

# 2025-2026年度

## 西脇ロータリークラブ週報



No.19 第2881回 令和8年1月7日

今週の歌:君が代・我等の生業

プログラム  
「新年例会」

吉田会長のテーマ

「ロータリアンの自覚と誇りをもってロータリーライフを楽しもう」

会長 吉田 康志 幹事 赤井 浩起

例会日 月曜日 12:30-13:30

例会場 西脇ロイヤルホテル 2F Tel:0795(23)2000

事務局 西脇商工会議所内

〒677-0015 西脇市西脇 990

Tel:0795(22)3901 Fax:0795(22)8739

### 本月のお祝い

○誕生日 おめでとうございます。

1/9 小澤 國秀会員

1/15 永谷 敏会員

1/30 園田 純也会員

1/31 廣中 幸司会員

○結婚記念日 おめでとうございます。

1/15 和田 良勝会員

○連続出席 おめでとうございます。

29カ年 来住 泰幸会員

11カ年 村上 康憲会員

2カ年 藤原 由樹会員

### 12月22日(月) 第2880回例会記録

○出席 会員数 42名 (出席免除 4名・休会 1名)

出席 38名 (例会出席 33名 MU 5名)

### 会長の時間 吉田康志会長

本日は冬至です。

冬至は、二十四節気の一つで、太陽が最も低く、夜が最も長くなる日です。冬至に食べる食材として定番なのが「かぼちゃ」です。体の抵抗力を高めてくれるビタミン A が含まれる緑黄色野菜が不足しがちな冬に暖かい季節に収穫し長く保存できるかぼちゃは大切なビタミン源でした。大切な野菜を冬至に食べて体を労った風習と言えるかもしれません。もう一つの冬至の風習が柚子湯(ゆずゆ)。この習慣は江戸時代からあったようです。「冬至」を「湯治」にかけ、「柚子」を「融通が利く」(=体が丈夫)にかけて、お風呂屋さんが始めたとされています。柚子はちょうど11月~12月が収穫期。柚子の果皮には、風邪予防や保湿にいいとされるビタミン C や、血行改善を促すといわれるヘスペリジン(フラボノイド)などが豊富に含まれています。昔の人は、旬の柚子が健康にいいことを経験的に知っていたと思われます。皆様も健康を願ってして実践してみてください。



### 幹事報告

今日は今年最後の例会です。年明け 1月 5日(月)は 7日(水)に変更して、18時30分より「新年例会」として開催しますのでお間違いないようお願いします。なお、理事・委員長・高瀬パストガバナーは福引の景品をご用意いただきますようお願いいたします。また、理事会は例会前の 17時45分から行いますので、理事の方はご予定よろしくお願いします。

### プログラム

### 「クリスマス例会」



乾杯!



マジシャン鈴木のマジックショー





閉会のご挨拶



## 今後のプログラム

1月 12日(月) 休会（成人の日）

1月 26日(月) 担当：会長・幹事・SAA・副 SAA

2月 9日(月) 担当：出席委員会

1月 19日(月) 担当：職業奉仕委員会

2月 2日(月) 担当：雑誌広報委員

2月 16日(月) 担当：青少年奉仕委員会