



自由を守り、知性を重んじ、われわれの国の安全をはかる

*Liberty, Intelligence, Our Nation's Safety*

(L) (I) (O) (N) (S)

## 会長基本方針

(2012.7 ~ 2013.6)

1. 環境保全事業の推進
2. 青少年健全育成事業
3. 例会100%出席の実現
4. 献血（三献）運動の推進
5. 会員維持、並びに会員増強

駒ヶ根ライオンズクラブ会報 第137号

■発行日／平成24年9月21日 ■発行者／駒ヶ根ライオンズクラブ 会長 池上勝洋 ■編集責任者／PR・IT委員長 橋田利雄  
■事務局／駒ヶ根市上穂栄町3-1 駒ヶ根商工会館4F TEL.0265-83-7806 FAX.0265-83-8386  
■制作・印刷／(株)宮澤印刷

# 会報

KOMAGANE LIONS CLUB

vol.137  
2012年9月

会長スローガン

「 絆を大切に・地道な奉仕 」



駒ヶ根太鼓子供連による早太郎神楽





Komagane Lions Club

## 会長スローガン

## 糸を大切に・地道な奉仕

## 【役員就任挨拶】

## ◆就任のごあいさつ

今回、駒ヶ根ライオンズクラブの会長を、お引き受けするにあたり、私自身その職を全うできるかどうか非常に悩みました。しかし、一人ですべてを行うわけでもなし、役員をはじめ会員の皆様のご協力をいただきながら前進すれば良いのでは、と思いお引き受けいたしました次第です。責任の重さに身が引き締まる思いであります。

駒ヶ根ライオンズクラブも一年後には、大きな節目の50周年をむかえます。本年は、“50周年の準備の年”と位置付け、会長スローガンを「糸を大切に・地道な奉仕」としました。新規事業を控え、継続事業を中心に活動して行く所存です。

まだまだ若輩者ですが、役員の皆様はじめ会員各位のご指導とご協力を戴きながら一年間頑張る所存でありますので、よろしくお願ひ申し上げます。

会長  
L.池上 勝洋

## ◆一年間よろしくお願ひします

本年度幹事の大役をお引き受けしました。宮下厚です。なにぶんにも未熟で何もわからぬことばかりですが、今年度の会長スローガン「糸を大切に地道な奉仕」のもとで、池上会長を助け、下澤会計と3人で仲良く一年間が無事終了できる様がんばって幹事の仕事をしていきたいと思います。来年は50周年になります。昭和38年10月に始まって50年がたちました。先輩の方々が作り上げてきた駒ヶ根ライオンズクラブを汚さないように、無理をせず基本にそって一年間大役を勤めてまいりたいと思います。メンバーの方々には何かとご迷惑をかけることがたたあるかと思いますが、大目に見ていただいて一年間がんばり通したいと思います。ご協力よろしくお願ひします。

幹事  
L.宮下 厚

## ◆ライオンズクラブ会計を請けて

毎日毎日暑い日が続いています。

昨年度まで委員長・副委員長を何回か、やらせて頂いていましたが駒ヶ根ライオンズクラブ三役の会計なんて大役を仰せつかって、身の引き締まる思いで居ます。

私などクラブへ入れていただいていくらもたたない若輩者がやっているか心配の毎日です。何もわからぬ事ばかりですがメンバーの先輩の皆様、クラブ会員の皆様のご指導とご鞭撻を、お願いして、一生懸命がんばるつもりでいます。どうぞ、よろしくお願ひいたします。

会計  
L.下澤正一

## ◆就任にあたって

1R2ZCを努めさせていただく事になりました。もとよりその器ではありませんが、お引き受けいたした以上は微力ながら全力で重責を果してまいりたいと、覚悟を致している所であります。

全メンバーのご指導とご協力の程、偏にお願い申し上げます。

山下ガバナーの基本方針のもと、地域社会の認識度を高め、地区内の一層のライオニズムの向上に全力を傾注したいと思っております。私の役目として、山下キャビネットから地区への「パイプ役」に徹し、又地区内各LCの諸意見を良くお伺いし、各LCの思いや考えが、キャビネットに反映される様努力をしていく事が大事だと思っております。

時代の変革が求められている時と感じますが、会長スローガンの「地道な奉仕」が何より大切であると感じております。駒ヶ根LCの御活躍を祈念し就任あいさつとします。

1R2Z.ZC  
L.浦野英喜

## ◆知名度アップにより会員増強を

334-E地区1R、ライオンズ情報委員会の方針はガバナースローガン「継続と向上」に基き永年つちかってきた奉仕活動の継続と内容の充実、向上を計って行くことです。具体的には今まで地域に対して行ってきた奉仕活動の検証を進め、地域との連携、奉仕等の再検討を行い慣例にとらわれず良い所は積極的に取り入れることを望み、又マスコミ、行政等に具体的に情報を発信することにより、奉仕活動、ライオンズクラブのPRを行い知名度を高める。「ライオン信濃」「クラブ会報」を地区有力企業、団体、公共の場に配布しPRと同時に会員増強の一助としてもらいたい。

以上推進の為、全メンバーのご協力をお願い致します。

1R PR・ライオンズ情報委員  
L.横山信之

## 【役員就任挨拶】

## ◆就任のご挨拶

この度、重責をお引き受けし身の引き締まる思いです。会長基本方針にもとづいて委員会活動がスムーズに運営できるよう協力していきたいと思います。

又、50周年に向けて会長とも相談しながら準備を進めてまいりたいと考えています。未熟者ですが会員皆さんのご支援ご協力をお願い申し上げます。

第一副会長  
L.田中一正

## ◆耐える力、断る力、忍耐を!!

本年度、第二副会長をお引き受けし、保健奉仕委員会、YCE委員会、環境保全委員会の三事業委員会を担当することになりました。

会長方針に則り各委員会が委員長のもと事業がスムーズに又確実に遂行出来る様副会長の任せ全うしたいと思いますので、この一年間大変な年ですが奉仕活動にがんばりたいと思いますのでご協力をよろしくお願ひします。次年度には50周年、半世紀の歴史が駒ヶ根ライオンズクラブとして、駒ヶ根の地域に刻まれます。歴史に恥じないライオンズ活動を!

第二副会長  
L.宮澤 宏彰

## ◆就任のご挨拶

本年度も例会出席は、皆勤目指して手抜きが出来ません、第三副会長のお役を戴きました。第三副会長の仕事は、出席委員会及び、PR・IT委員会の年間事業がスムーズに遂行出来るよう協力する事です。お互いに協力し合いながら一年間楽しくガンバリたいと考えています。

言うまでも有りませんが、ライオンズクラブは奉仕団体です。それも当然な事ですが何も見返りは有りません。ウイサーブの精神が永遠の課題です。

第三副会長  
L.林 茂男

## ◆スムーズな例会進行に御協力を

本年度Lテーマを仰せつかり会長スローガン「糸を大切に・地道な奉仕」のもと、例会の準備、進行に一生懸命務めさせていただきます。会長はじめ三役、役員、委員会の方々のご協力のもと、時間内に例会がスムーズに進行できますよう、気配りにも配慮し、精一杯任務を遂行してまいります。

一年間頑張りますので、会員の皆様のご指導ご鞭撻よろしくお願ひいたします。



L.T. L.林 喜之

## ◆和気藹々と

テール・ツイスターを仰せつかり、わからぬことばかりで心配ですが、一年間自分らしく全力で務めて参りたいと思います。

ご指導いただいたテール・ツイスターの役割「会合の調和、友好、活気を促進する」を肝に銘じ、楽しい中にも全会員が参加できる活気ある演出に心掛け、目標達成を目指します。

テールの時間は“ニコニコ笑顔で”をモットーに、皆様のご協力よろしくお願ひ申し上げます。

テールツイスター  
L.池上 博康



Komagane Lions Club

## 会長スローガン

## 糸を大切に・地道な奉仕

## 【委員長就任挨拶&amp;事業計画】



## 会員委員会

## 会員維持と増強

当委員会活動は例年通り第一に会員増強です。今日迄先輩諸兄のご努力により各クラブ共会員減少が問題視されるなか334E地区内に於てメンバー数第三位であり内容を伴う隆盛は当クラブの誇りです。

今年も増強月間を設け、各委員会より一名以上の推薦予定者の提出を願います。又増強以上に現会員の維持が大切です。例会への出席を委員長が確認し例会出席者のアップをお願い致します。一年間ご協力をお願い致します。

## 活動内容

- 【7月】委員会(会員増強・維持)  
献血奉仕活動
- 【8月】会員増強月間
- 【9月9日】全体クリーン事業への参加
- 【9月21日】担当例会
- 【10・1月】会員増強月間
- 【2月1日】担当例会



## 財務委員会

## 雑感

この度、財務委員長を仰せ付かりました。皆様方の御指導、御助言賜り無事大任を果せる様頑張って参る所存あります。

会長方針に明確に謳われている通り前年に倣い事業を進める事になっております。

地区ガバナー訪問という大きな事業も控えておりますが、各委員会、会員各位の御理解と御協力を賜り予算内で、全ての事業が滞りなく実施できる事をお願い申上げます。

一年間お世話になりますが、宜しくお願ひ致します。

## 活動内容

- 【7月】委員会(予算書作成及び承認)
- 【9月9日】全体クリーン事業への参加
- 【9月】献血奉仕活動
- 【10月5日】担当例会
- 【2月】中間決算報告
- 【5月17日】担当球技例会
- 【6月】決算書作成



## YCE委員会

## 一年間宜しくお願ひします

本年度、YCE委員会の委員長を仰せつかり入会以来、初めての委員長という事と、YCEも経験がないという事で、大変身の引き締まる思いであります。幸い委員の方々は、副委員長はじめ大先輩ばかりですので、都度ご指導頂き、1年間務めてまいりたいと思つ

ております。今年の担当事業としての、ライオンズ旗争奪リトルリーグ大会とクリーン事業の開催日は例年と異なり、別の日に組まれておりますので、雨天で重ならないように願うばかりです。とにかく頼りない委員長ですので、メンバーの方々には大変お世話になるかと思いますがよろしくお願ひします。

## 活動内容

- 【7月】委員会(YCE派遣学生募集ポスター配布)
- 【9月2日】リトルリーグ秋季大会参加(ライオンズ旗争奪戦)
- 【9月9日】全体クリーン事業への参加
- 【10月】献血奉仕活動
- 【11月2日】担当例会
- 【4月】ちびっこ広場 清掃奉仕活動への参加
- 【5月10日】担当例会



## 環境保全委員会

## ライオンズクラブは環境美化を実践致します

ライオンズクラブに入会させて頂き、初めての委員長に環境保全委員長となりました。仕事柄やっぱりかな?

大きな事業は9月9日の全体事業の環境クリーン事業です。駒ヶ根市スポーツ少年団の子供、保護者、クラブメンバ

ー全員で行う清掃奉仕作業です。それと違うあとの交流会、中央アルプス山頂美化清掃奉仕活動等の事業がありますが、10人の委員のメンバー各事業活動に参加される方々皆さんで、会長スローガン「糸を大切に・地道な奉仕」で環境保全委員を全うしたいと思います。皆様方のご指導ご協力をお願いいたします。

## 活動内容

- 【7月】全体クリーン事業計画発表
- 【9月7日】担当例会
- 【9月9日】全体クリーン事業担当
- 【10月】中ア山頂美化清掃奉仕活動への参加
- 【12月】献血奉仕活動
- 【1月18日】担当例会
- 【2月】聴覚障害者・手話サークルボーリング大会参加



## 計画委員会

## 初心に戻って頑張ります

本年計画委員長を受ける事になりました。久しぶりの委員長で初心に戻って頑張りたいと考えております。宜しくお願ひ申しあげます。

今9月。すでに1年の計画、会員手帳の作成も済み、一応年度初めのスタートラインは引かれました。12月のXmas例会を、楽しく、美味しい、面白く、意味のある例会と考えております。1月と6月の事業のチェックと担当例会の検討をして、今年の計画委員会事業です。執行部、駒ヶ根ライオンズクラブの発展になる様に協力することを約束して、年度の抱負にさせていただきます。

## 活動内容

- 【7月】委員会(事業計画作成及び承認)
- 【8月】会員手帳配布
- 【9月9日】全体クリーン事業への参加
- 【9月】献血奉仕活動
- 【12月21日】クリスマス同伴例会
- 【1月】事業計画実施中間発表
- 【6月7日】担当例会
- 【6月】事業計画実施の最終報告



## 保健奉仕委員会

## ご理解とご協力を宜しくお願ひします

本年度、保健奉仕委員長を務めさせて頂く事となりました。

駒ヶ根LCの重点事業である献血奉仕活動は会員皆様の無理のないお手伝いで、全員参加のもと円滑な運営に心がけ、よりよい成果が上げられる様にしたいと思います。

また、献血者への対応(伊那中央病院)が変わりますが、献血、献血運動への理解を深める活動も進めてまいります。

メンバー全員のご理解とご協力を宜しくお願ひ申し上げます。

## 活動内容

- 【7月】委員会(献血運動の年間計画)
- 【7月~6月】献血奉仕活動
- 【8月3日】担当例会
- 【9月9日】全体クリーン事業への参加
- 【2月15日】担当例会
- 【6月】献血献血運動の成果発表



## 出席委員会

## 出席率100%を目指して

例会の出席者数に注意を払い出席率の向上を図るのが出席委員会の任務と認識しております。

会員の皆様におかれましては、日々お忙しい中とは存じますが、会員同士の糸を深めるためにも健康に留意し、出席率100%を目指したいと考えています。

ご指導ご協力を心から宜しくお願ひ申し上げます。

## 活動内容

- 【7月】委員会(出席カードの発行)
- 【9月9日】全体クリーン事業への参加
- 【10月19日】担当例会(きのこ狩り例会)
- 【1月】中間出席状況の報告  
献血奉仕活動
- 【3月15日】担当例会
- 【4月】ほだ木の整備・管理
- 【6月7日】最終出席率の発表
- 【6月21日】例会100%出席者発表と表彰



## PR・IT委員会

## 本年度もお世話になります

昨年度は、L. 林喜之PR・IT委員長の下で副委員長を務めさせていただきました。本年度も引き続きPR・IT委員会でお世話になります。

委員会の大ベテランの諸先輩からアドバイスをいただきながら、会長の希望する重点事業およびアクティビティ、地区ガバナー公式訪問等を取材してまいります。経験の浅い身でありますので皆様方のご指導とご協力を宜しくお願ひ申し上げます。

## 活動内容

- 【7月25日】記者懇談会の実施
- 【9月2日】ふれあい広場参加
- 【9月9日】全体クリーン事業への参加
- 【9月21日】第1回会報 発行
- 【12月14日】担当例会
- 【2月】第2回会報 発行  
献血奉仕活動
- 【4月5日】担当例会(ニューメンバースピーチ)
- 【6月】第3回会報 発行準備
- 【7月~6月】PRレポートの作成と提出



Komagane Lions Club

# 駒ヶ根ライオンズクラブ

KOMAGANE  
LIONS CLUB ACTIVITY

## アクティビティ

### 1 記者懇談会おこなわれる

- 開催日 2012.7.25 (水) 開催時間 14:00
- 場 所 駒ヶ根商工会館 4F 研修室

上記日程にて記者懇談会を実施しました。当クラブより9名（三役、担当副会長、ZC、保健奉仕委員長、環境保全委員長、PR・IT 正副委員長）が出席しました。

報道機関は、長野日報社、エコーシティー駒ヶ岳の2社に参加していただきました。

会長のL.池上勝洋から本年度スローガンと基本方針について、ZC の L.浦野英喜からガバナー公式訪問について説明があり、続いて各担当委員長が今年度の重点事業について説明をしました。質疑応答のあと和やかな懇談が行われ、会長より各報道機関に対し、当クラブに対する一層のご理解と協力をお願いしました。



### 2 献血推進奉仕活動

- 保健奉仕委員会では今年も重点活動であります、献血奉仕活動を精力的に推進してまいります。

7月3日を皮切りに来年の3月25日まで32会場において献血活動（別表参照）を行います。8月24日現在、すでに6会場にて開催し、79,200mlの採血をすることができました。

今後の運営につきましても、全メンバーの参加、協力をお願いいたします。



### 3 秋季ライオンズ旗争奪リトルリーグ大会

- 平成24年度ライオンズ旗争奪リトルリーグ大会が9月2日(日)駒ヶ根の早実グランドにおいて開催されました。市内の7チームが参加し、午前8時30分より開会式が行われました。会長のL.池上勝洋のあいさつ、華麗な始球式に続き全3会場で熱戦の火ぶたが切られました。トーナメント戦を勝ち残り見事ライオンズ旗を手にしたのは北チームでした。閉会式では3位までのチームを表彰し賞状が贈られました。また、会長から各チームに記念品として硬式野球ボール1ダースが贈呈されました。

2012年7月～2013年3月 献血奉仕活動スケジュール

月 日	会 場	時 間
7月3日(火)	日本発条㈱駒ヶ根工場	10:00～11:30 13:00～15:30
7月20日(金)	飯島町役場	9:30～11:00
(株)NTKセラミック	13:00～15:30	
8月10日(金)	天童精機㈱	9:30～12:00
昭和伊南総合病院	14:00～16:00	
8月24日(金)	(株)コナネイ駒ヶ根事業所	10:00～11:30 13:00～15:30
9月18日(火)	ナンシン(岩)	13:00～15:30
9月21日(金)	宮田村役場	9:30～11:00
日本発条㈱伊那工場	13:00～15:30	
9月22日(土)	長野県看護大学	10:00～11:45 13:00～15:30
9月28日(金)	(株)南信精機製作所 (株)マルヤス長野	9:30～12:00 14:00～15:30
10月29日(月)	JA上伊那駒ヶ根支所	9:30～10:15
株ヤマウラエンジニアリング事業部	11:00～12:00 13:00～15:30	
11月2日(金)	日本電産㈱長野技術開発センター	9:30～11:30 13:00～15:30
11月27日(火)	トーハツマリン(株)	9:30～11:30 13:00～15:30
12月4日(火)	日本発条㈱駒ヶ根工場	10:00～11:30 13:00～15:30
1月17日(木)	(株)LIXIL タカノ(株)画像計測部	9:00～10:00 11:00～12:00
1月25日(金)	㈱ティーピーワム 駒ヶ根市役所	13:30～15:30 9:30～11:30
1月29日(火)	新命酒製造㈱駒ヶ根工場	13:30～15:30
2月5日(火)	飯島町役場	9:00～11:00
2月12日(火)	(株)NTKセラミック	13:30～16:00
2月26日(火)	天童精機㈱	9:30～12:00
3月4日(月)	国土交通省天竜川上流事務所	14:00～15:30
3月25日(月)	(株)コナネイ駒ヶ根事業所	10:00～11:30 13:00～15:30
	ナンシン(株)	13:00～15:30
	帝国通信工業㈱赤穂工場	10:00～12:00
	昭和伊南総合病院	14:00～16:00
	宮田村役場	9:30～11:00
	日本発条㈱伊那工場	13:00～15:30

平成24年9月2日(日)



### 4 ふれあい広場に参加

平成24年9月2日(日)

- 9月2日(日)に第28回ふれあい広場が駒ヶ根文化会館で開催され、当クラブからは会長のL.池上勝洋以下8名が参加しました。開会式では、震災復興支援ソングの「花は咲く」を全員で合唱し、会長と来賓のL.佐々木祥二も壇上で熱唱しました。会場内のテント村には55のテントが並び、その中には岩手県陸前高田の復興支援ブースもあり、大勢の人々で賑わいました。「あい ふれあい かがやくいのち」が体感できた1日となりました。



## 講師例会

平成24年8月3日(金)

### テーマ 「予防は治療に勝る～健康づくりの動機づけ～」

講師 駒ヶ根市・高齢者支援センター

主任介護支援専門員 松澤 澄江 様 伊藤 陽子 様

介護が必要な原因疾患をみると、1番が脳血管疾患で、2番目が認知症です。二人一人は脳卒中、脳梗塞、脳出血、くも膜下出血、認知症により介護が必要となっています。

脳卒中、認知症、癌も含めて共通するのは、体の組織は血液の質と血液を運ぶ血管の質によって決まるということです。

運動をすると血液の循環が良くなり血圧が正常になります。血管が伸び縮みを始めると血管が柔らかくなり毛細血管の数が増え、抹消血管にまで酸素が行き渡ります。これにより善玉コレステロールが増え、動脈硬化を予防します。インシュリンも活発になり血糖値も下がります。

心臓から出たところの大動脈の太さは500円玉くらい、首の両側の頸動脈でタバコの芯くらいです。脳の血管は、一番太いものでボールペンの芯くらいですが、ほとんどの血管は髪の毛か髪の毛の1/13ほどの太さしかありません。しかも風船の膜のようにうすくなっていますので、この血管を守らなければなりません。

これらの疾患の予防として、①健康診断を受ける。…1年に1回は定期検診を受けて体の点検をしてください。②運動をする。…週に3日以上、1回20分以上の有酸素運動をしてください。③血液の質を良くする。…バランスの良いものを体に入れてください。というアドバイスをいただきました。血液と血管の質を高めることが各種疾患の予防につながるということがよくわかりました。



## 地区ガバナー公式訪問 1R2Z合同例会

平成24年8月25日(土)



8月25日(土)に当クラブがホストとなり、地区ガバナー公式訪問、1R2Z合同例会が、JAアイ・パルいなんにおいて13時30分より開催されました。

ZCのL.浦野英喜のあいさつで始まった山下地区ガバナーとの懇談会では、ガバナーと各クラブ役員との間で活発な意見交換が行われました。



### 横山信之ライオン 1R PR・ライオンズ情報委員に 任命される



L.横山信之が、本年度の1R2ZのZCに任命されました。地区ガバナー公式訪問や諸問委員会、各クラブ例会訪問等の公式行事が続き多忙を極める役職だと思います。会長以下メンバー全員で応援致しますので、健康に留意されご活躍ください。



L.横山信之が、1R PR・ライオンズ情報委員に任命されました。各クラブのPR活動、情報発信、ライオンズ情報の発行とお忙しいと思いますが、当委員会(PRIT)へのご指導もお願い致します。