



国際ロータリー第2500地区帯広ロータークラブ広報誌

# アクトをさがせ

2002～2003年

第5号

平成15年3月20日

発行者

広報担当 芋も敦子

例会NO. 673 H 14.12.5(木)

## 「JICAとの国際交流」

帯広市民農園「サラダ館」にて、JICAの研修員の方を講師に迎え、サウジア等の各国の料理5品程を教えてもらいながら一緒に作りました。調理終了後は片言の英語や通訳の方を交えて会話をしながら作った料理をみんなで食べて、楽しい時間を過ごしました。どんな料理になるんだろう？という不安もありましたがどれもおいしかったです。異文化に触れ、他国の人と交流する貴重な経験になりました。私達からお礼に日本の小物(門松の置物や日本地図のパズル等)をお土産に渡すと大変喜んでくれました。

(一部例会報告書抜粋)

例会NO. 674 H 14.12.14(木)

## 「クリスマスパーティー」

クラブ奉仕委員全員がサンタの衣装に身をつつみ、クリスマスソングに合わせて登場しました。その後、テーブル対抗のジスチャーゲームを行い、1位のテーブルから順に、参加者に持参してもらった500円以上のクリスマスプレゼントを選びました。プレゼントは千本引きのようになっていました。ゲームの前には歓談の時間もあり、会員同士だけでなく参加頂いたOB、ロータリアンの方と親睦を図ることができ、有意義なパーティーとなりました。クラブ奉仕の期待の星「キャサリン」も登場しました。女装した彼女の方が化粧楽しんで、きれいかも!?なんていう話もしていました。

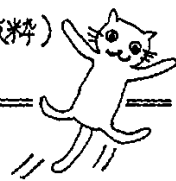
(一部例会報告書抜粋)

例会NO. 675 H 15.1.9(木)

## 「新年交礼会」

2003年になって初めての例会。年頭に当たりそれぞれ今年目標を決め、飾り紙を整作しました。A4サイズの和紙に、正月らしくその目標を墨で書き、ある程度乾いたら木材を四方に見取り付け、木材を固定し斜材を組み込み、最後に用糸をくりつけて出来上がりです。出来上がった後にテーブルの代表者が出て作品を発表、目標を述べました。担当の理事会より『今年一年飾ってもらい、いつでも目標を確認できれば幸いです。目標に向かい、今年のクラブの目標のように「一歩、一歩、着実に進んでいけるよう頑張ってください。今年度末に達成できることをお祈りします!』との事でした。

(一部例会報告書抜粋)



例会NO. 676 H 15.1.16(木)

## 「氷まつり説明会」 **祝** 帯広開発建設部長賞!!

毎年恒例の氷まつりへの参加にあたり、今年のテーマや作成する雪像について説明会が行われました。雪像作りの結果は努力のかけがあり見事、第2位!! 実行委員長の高野会員よりひと言、いただきました。

～もうすぐ春ですね。氷まつりの出来事がずいぶん昔のことに感じます。今年の氷まつりのテーマは『中世への旅』!! それを受けてアクトが作る作品のタイトルは『ウィンターキャッスル～夢の国へ～』!! ということで中世風のお城の上でドラえもんやキティちゃんや手を振っているという何ともメルハシクな作品に仕上がりました。結果は2位(帯広開発建設部長賞)!! 目指していた市長賞には届かなかったものの大満足の結果です。雪像作りは寒いのは痛いのは眠いのは本当に過酷なものでしたよね。それでも大きな事故もなく怪我もなく、何よりみんなが楽しかったと言ってくれることが一番良かったのではないのでしょうか? 何はともあれ素敵な冬の思い出になりました。ありがとうございます。～

高野 朋洋

## 例会外活動

### ★ H14.11.23～24 『北海道ローターアクト交流会』

11月、23、24日に釧路で第1回北海道ローターアクト交流会が開催されました。お隣の2510地区との交流があまりないという事で実現した交流会は、全研を控えている帯広RACにとって、とてもよい経験、勉強になったと思います。

1日目は開会式セレモニー、情報交換会、分科会、交流親睦懇親会というスケジュールでした。交流親睦懇親会では名刺を忘れてしまい、あまり交流する事が出来なくてとても残念でした。みなさん、3度のメツより名刺ですよ～。2日目はスポーツ交流会で、2500地区、2510地区、第3ブロックと3チームに分かれ、追っかけ玉入れ、人間借り物競争、二人三脚、ファイナルリレーの4種目で対抗しました。その中でファイナルリレーで使ったバトンは、とても大きく大きく、ちょっと重く、走るにはうとうしいほどで、ある意味斬新なバトンでしたが、みんな真剣に楽しみながら走っていました。とてもよいスポーツ交流会になったと思います。今回初めての例会外活動でしたが、とてもよい経験になりました。

庄司 充宏

### ★ H14.12.7 『北見30周年式典』

私は今回、北見の30周年の式典に参加をして本当にすばらしいと思いました。私自身、周年行事は初めてでドキドキしながら北見に向かって車を走らせ、残念ながら懇親会からの参加でしたが、北見RACが用意してくれたゲーム、パフォーマンスをして、北見RAC全員の歌もとてもすばしかったです。2年後には帯広RACも30周年が待っているのだから北見RACよりもすばい「ナニカ」をやりたいと一人で燃えています。北見の30周年は私にとってとてもためになり、そしてとても楽しかったです。


北橋 康孝

### ★ H15.1.5 『新年もちつき大会』

1月5日のもちつきは、本格的な杵と臼で「お餅をつき、出来たお餅はとてもやわらかくて、小さく丸めるのがすごく大変でしたが、お雑煮等にしてもとても美味しかったです。他にも会員カルタやビンゴもありました。印象深かったのは、力強くお餅をつく北橋君の姿と、森田さんの心配をよそに飛び散るお餅のかげら(会場は北海道ホテルでした)。赤い絨毯にこびりついた小さなお餅のかげらをこそげ落すのは、けっこう大変でした。

清水 美文

## お祝いごと

♥ 田中伸和会員に第1子が誕生しました。  
H15年1月26日生まれ  
田中優佳ちゃん   
(3,270g)


♥ HAPPY BIRTHDAY  
切越 愛美会員  
3月16日生まれ  
おめでとうございます!!

## からだの話 『軽症うつ病』

軽症うつ病とは「たいてい、(今まで興味があったものから)興味を失う、うつ気分になる」これらのうち2つが当てはまり、それが2週間以上続いた場合をいいます。ごありふれた「病気」で誰でもなる可能性があります。よくある体の不調と区別しにくく、見逃されていることが少なくありません。そのため家族や友人、職場の人など、周囲の観察が重要です。「最近元気がない」と感じたときは、本人に伝えたり、一緒に病院へ行ってあげてください。軽症うつ病はなまけているように見えても実はそうではなく苦しい病気です。「かえらば」という励ましは禁物で、適度な休養の方が重要です。

こんな人が  
なりやすい!!

- ・几帳面
- ・責任感が強い
- ・人に気を遣う
- ・秩序を重んじる
- ・人と争わない
- ・頼まれると断れない
- ・完璧主義

編集後記： みなさん、お元気ですか？ 私は元気です。毎日忙しいですか？ 私はホ子ホ子です。最近、ハマっていることはありますか？ 私は「年下の男」というドラマにハマっています。かなりドロドロです。次号もよろしくお願いします。 芋毛 敦子 

\* あなたのメッセージを載せます。希望者は月末までに広報担当までご連絡下さい。  
\* 帯広ローターアクトのホームページアドレス <http://www.clione.ne.jp/ri/2500orac/>  
\* iモードサイトの掲示板 <http://www.clione.ne.jp/ri/2500orac/i/imode.cgi>