第352回　5月第2例会

5月　第2例会

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

日　時　　2025年5月23日(金)16:00～　　会　長　　L,山本　忠義
場　所　　Web　　幹　事　　L,牧原　隆治

●会長挨拶

皆さんこんにちは!(^^)!
5月に入り、夏日が続きますね。最近は春夏秋冬の四季が夏冬の二季になってきたような気がします。これも地球環境の変化温暖化の影響ですかネ(-_-;)
また、一日の気温差が大きく体調不良を訴える方が多いと聞いています。朝夕と日中の温度差が大きいときは18℃近い時もありますよ(-_-;)体が変化についていけない今日この頃です。
今のうちに汗をかく習慣をつけておきましょう。入浴・ウオーキング・軽いジョギングは良いみたいです。後、食事の管理も大事みたいです。1日3食きちんと食べて腸内環境を整えると良いと聞きました。食事には『ネバ食』を取り入れると効果的だそうです。(納豆・もづく・山芋・モロヘイヤ等々)健康管理には十分注意しましょう。

『皆で　楽しく　We Serve!』

●例会出席報告

会員数　10名　(内終身会員1名・不在会員1名)　**出席対象人数9名**
5月9日第351回　5月第1例会　　出席5名　　出席率　50 %　　メークアップ 0名　　補正50%

●幹事報告

月日	曜	内容	場所	時間	対象者
		※運営・事業報告			
5月9日	金	第351回5月第1例会	Web例会	16:00	全員
5月13日	金	4R 現・次期合同委員長全体会議	名鉄トヨタホテル 7階	10:00	太田・宇津野・竹味・牧原
5月16日	金	フォローアップ会議	満福	18:30	太田・宇津野・北林・牧原
5月18日	日	第71回複合地区年次大会	マリオットアソシアホテル		全員
		※運営・事業予定			
5月23日	金	第352回5月第2例会	Web例会	16:00	全員
6月2日	月	現・次　合同会議	名鉄トヨタホテル7階	16:00	担当者
6月9日	月	会員増強セミナー	ウィンク愛知　5階	9:00	全員
6月13日	金	第353回6月第1例会	Web例会	16:00	全員
6月20日	金	フォローアップ会議(理事会)	名古屋会場	18:30	全員

●幹事から

6月、さよなら例会はWeb例会とします。

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
叫べ　正しく　ライオンズ　われら

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
リバティ　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
幼子たちに親しまれる人

●次回例会　　第353回　6月第1例会

日時 6月 13日(金)　　16:00　　Web例会

次回フォローアップ会議(理事会)
6月20日(金)18:30～場所名古屋会場