

12月第2 WEB 例会



岡崎クエストライオンズクラブ
Okazaki Quest LIONS CLOB

担当副会長 築瀬 太
担当委員長 中根 伸治

会 長 後藤 学
日 時 2016年12月22日 (金) 16:00~
場 所 WEB

●会長挨拶

皆様こんにちは！ 皆さ
んそろそろ忘年会疲れが胃腸に表れ始めている時期ではないでしょうか。胃腸疲れを放置
しておくと、消化吸収が悪くなって、胃痛、胸やけ、便秘などの原因になってしまうことが多い
様です。心当たりのある方は、山芋・モズク・ヨーグルトが胃腸を守ってくれるお勧めのありが
たい食材になります。また、二日酔いの原因の一つは、アルコールに寄る脱水症状です。そ
のため、お酒を飲んだら水分補充をして脱水症状を起こさなくすることが二日酔い予防の鉄
則で、水分吸収の早いスポーツドリンクがお勧めです。何かと忙しい年末です。お体には気
を付けて下さい。今年最後の例会となります。良いクリスマスと良いお年をお迎えください。
皆で 楽しく WE SAVE \ (^o^) /

●例会出席報告 会員数 15名
12月9日第149回例会 出席会員 12名 出席率 80% メークアップ 1名 補正86.6%

●幹事報告

日時	曜	内 容	場 所	時間	対象者
		※運営・事業報告			
12月9日	金	CN記念例会	ザ・グランドテアラ岡崎	18:30	全員
12月12日	月	クラブ講師養成講座		13:00	宇津野
12月15日	木	フォロアップ会議	みゆき	18:30	全員
12月22日	木	12月第2WEB例会	WEB	16:00	全員
		※運営・事業予定			
1月12日	木	1月第1WEB例会	WEB	16:00	全員
1月19日	木	1月フォロアップ会議	エスカイヤクラブ	18:30	全員
1月26日	木	1月第1WEB例会	WEB	16:00	全員
1月中		八重山より子供 来岡			
3月17日		八重山LC55周年17日前夜祭18日式典			

●幹事からのお願い メークアップをお願いします。

ライオンズクラブの歌
ひろい世界を ひとつに結ぶ
おなじ心の 手と手に通う
自由 信頼 叡智のきずな
切っちゃ ならない いつまでも
おう おう ライオンズ

ライオンズの誓い
われわれは知性を高め、
友愛と相互理解の精神を養い、
平和と自由を守り、
社会奉仕に精進する。

ライオンズ・ヒム
歌えライオンズ 自由の歌を
胸に燃える火 デモクラシー
永久に 消さじと 守るなれ
ユバティ インテリジェンス
アワ ネイションズ セイフティ

ライオンと呼ばれる人
事業を成功に導き、善良な生活を楽しみ
常に微笑をたたえ、人類を愛し
知識人の尊敬を集め

●次回 例 会 第151回 1月第1例会 WEB例会 1月12日(木) 16:00

●次回フォローアップ会議 11月19日(木) 18:30 会場 名古屋会場 エスカイヤクラブ