



2020.7.7

2019-2020・第21号

2019～2020年度 国際ロータリー会長
マーク・ダニエル・マローニー2019～2020年度 国際ロータリーのテーマ
「ロータリーは世界をつなぐ」

2019～2020年度クラブテーマ

「ロータリーを楽しもう」 — 笑顔と友情と誇りをもって —

[本日の例会] 会長方針／役員・理事挨拶

[次回予定] 7/14(火)クラブ協議会(決算・予算・委員長挨拶)

・・・例会報告／6月16日(火)・・・

■クラブ協議会(役員・委員長退任挨拶)

<ご来訪者>

ピアノ 浅井 麻希 様

ラッキー賞は乾君が当選。
「イタリアでも人気の、寿司にあう
スパークリングワイン」でした



■ニコニコBOX(6月16日)

関口 朋克君 お久しぶりです
酒井 次男君 結婚記念日。6月30日。35回目です
橋爪 良真君 今日6月16日で63才です。今年の万灯会は中止ですが、ご喜捨は大歓迎です
高橋 勲君 奉仕プロジェクト委員会では、大変お世話様になりました。ほぼ予定通り行えました。ありがとうございました

	ロータリー財団		米山記念奨学会
	年次寄付	ポリオ寄付	
本日の合計金額	749.08ドル	150.38ドル	82,000円
累計金額	6016.08ドル	1134.38ドル	543,000円
年度目標	5550.00ドル	1110.00ドル	481,000円
達成率(37名)	108.40%	102.20%	112.89%

・・・例会報告／6月23日(火)・・・

■年度最終例会 (於:暢神荘)

■ニコニコBOX(6月23日)

桑風会 6月23日、富岡ゴルフ倶楽部にてゴルフコンペを行いました。13名参加でした

■出席報告
(6月23日)

会員総数	36名
出席計算会員数	35名
当日出席者	25名
会場出席率	71.43%



■ロータリー財団寄付

柳澤 佳雄君 酒井 次男君 加藤 勝二君
水上 勝之君 関口 朋克君 大嶋 秀男君
須永 利治君 乾 宏行君 井田 泉君
浜辺 宣昭君 林 高弘君 高橋 勲君
堀越 和敏君 新井 一朝君

■米山記念奨学会寄付

柳澤 佳雄君 酒井 次男君 水上 勝之君
関口 朋克君 大嶋 秀男君 須永 利治君
乾 宏行君 井田 泉君 浜辺 宣昭君
林 高弘君 高橋 勲君 竹内 僎君

■食事状況(6月16日)

※食事のムダをなくすために、
出欠・食事有無の連絡に
ご協力お願い致します(SAA)

食事数	24食
無連絡欠席者	2名
食事余り	3食

■出席報告
(6月16日)

会員総数	36名
出席計算会員数	34名
当日出席者	20名
会場出席率	58.82%

◆6月26日(金) 高崎市への新型コロナウイルス対策寄付金贈呈式



上毛新聞 6月27日掲載

◆二十四の節気と七十二候◆ 小暑 初候 温風至る(おんぷういたる)

新暦では、およそ七月七日～七月十一日頃 夏の風が、熱気を運んでくるころ。梅雨明けごろに吹く風を、白南風(しろはえ)と呼ぶそうです。

【候のことば】 七夕

空から降ってくるほどの満天の星を見たことがありますか。梅雨空で見えないことが多いですが、乳をこぼした跡ともいわれる天の川の、きめこまかな星の群れは、夜空にきれいにかけられます。天の川をはさんで、こと座のべガが織り姫の星、わし座のアルタイルが彦星の星。雨で川を渡れないときは、鵲(かささぎ)に乗って、ふたりは会いに行きます。

別るるや夢一筋の天の川 夏目漱石

【旬の魚介】 こち

夏を代表する昔ながらの高級魚。淡白でいて、上品な甘みのある白身は握りでいただいても美味。高タンパク、低脂肪なので夏バテ対策に◎。必ず夫婦一緒にいる魚で、オスカメスが一匹釣れると、もう一匹も釣れるとか。こちの夫婦仲にあやかって、七夕の献立にいいかもしれません。

いいだしが出て美味 こちのかけ飯

岡山の郷土料理。こちのアラを茹でて、身だけをほぐし取ります。こちの茹で汁に野菜と一緒に入れ、しょうゆで味つけて、ごはんにかけてたらできあがり。

【旬の野菜】 沖縄の夏野菜

ゴーヤー、とうがん、へちまは夏バテに負けない沖縄の野菜。独特な苦みのあるゴーヤーは、豆腐や豚肉と炒めてゴーヤーチャンプルーにしたり、ピクルスにしたり。とうがんはスープにすると、さっぱりしたおいしさで、弱った胃にもやさしい味。へちまは沖縄ではナーベラーと呼ばれ、みそ煮にすると美味。これらの沖縄野菜はビタミンCが抜群に多く、カリウム豊富で疲れを癒してくれます。

夏バテにぴったり ナーベラーンブシー

ナーベラー(なすでも可)をななめ切りにし、豆腐と豚肉はほどよい大きさに切ります。フライパンにごま油をしき、水切りした豆腐を炒め、豚肉、ナーベラーの順で炒めます。最後に水を入れ、みそ 100g、砂糖大さじ 2、酒大さじ 2、みりん大さじ 1 を混ぜた汁を加えて煮込めばできあがり。

【旬の行事】 ほおずき市

七月九日、十日に浅草寺で、ほおずき市が開かれます。七月十日は功德日(くどくび)といって、この日に観音さまにお参りすると四万六千日分のご利益があるそう。ほおずきに、金魚すくい、風鈴、幼い子の虫封じの青いほおずきなどが市に並びます。
(日本の七十二候を楽しむ 一旧暦のある暮らし より)

