00
例会場　池田商工会議所 2F
創　立　1954 年 4 月 24 日
事務局　〒563-0025
大阪府池田市城南 1-1-1
池田商工会議所 2F
TEL （072）752-3355
FAX （072）752-7800
ホームページ: ikeda-rc.com
E-mail アドレス
ikeda-rc@amber.plala.or.jp

■2026-27 年度ＲＩ会長　オラインカ・ハキーム・ババロラ　■地区ガバナー　横田 孝久
■会長　豊田　脩一　■副会長　橋本　昌也・木平　朝子　■幹事 柴田　宜孟　■副幹事　橋川　隆史
■親睦委員長　鷹尾　和哉　■広報・会報担当　永田　大介

2026-27 年度　会長　豊田　脩一

皆さん、こんにちは。
今日のお客様は、ガバナー補佐の芝野弘三郎様、ガバナー補佐エレクトの植田昌克様、箕面ロータリークラブの西脇悟様です。後ほどのクラブアッセンブリーでは、ご指導の程よろしくお願い申し上げます。
さて、今日は認知症について、お話ししたいと思います。
ご存じの方も多いと思いますが、私は一昨年まで、認知症高齢者グループホームを運営していました。認知症のある高齢者の皆さんに共同生活を送っていただきながら、介護を行う施設です。今日はその経験をもとに、認知症の予防についてお話しします。
年齢を重ねるにつれて、認知症が心配になる方も多いと思います。よく尋ねられるのは、「単なる物忘れと認知症はどう違うのか」ということです。簡単な見方として、「今日の昼食に何を食べたか」を忘れるのは、一般的な物忘れの範囲と考えられます。一方で、「昼食を食べたこと自体」を忘れてしまう場合は認知症の可能性も考えられます。ただし、こうした例だけで認知症かどうかを判断することはできません。気になる症状が続く場合は、医療機関に相談することが大切です
5 年前に亡くなられた長谷川和夫先生（俳優ではありません）は認知症医療の第一人者でした。先生は亡くなる 4 年前に、ご自身が認知症であることを公表されました。「長谷川式認知症スケール」を開発された大先生が認知症を公表されたことは、医療・介護の関係者に大きな衝撃を与えました。まさか専門家の先生が認知症になられるとは誰も予想していなかったものですから。
この出来事からもわかるように、認知症は誰にとっても身近なものです。十分注意していても、発症を完全に防げるとは限りません。　一方、生活習慣を整えることは、認知機能の維持や発症リスクの低減につながる可能性があります。そこで、日々の暮らしの中で心掛けたいことをまとめました。

1. できるだけ人と接し、会話を楽しむ。
2. 外に出て散歩をする。ときには道順を変えてみる。
3. 歩くときはできるだけ早く歩く。
4. 新しいことにチャレンジする。
5. 自分に合った問題に取り組む（計算やクイズなども楽しみながら続ける）
6. 忘れやすくなったと感じても、思い出そうとする習慣を大切にする。
7. 散歩をしながら、簡単な引き算やしりとりをする。
8. 歯周病があれば治療する（歯周病菌が認知症を作るともいわれる）
9. 十分な睡眠をとる（睡眠は脳内たんぱく質を掃除する力がある）
＊脳内たんぱく質＝アミロイドβやタウ蛋白など
10. 運動、食事、水分補給、快便、睡眠は「健康の 5 原則」といわれ、しっかりとる必要がある

こうしたことを日々心がけることが、健康を保ち、認知機能の維持につながります。是非、今日からできることを一つでも始めてみてはいかがでしょうか。
それでは、今日もどうぞよろしくお願いいたします。

プログラム

開会・点鐘
ロータリーソング
シェイクハンド
ゲスト＆ビジター紹介
出席報告
会長挨拶
幹事報告
会員近況報告
委員会報告
ニコニコBOX
本日の卓話

本日の卓話

『 ガバナー公式訪問 』

卓話者：
RI 第 2660 地区
ガバナー
横田 孝久　様

✤幹事報告✤

幹事　柴田　宜孟　会員

＜地区より＞

① 【お願い】2026-27 年度地区大会決議案上程の賛否に関するご表明（豊田会長）

② ハイライトよねやま vol.319（豊田会長、柴田幹事、橘高米山奨学会担当）

③【重要　要回答】2027-28 年度のための第 1 回プレ PELS（会長エレクトラーニングセミナー）および第 2 回プレ PELS ご案内（木平会長エレクト）

④ ●第 3 報【令和 8 年熊本地震】第 2720 地区(熊本県・大分県)からの支援情報について（豊田会長、柴田幹事）

⑤ 【登壇依頼】2026－27 地区大会 1 日目開会式_クラブ優秀賞（林原直前会長）

⑥ 【登壇依頼】2026－27 地区大会 2 日目本会議_クラブ紹介（豊田会長）

⑦ 【2027-28 年度】地区委員会出向者推薦のお願い（提出期日：11 月 18 日（水）（豊田会長、木平会長エレクト、柴田幹事）

⑧ 【ご案内】4 地区米山学友会共同開催チャリティー音楽祭（11.29）（豊田会長、柴田幹事、橘高米山奨学会担当）

＜池田市美術展運営委員会より＞

⑨ 御礼（名村社会奉仕委員長）

✤お客様✤

SAA　暮部　光昭　会員

国際ロータリー第 2660 地区
IM 第 1 組ガバナー補佐
芝野　弘三郎　様（箕面 RC）



国際ロータリー第 2660 地区
IM 第 1 組ガバナー補佐エレクト
植田　昌克　様（大阪北 RC）



西脇　悟　様（箕面 RC）

✤出席報告✤

出席報告　石山　尊規　会員

〇出席数　29 名
〇会員数　33 名（有効分母数 32 名）
〇出席率　90.62%

〇前々々回　9 月 2 日（水）
補正出席率　100.00%

メーキャップ
名村　研二郎　会員（理事会）

✤ニコニコ BOX✤

ニコニコ 担当　角田　昌生　会員

豊田　脩一会長：芝野ガバナー補佐、植田ガバナー補佐エレクト、西脇様、ようこそいらっしゃいました。ご指導の程よろしくお願いします。

橘高又八郎会員：芝野ガバナー補佐ようこそ池田 RC へ。本日はよろしくお願いします。

吉岡　崇　会員：スマホ同好会、10/27（火）12:30 よろしくお願いします。

柴田　宜孟会員：芝野ガバナー補佐、植田ガバナー補佐エレクト、ようこそお越しくださいました。本日はよろしくお願いいたします。

林原みどり会員：ガバナー補佐訪問、ようこそお越し頂きありがとうございます。

橋川　隆史会員：ロータリーバッジ忘れました。

野村　正勝会員：配偶者誕生日の品を頂きました。

角田　昌生会員：重たかった仕事が１つずつ終わってきました。

✤前回の卓話✤

ガバナー補佐訪問 / クラブアッセンブリー②

クラブ管理運営委員長

橋本　昌也　会員

第１回クラブアッセンブリーでは、第一に、会員が参加してよかったと感じられる、魅力ある例会づくりに努めます。第二に、会員の皆様のご意見をいただきながら、委員会活動がより活性化するよう取り組んでまいります。第三に、会員増強を会員同士で支え合い、新しい仲間を迎えやすい雰囲気づくりに努めてまいります。と、お話をさせて頂きました。
本年度これまでのホームクラブ平均出席率は 89.74%、補正出席率は 96.06%で推移しております。顔を合わせ、言葉を交わす時間そのものがロータリーの最も大切な土台で積極的に楽しく親睦を深める事が魅力ある例会に結びつくのではないかと思います。
委員会活動につきましては各委員長の積極的なお考えによる事業が御座います。終えられた事業やこれからの事業も多々予定されておりますので会員皆様は楽しみにされておられることかと思います。
同好会も活発に活動されておりますので親睦を深める機会が増えクラブの活性化が期待できます。
会員増強は現時点では正式な報告はお聞きできておりませんが候補者にお声掛けされておられるお話はお聞きしております。地域との接点を増やす活動等で池田ＲＣの魅力を発信し、ご縁をつくり新しい仲間をお迎えできますよう会員皆様には今一度友人やお仕事関係趣味のお仲間等を思い浮かべて頂きたいと思います。
第３回クラブアッセンブリーでは会員増強の良い発表ができます事をお祈り申し上げ中間発表とさせて頂きます。
引き続きご指導の程、宜しくお願い致します。

親睦委員長

鷹尾　和哉　会員

今期のこれまでの活動について、ご報告をいたします。

本年度、親睦委員会は豊田会長のクラブテーマ「仲間を増やそう。そして喜びの輪を広げよう。」のもと、会員同士はもちろん、ご家族やビジター、ゲストとの交流を深め、誰もが参加してよかったと感じられる暖かいクラブづくりに努めてまいりました。

去る１０月９日には池田駅前ロータリーてるてる広場にてビアガーデンを開催しました。地域の活性化と知名度向上を目的として一昨年から始めたこのビアガーデンも今回で第４回を迎え、おかげさまで過去最高の売り上げを記録することが出来ました。

各種同好会活動も積極的に支援し、例会以外でも親睦を深める機会を充実させております。

隔週水曜日に開催しております「スマホ同好会」では、毎回１０人前後の参加者を迎え基本的な操作から様々なアプリの活用まで、会員同士で活発に情報交換をおこなっております。

親睦と健康増進を目的として開設された「歩こう会」では、７月におこなわれました納涼例会の会場まで、厳しい暑さのなか片道約１キロの上り坂を歩きました。

「カラオケ同好会」は、８月におこなわれました山田会員歓迎会の後に第１回目を開催いたしました。

また、１１月１日に第１回「グルメ同好会」の開催を予定しております。

１１月には伊根と舞鶴への秋の家族親睦会、１２月にはクリスマス例会、５月には春の家族親睦会の開催を予定しております。

これからも親睦委員会メンバーを中心に、会員の皆様と力を合わせ、「仲間を増やし、喜びの輪を広げる」一年となるよう取り組んで参りますので、引き続きご指導を賜りますようよろしくお願い申し上げます。

ロータリー情報委員長

吉岡　崇　会員

皆さま、こんにちは。ロータリー情報委員会の中間報告をさせていただきます。
本年度、私たちの委員会では、ロータリーの理念や活動への理解を深めるとともに、会員同士の情報共有、そしてクラブの活性化を目指して取り組んでおります。
特に力を入れているのが、同好会活動の活性化です。ロータリーは奉仕の団体ですが、奉仕だけでなく、会員同士が仲良くなることも大切です。仕事の話で

は真剣な皆さまも、趣味の話になると急に饒舌になる方もいらっしゃるのではないでしょうか（笑）。
そんな共通の楽しみを通じて親睦を深めることが、クラブ全体の活気につながると考えております。
また、情報発信についても、ホームページやSNSなどを活用し、クラブの活動や同好会の魅力を会員同士で共有するとともに、地域の皆さまにも知っていただけるよう努めてまいります。
せっかく素晴らしい活動をしていても、誰にも伝わらなければ、少しもったいない話です。活動の中身だけでなく、その魅力もしっかり発信していきたいと思います。
今後も、新会員の皆さまが安心して参加でき、ベテラン会員の皆さまもますます楽しめる、風通しのよいクラブづくりを目指してまいります。
情報を共有し、親睦を深め、クラブを元気にする。
情報委員会として、そのお手伝いができればと考えております。
今後とも皆さまのご協力をよろしくお願いいたします。
以上、ロータリー情報委員会の中間報告とさせていただきます。ありがとうございました。

SAA
暮部　光昭　会員

SAAは親睦委員会と共に楽しくかつ伝統ある例会を運営しています。開会の点鐘から閉会の点鍾まで、会員の皆様が過ごしやすく快適に感じるように運営ができていると思います。

本年度から若干の座席のレイアウトを変更し、自由席からタクシー・トラック・バスの抽選による席へと変更いたしました。

また本年度は、池田商工会議所が使用不可のため、11月18日(水)は「池田市立市民活動交流センター」にて、来年1月6日(水)は「かごの屋」での移動例会になりますのでご理解とご協力をお願いします。

クラブ研修リーダー
奥村　昌也　会員

昨年度、我池田RCでは7名という多数の新入会員の方々が入会されました。今年度のクラブ研修は、その方々が素晴らしいロータリアンに成長させるお手伝いをさせて頂く事だと考えております。７０年をこえる歴史あるクラブの新しい未来を築いていかれる方々の相談相手になれる様、努力させて頂きたいと考えています。

奉仕活動委員長
林原　みどり　会員

先ずは、日々の例会の運営を担ってくださっているSAAに感謝します。

ロータリアンの例会参加への意識は衰えず、高参加率を保ち運営してくださり、また卓話以外の近況報告はロータリアンの生活が身近に感じられ、とても良い企画だと感銘しております。　シェイクハンドは皆様の笑顔があふれ、一気に活気みなぎる場となります。

各委員会の活動報告を申し上げます。

国際奉仕委員会

２０２６－２０２７年度豊田年度は１０月、３か月経過し既に国際奉仕委員長主催、豊田会長率いる９名で9月１０日～１４日タイ・ナコンパトム　小学～中学校２学校へ浄水器寄贈、セレモニーにご招待を受け、私も同伴し楽しい時間を過ごさせていただきました。

今後も継続事業として、もしくはタイのほかの学校、またはほかの国などに範囲を拡大しグローバル補助金を活用する事も視野に入れて発展していければと考えております。

社会奉仕委員会は去年の「こどもの未来エキスポ」に引き続き、今回は学生の年齢を中高生に引き上げて、地域のボランティア活動への参画と職業に対する夢を持っていただけるような企画を企てております。現在も実行委員会での地道な計画は進んでいるようです。

職業奉仕委員会は来年の１月　奈良刑務所後ホテル見学を企画してくださり、私事ですが以前よりテレビ中継などで「行って見たいなぁ～」と思っておりましたので、今からとても楽しみにしております。

青少年奉仕委員会に於きましては来年２月に周年記念式典を控えいろいろな企画運営にいそしんでくださっていると聞いております。式典にはロータリアンのご参画を承り、多くの方に祝福され、盛況を極めたいと考えますので、皆様何卒よろしくお願い申し上げます。

以上を持ちまして報告とさせていただきます。

職業奉仕委員長
北林　寛崇　会員

昨年度に引き続き地区の職業奉仕委員会にも出向しておりまして、地区で学んだことを池田に合わせて活かしていこうと思っております。地区の卓話講習会とRACとの懇親会に向けての準備を通して職業奉仕を学んでいきたいと思います。

また、来年１月の職業月間の卓話の日に於いて「異業種を学び、イノベーションのきっかけ作り」と題しまして、「奈良監獄ミュージアム」に見学に行きたいと考えています。なぜ刑務所をホテルにしたのか、職業奉仕委員会として２年ぶりに池田を飛び出して話題性などを体感してもらえたらと考えています。最後に社会奉仕の事業でも職業奉仕が活かせると感じておりますので積極的に参画したいと思いますのでよろしくお願いいたします。

社会奉仕委員長
名村　研二郎　会員

１、池田市民カーニバルへの協力　→　終了
２、池田市美術展への協力　→　終了
３、赤い羽根募金への協力　→　終了　28,000 円
４、救護施設「三恵園」よりカレンダー購入→　今後
５、ローターアクトクラブ事業への協力、助言→　随時
６、その他地域で実施されている社会奉仕活動への積極的な参加　→　随時

今年度は地区補助金を活用し、「池田ロータリー Action Lab」という、中高生による地域ボランティアプロジェクトを実施しています。
池田市内に在住、または通学している中高生を対象に 15 名程度を募集し、先日締め切ったところ、28 名もの応募があり、全員を受け入れることとしました。学校や学年の異なる仲間と一緒に活動することで得られる経験も大きいと思いますが、同時に、一人ひとりの「やってみたい」という思いや、それぞれの個性、可能性にも目を向けていきたいと考えています。具体的な活動はこれからになりますが、この事業が、子どもたちにとって将来につながる学びや経験の機会となり、キャリア形成の一助となるよう、委員会以外のメンバーとの連携も密にしながら進めてまいります。また、こうした活動を通じて、池田ロータリークラブの魅力や社会的な役割を広く知っていただき、クラブのイメージ向上やブランディングにもつなげていきたいと考えています。

今後とも、皆様のご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

国際奉仕委員長
井上　裕子　会員

タイ・ナコンパトム ロータリークラブとの浄水器設置事業および現地訪問

1. 事業の概要

2026–2027 年度の国際奉仕活動として、姉妹クラブであるタイのナコンパトム・ロータリークラブと協力し、現地の学校への浄水器寄贈・設置事業を実施しました。本事業は、子どもたちが安全で衛生的な飲料水を日常的に利用できる環境を整え、健康増進と教育環境の改善に寄与することを目的としています。今年度は 2 校への浄水器寄贈を計画しました。

2. 現地での活動内容

9 月 11 日には、会員総勢 9 名で、浄水器寄贈事業の対象となった学校を訪問し、ナコンパトム・ロータリークラブの協力のもと、事業の実施状況を確認しました。今回の訪問は、単に設備を寄贈するだけではなく、現地の学校関係者との交流を通じて、子どもたちの生活環境や飲料水に関する課題への理解を深める機会となりました。また、同日にはご招待を受けていたナコンパトム・ロータリークラブの創立 57 年記念祝賀会にも参加し、両クラブ間の交流を図りました。

3. 浄水器設置事業の実績

設置完了校：
Aom Yai School：3 台（生徒数 730・教職員 60）
Wat Samrong School：2 台（生徒数 135・教職員 14）
今回の事業により、対象校において安全な飲料水を継続的に利用するための設備整備を進めることができました。

4. 現地での反響と交流

両校で歓迎の式典がとり行われ、学校長や地域の役員の方々から感謝の言葉をいただきました。Aom Yai School では、学童によるタイダンスも披露され、学校教育において文化伝統を守る意識に感銘を受けました。式典後には、子どもたちといっしょに浄水器の水を飲んだり、記念撮影を行ったりするなど、現地の人々との直接の交流は、国際奉仕活動の成果を身近に感じるとともに、支援を継続する意義を考える貴重な機会となりました。

5. 今後に向けて

今年度予定していたナコンパトムへの訪問と浄水器設置事業は、年度途中ではありますが、すでに実施を終えています。今後は、設置した浄水器が適切に維持管理され、長期にわたって子どもたちの健康と学校生活に役立つことを期待しています。また、今回の共同事業を通じて培われた信頼関係を大切にし、姉妹クラブとの交流と国際奉仕活動を今後も継続していきたいと考えています。

青少年奉仕委員長
新見　香　会員

年頭の活動方針に掲げた通り、池田ローターアクトクラブ（池田 RAC）の活動に緊密に関わるとともに、今年度、池田 RAC 創立５５周年を迎えることから、周年記念式典に向けての準備を加速させています。

他クラブや地区との連携が非常に強いローターアクトクラブの性質を踏まえ、前年度より地区行事や他クラブとの交流を深めてきた結果、今年度は他クラブとの合同例会を計画していたり、メイキャップ数も増加しています。

この勢いで、２月に控える記念式典においては、多数のローターアクター、そして、関係するロータリアンに池田の地に集まっていただき、池田を発信してまいります。

また、本年度、社会奉仕委員会が掲げる池田市内の中高生を対象とする事業に対しても、協働していき、未来のローターアクター発掘に繋げてまいりたいと思います。

引き続き、豊田会長ともコミュニケーションを密にし、運営してまいります。

よろしくお願いいたします。

11 月のスケジュール

4	水	3368 回例会 ガバナー公式訪問
11	水	休会
15	日	秋の家族親睦会
18	水	3369 回例会 クラブフォーラム② 第 5 回理事会 【池田市立市民活動交流センターにて、移動例会】
25	水	休会

12 月のスケジュール

2	水	3370 回例会・年次総会 第 6 回理事会 第 1 回被選理事会
9	水	休会
12	土	地区大会 本会議
16	水	休会
20	日	3371 回例会 【クリスマス家族例会】 大阪ステーションホテルにて
23	水	休会

♪♪♪♪♪♪♪♪♪♪♪♪♪♪

奉仕の理想

奉仕の理想に集いし友よ
御国に捧げん我等の業
望むは世界の久遠の平和
めぐる歯車いや輝きて
永久に栄えよ
我等のロータリー

♪♪♪♪♪♪♪♪♪♪♪♪♪♪

ニコニコ箱の累計

１０月２１日現在　６５４，０００円

義捐金ＢＯＸ

10月7日時点累計	83,513 円
10月21日分	643 円
累計	84,156 円

【同好会】次回活動予定表

スマホ同好会	11 月 11 日(水) 12:30～13:30	事務局

１１月１８日（水）

『 クラブフォーラム② 』

担当：橋本　昌也　副会長

※ 移動例会です ※

池田市立市民活動交流センターにて

近況報告当番

【11 月 18 日】山口　正之 会員
【12 月　2 日】岸上　宏司 会員

＜池田 RC・SNS アカウント＞

＜池田 RAC・SNS アカウント＞